

<https://doi.org/10.52387/1811-5470.2024.3.09>
CZU: 159.953.5:37.015.3

STAREA DE BINE – O ABORDARE INOVATOARE PENTRU EDUCAȚIE¹

Emilia FURDUI,
cercetător științific, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, Chișinău, RM
ORCID ID: 0000-0001-6097-8682

Rezumat. Începutul noului mileniu este marcat de interes înalt față de situațiile de calitate a vieții exprimate prin: bunăstare subiectivă, fericire, stare emoțională de bine, prosperitatea psihologică, stima de sine, satisfacție de viață, sentimentul de siguranță etc., care n-au rămas în afara atenției psihologiei științifice. În raport cu acestea, sunt actualizate temele relațiilor interpersonale și ale importanței contextului profesional, atracției de altul, atașamentului și intrajutorării, ale succesului și motivației - abordări educaționale dominante, axate pe performanță, adaptate circumstanțelor, nevoilor elevilor și aspirațiilor societății actuale. Totodată, articolul de față, desemnează relevanța stării psihologice de bine asupra dezvoltării relațiilor interpersonale a elevului într-un mediu prielnic cu impact pozitiv în relațiile calitative și eficiente cu ceilalți.

Cuvinte-cheie: mediu educațional, elev, stare psihologică de bine, relații interpersonale, intervenție psihologică.

WELLNESS – AN INNOVATIVE APPROACH TO EDUCATION

Summary. The beginning of the new millennium is marked by high interest in quality of life situations expressed by: subjective well-being, happiness, emotional well-being, psychological prosperity, self-esteem, life satisfaction, feeling of security, etc., which have not remained outside the attention of scientific psychology. In relation to these, the themes of interpersonal relationships and the importance of the professional context, attraction to another, attachment and introjection, success and motivation are updated - dominant educational approaches, focused on performance, adapted to the circumstances, the needs of students and the aspirations of the current society.

At the same time, this article indicates the relevance of the psychological state of well-being on the development of the student's interpersonal relationships in a friendly environment with a positive impact on qualitative and effective relationships with others.

Keywords: educational environment, student, psychological well-being, interpersonal relationships, psychological intervention.

Introducere

Numeroasele fluctuații apărute în sistemul educațional marchează trecerea de la un enciclopedism al cunoașterii, la o cultură a acțiunii contextualizate, racordare la cerințele vieții psihosociale și direcționate spre învățământul european. O direcție viabilă în ceea ce privește crearea unui sistem educațional compatibil cu cerințele societății actuale o constituie înzestrarea elevului cu anumite competențe de valoare axate pe intelect, responsabilitate, personalitate.

Prin urmare, elevii au nevoie de cunoștințe, abilități și atitudini care să-i ajute să gestioneze pro-

priile stări emoționale și să aibă relații funcționale cu alte persoane, în general și în contextul actual.

Totodată, competențele psihosociale și emoționale sunt esențiale pentru elevi, întrucât oferă fundamentul pentru învățare sigură și pozitivă, sprijinind astfel, capacitatea acestora de a face față unor situații de criză, dar și de a se integra cu succes în mediul școlar și social.

Pe fundalul raționamentelor care, indică efectul benefic al reprezentării sociale, procesul educațional asigurat conform cerințelor societății bazate pe cunoaștere, impune o ambianță necesară instituirii stării psihice de bine, modului de comportare,

¹ Articolul a fost efectuat în cadrul Proiectului Mecanisme psihologice de promovare a stării de bine în sistemul educațional. Codul: 040112

sentimentului de securitate psihologică și a bunelor relații umane - calități cu impact direct asupra performanței de învățare la nivel de condiții psihosociale și organizaționale.

Întrucât astăzi, dezvoltarea cunoașterii se bazează pe o nouă construcție și acumulare de idei, pe mai multe paradigme științifice, școala a preluat și încearcă să pună în aplicare standardele de competență specifice educației pozitive, pentru a-i ajuta pe elevi să se dezvolte cât mai mult „*creșcându-i starea de bine emoțională, psihologică, socială*”.

În acest context, Valeria Negovan în lucrarea „*Psihologie pozitivă aplicată în educație*”, demonstrează că există o cerere din ce în ce mai mare de programe în educație având la bază principiile psihologiei pozitive, cu accent pe experiențele practice, pe competență, comunicare, relaționarea în grup, dezvoltarea calităților pozitiv-atractive etc.

În educație, se conturează două coordonate ale aplicării principiilor psihologiei pozitive:

- cultivarea sentimentelor și comportamentelor pozitive la elevi;
- crearea unui cadru psihosocial și instituțional adecvat în care copiii/elevii se dezvoltă: școală, familie, organizații comunitare, care să ajute la formarea sentimentului de apartenență [1, 4].

Potrivit cercetărilor în domeniu, s-a demonstrat că sinergia între dimensiunile cognitive, emoționale și sociale intensifică conexiunile neuronale în creier, stimulează dezvoltarea, cu efecte pozitive și influențează în mod direct starea de bine a elevilor. În acest sens, mediul de învățare este decisiv pentru formarea acestor conexiuni, în care rolul pedagogului modern este să depășească disocierea tradițională dintre procesele nominalizate.

Ce înseamnă „starea de bine”?

Sintetizând diversele noțiuni ale cercetătorilor de talie internațională (Diener, Lukas & Oishi, 2002, Laevers (2005), M. Seligman et al., (2009), Diener et al., 2013, Carol Dweck, 2017, Lucian Ciolan, 2018, V. Negovan, 2013 cât și națională (A. Bolboceanu, 2015, I. Negură, 2014, T. Turchină, C. Platon, 2012, L. Cuznețov, 2018, L. Pavlenko, 2019, D. Terzi-Barbăroșie, 2023 etc.), cu referire la abordarea procesului de „*stare de bine*”, în poziția de concept, putem constata că aceasta are semnificația unei valori umane și psihosociale ce constituie un obiectiv major al învățământului, care poate fi studiat într-o gamă largă de discipline, grupe de vârstă, culturi, comunități și țări.

Conturând o mare varietate de definiții, putem afirma că, starea de bine este percepută ca: un construct larg biopsihosocial, asociat funcționalității și

sănătății fizice, mintale, emoționale, percepției de sine, etc., corelat cu aspectele de învățare și motivație; un concept multidimensional care se referă atât la aspecte subiective, emoții și experiențe cât și la aspecte obiective, precum condițiile optime de dezvoltare ale copilului/elevului; este o stare dinamică, care poate fi îmbunătățită prin adoptarea unor comportamente și deprinderi pozitive, prin construirea unor relații sănătoase între elevi/profesori/familie și de încurajare a elevilor să se „angajeze” în procesul educativ; este o combinație de „*puncte forte distinctive*”, cum ar fi sentimentul de umanitate și eficacitate, temperanță, persistență, optimism conștient, gândire pozitivă și abilitatea de a aduce vieții semnificație; starea de bine înseamnă a construi treptat și constant valori capabile să însoțească copiii/elevii către maturitate; este un sentiment asociat cu realizarea și succesul; o relație care vizează calitatea vieții în general etc.

Cu toate acestea, sinteza politicilor educaționale pe dimensiunea dată, ne demonstrează că, conceptul de „*stare de bine*”, nu este unul simplu, uniform, ci este un fenomen complex, cu peste 50 de factori constitutivi. Ceea ce înseamnă, că, școala poate controla, atenua sau compensa influența doar la o parte dintre acești factori și anume, care țin de familie, comunitate, societate etc.

De menționat, că în spațiul educational din Republica Moldova abordarea acestei paradigme reprezintă deocamdată o adevărată provocare și nu există studii care să cerceteze științific particularitățile stării de bine a copiilor și adulților. Spre exemplu, Raportul global asupra fericirii „*World Happiness Report 2018*”, oferă un clasament al evaluării stării de bine a cetățenilor din 156 țări ale lumii, în care Republica Moldova ocupă locul 67 în timp ce sondajele de opinie determină o stagnare a aspectelor conexe bunăstării emoționale [6].

Un bun exemplu în acest sens, sunt proiectele de învățare prin serviciu în folosul comunității, care se bazează pe învățarea prin experiență, cu accent pe dezvoltarea personală a participanților, deschise cu sprijinul Fundației Noi Orizonturi din Cluj Napoca în mai multe regiuni din România. Aici, poate fi remarcată activitatea a 183 de Cluburi Impact și 37 de Cluburi Green Impact, care realizează activități unde elevii experimentează o multitudine de situații, pe care profesorul le poate valorifica pentru atingerea obiectivelor de învățare. Metoda contribuie în mod pozitiv la asigurarea stării de bine a elevului, la încrederea și stima de sine. De asemenea, crește auto-disciplina și capacitatea de asumare a unor sarcini, responsabilități și chiar riscuri în procesul

de învățare, se dezvoltă relații caracterizate prin interacțiuni constructive care, oferă suport entuziast și autentic [5].

În același timp, psihologii susțin, că una din trăsăturile cheie, pentru învățare, este promovarea și încurajarea stării de bine la elevii cu cerințe educaționale speciale (CES), prin implementarea în activități a unor componente de ordin pozitiv. Astfel, în *Wellington College* din *Marea Britanie*, elevii cu CES urmează un curs adaptat oficial în curriculumul școlar, unde sunt învățați/îndrumați cum să-și folosească resursele și potențialul pentru a-și crea o stare psihologică de bine, întru depășirea anumitor obstacole. Activitățile de intervenție au la bază module, care promovează sănătatea psihică și fizică, interrelații pozitive, dezvoltarea rezilienței, a unui mod de gândire, implicarea etc. Cursul este structurat în jurul noțiunii de „*bună stare*”/ *well-being*, iar tot demersul se bazează pe cercetări științifice și publicații în domeniu, reflectate în cartea lui *Ian Morris* „*Learning to Ride Elephants*” [3].

În viziunea psihopedagogului britanic *Michael Mednick*, preocupat de educația activă și creativă, respectarea ritmului propriu de dezvoltare a copiilor cu cerințe educaționale speciale, „*starea de bine*”, joacă un rol important în conturarea teoriei personalității, în determinarea direcției în care acestea își poate atenua disfuncționalitatea și a-și găsi împlinirea și sensul în adaptarea la cerințele mediului psihosocial. *Mednick*, încurajează beneficiarii să-și ducă visele la împlinire prin lozincă: „*Visează! Crede! Împlinește!*” [5].

Conform Cadrului European de acțiune pentru dezvoltarea sănătății mintale și obținerea stării de bine a elevilor inclusiv și acelor cu CES, pe portalul *School Education Gateway* s-a desfășurat un sondaj adresat specialiștilor în domeniul educației (în număr de 306).

Rezultatele obținute au demonstrat că: școala oferă, într-un fel sau altul, elevilor sprijin în asigurarea stării de bine (90%); (50%) dintre subiecți, au accentuat că o influență pozitivă în susținerea stării de bine emoționale o au relațiile interpersonale; (92%) dintre specialiști, au afirmat că cel puțin o dată pe săptămână se petrec activități recuperative pe această dimensiune, principalii beneficiari fiind: elevii (83%); urmați de cadrele didactice (42%), disponibilitatea de sprijin fiind mai mică în cazul părinților, doar (36%) [2, 3].

În Republică Moldova promovarea anumitor activități profesionale raportate la formarea atitudinilor pozitive la elevi, s-a realizat prin cercetări științifice derulate în cadrul unui proiect instituțional

al IȘE, „*Epistemologia și praxiologia asistenței psihologice a învățării pe tot parcursul vieții*” (2015-2019).

Astfel, în scopul determinării reprezentărilor cadrelor didactice cu referire la starea de bine a elevilor a fost constituit un grup experimental din 58 persoane, din mai multe instituții școlare.

Cele mai relevante rezultate au scos în evidență că: circa 90 % subiecți, asociază termenul de *stare de bine* la elevi cu: sentimente de fericire și emoții pozitive, curiozitate, gândire pozitivă, lucrul în echipă, relații interpersonale, dezvoltare personală etc.; 46% dintre ei asociază starea de bine cu succesul elevului în învățare; 34% participanți, s-au concentrat asupra aspectelor deficitare, vulnerabilității psihice, care împiedică menținerea stării de bine; 43% subiecți, consideră implicarea părinților în activitățile de învățare, un indicator de reușită în asigurarea stării psihice de bine la elevi, pe când, 6,8% dintre profesori percep părinții ca o piedică în asigurarea stării psihologice de bine a elevilor. În același timp, 96% cadre didactice, susțin necesitatea intervenției psihologice întru depășirea emoțiilor negative, asigurarea interacțiunii firești cu ceilalți, stimularea încrederii în forțele propria etc.

În contextul Republicii Moldova, o viziune constructivistă și optimistă în același timp, o constituie și obiectivele completate de inițiativă UNICEF în parteneriat cu Ministerul Educației asupra dezvoltării și promovării unui program numit „*Școala prietenoasă copilului*” (aplicat în patru școli din țară), care reprezintă acțiuni cu impact asupra stării psycho-emoționale de bine ale elevilor și profesorilor.

Promovarea modelului școlii prietenoase copilului se referă la un mediu sigur, sănătos și protector de învățare, cu contribuție-cheie în asigurarea educației pozitive și de calitate. Un studiu lansat de către UNICEF și Ministerul Educației (2019), constată că, elevii din școlile atestate drept prietenoase copilului au rezultate școlare mai bune cu 16%, decât cei din școlile obișnuite.

În viziunea UNICEF, școala prietenoasă copiilor:

- recunoaște educația ca drept al fiecărui copil;
- înseamnă dezvoltare psihologică și emoțională;
- înseamnă sănătate și siguranță;
- contribuie la supravegherea (monitorizarea) drepturilor și bunăstării fiecărui copil;
- nu exclude, nu discriminează și nu stereotipează în bază de diferențe;
- oferă susținere și facilitează comunicarea deschisă;
- promovează în special cooperarea și mai puțin competiția;

- contribuie la dezvoltarea relațiilor interpersonale prin stimularea stării de bine la nivel de familie, colegi/prieteni, școală, comunitate, macrosistem (societate).

Avantajul inițiativei UNICEF rezidă și în faptul că, ținându-se cont de specificul național și local, se lansează o serie de sugestii și acțiuni concrete potrivit standardelor europene ale procesului de educație și instruire [6] în ceea ce privește bunăstarea emoțională și sănătatea lor, care deseori se exprimă prin:

- activități direcționate cu persoane considerate a fi expuse unor riscuri sau probleme deja existente;
- abordări curriculare cu activități în care să ia în considerare în special dimensiunea pozitivă și care se concentrează pe angajarea tuturor elevilor, personalului educational, părinților, altor părți interesate;
- asigurarea stării de bine psihologice ca prioritate în planurile cadru de acțiuni, cu respectarea caracteristicilor specifice;
- dezvoltarea relațiilor interpersonale;
- promovarea unui cadru eficient de măsurare care, ilustrează eficacitatea intervențiilor de bunăstare asupra elevului în școală;
- dezvoltarea profesională continuă a cadrelor didactice pentru a putea promova bunăstarea elevilor în mod eficient etc.

În acest cadru, orientat spre promovarea stării de bine a elevilor în mediul educational, se încearcă, cunoașterea interpersonală mai temeinică la atașament și respingere, la autocunoaștere, la o activitate complexă în care emoțiile, inițiativa, inteligența, calitățile personale primesc recunoaștere și considerație și contribuie la formarea unei personalități valoroase, oportune și competente.

Constatări

În raport cu cerințele actuale de dezvoltare, când vorbim despre starea de bine a elevilor în instituțiile de învățământ, devine necesară analiza mai multor aspecte, printre care:

- performanța profesională a cadrelor educaționale, specialiștilor în domeniu, psihologilor școlari din perspectiva facilitării relațiilor interpersonale și a stării de bine la elevi;
- promovarea activităților instructiv-educative, bazate pe relaționare și interacțiune;
- asigurarea unui mediu de învățare eficient, ce stimulează starea de bine în rândul elevilor și profesorilor prin comportare, comunicare, relaționare, socializare;

- dezvoltarea de noi relații sociale, mai mature, bazate pe încredere și respect reciproc;
- cooperare pozitivă dintre școală și familie, comunitate;
- aplicarea unor norme și legități psihologice care facilitează calitatea sistemului de măsuri enunțate etc.

De menționat, că starea de bine se evidențiază și ca o posibilă soluție în combaterea/reducerea unor probleme stringente ale educației (comportament deviant, dificultăți de învățare, prezența unor situații cu caracter depresiv etc.).

Prin urmare, în școală aceasta se regăsește sub formă de:

- programe de intervenție psihologică, fundamentate științific privind creșterea stării de bine;
- strategii educaționale menite să promoveze învățarea bazată pe experiențe și valori;
- programe care, să vizeze expres, sănătatea mentală pozitivă a elevilor din întreaga instituție școlară;
- metodologii de realizare a procesului de învățare prin acțiuni de cultivare a emoțiilor, comportamentelor și relațiilor pozitive;
- suporturi competitive pentru construirea prin educație a unor structuri mentale pozitive, dinamice, flexibile și responsive [4].

În concluzie, putem afirma că, necesitatea de a promova starea de bine a copiilor/elevilor este acceptată ca un imperativ moral, iar ca imperativ pragmatic, este la fel de demnă de prioritate.

Deci, starea de bine nu înseamnă, exclusiv, o stare de fericire, sentimente pozitive sau bucurie continuă, ci dimpotrivă, majoritatea modelelor contemporane ale „stării de bine”, cercetările efectuate la nivel global, insistă pe aspecte, cum ar fi: ordinea și predictibilitatea; disciplina și punctualitatea; perseverență și efort inclusiv temerile și frustrările asociate unui parcurs de învățare și nicidecum pe bunul plac al individului. Un alt aspect îl reprezintă capacitatea mediului educațional de promovare a unei educații pozitive de calitate care, se bazează pe utilizarea unor resurse bogate în conținut interactiv, încorporează elemente ce țin de dezvoltarea psihologică și emoțională, de comportamentul social, de relaționarea cu ceilalți și pune accent pe comunicare, colaborare, flexibilitate în gândire, suport și diversitate.

REFERINȚE BLIOGRAFICE:

1. ALBU, G. Relațiile interpersonale. Aspecte instituționale, psihologice și formativ-educative. Iași: Institutul European, 2013. 341 p.
2. CAZACU, D. Sănătate psihică și stil de viață. Note de curs. Univ. de Stat „Alec Russo”, Bălți: Tipogr. „Indigou Color”, 2018.
3. FURDUI, E. Asigurarea stării de bine la copii cu cerințe educative speciale prin dezvoltarea creativității. În: Revista științifico-practică *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. (B), 2019, UPS „I. Creangă”, nr. 4(57), p. 79-86, ISSN 1857 - 4432 (online), ISSN 1857-0224 (print).
4. NEGOVAN, V. Psihologie pozitivă aplicată în educație. București: Editura Universitară, 2013, pp. 13-34, 176-198, ISBN 978-606-591-823-8.
5. Starea de bine a profesorilor și elevilor: resurse, impact și idei practice. Culegere de articole. Asociația Europeană a Profesioniștilor în Educație EDUMI. București, 2021. ISBN: 978-973-0-34588-9.
6. TERZI-BARBĂROȘIE, D. Bunăstarea emoțională în școală – contează? Studiu de sinteză. Centrul Psihologic SINESIS, 2023. Accesat: 25.02.24. Disponibil: <https://soros.md/wp-content/uploads/2023/03/Terzi-Daniela-Sinteza-de-politici-starea-emoționala-PDF.pdf>