

RAPORT

DE EVALUARE

A INTERVENȚIILOR

PENTRU SĂNĂTATE

MINTALĂ ȘI SPRIJIN

PSIHOSOCIAL OFERITE

ÎN ȘCOLI



Raport de evaluare a intervențiilor pentru sănătate mintală și sprijin psihosocial oferite în școli

Acest material este un produs realizat de Fundația Romanian Angel Appeal în cadrul proiectului „Crearea unui model funcțional de intervenție pentru Sănătate Mintală și Sprijin Psihosocial pentru copii și adolescenți” derulat în parteneriat cu reprezentanța UNICEF în România.

Opiniile exprimate în acest document aparțin autorilor și nu reflectă neapărat poziția UNICEF.

Colectarea datelor: Echipa de implementare RAA

Analiza datelor și elaborare raport:

Silvia Asandi, Fidelie Kalambayi, Iulia Sîrbu, Ramona Ion, Ionuț Ardeleanu, Simina Alexă

Editare grafică: Vlad Anghel, Oana Niță

Coordonare: Fidelie Kalambayi

01	Introducere	2
1.1.	Contextul intervenției	2
1.2.	Descrierea intervenției	9
02	Metodologie	10
2.1.	Obiectivele evaluării intervenției	11
2.2.	Etapele și instrumentele evaluării	12
2.3.	Populații țintă	17
03	Rezultatele colectate	18
3.1.	Înainte de lecție – Evaluarea nivelului de pregătire a cadrelor didactice	19
3.1.1.	Nivelul de confort și încredere exprimat de profesori în livrarea lecției	20
3.1.2.	Așteptări și rețineri	22
3.2.	Imediat după lecție – Evaluarea implementării intervenției în clasă	25
3.2.1.	Fezabilitatea livrării lecției	25
3.2.2.	Dificultăți întâmpinate	28

3.2.3. Receptivitatea elevilor	31
3.3. La 30–60 de zile după lecție – Eficacitate	34
3.4. Feedbackul elevilor	37
04 Analiză comparativă	41
4.1. Evoluția percepției cadrelor didactice de la începutul intervenției până la final	42
4.2. Elemente facilitatoare și bariere	45
05 Concluzii	46
06 Recomandări	49
07 Bibliografie	49
08 Anexe	54
8.1. Tabel 1. Participanți curs față în față, parte a Programului de formare	55
8.2. Chestionar #1 privind gradul de pregătire în susținerea lecției de stare de bine emoțională	56
8.3. Chestionar #2 de feedback privind susținerea lecției de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională	58
8.4. Chestionar #3 de feedback privind eficacitatea administrării instrumentului de screening	61

Rezumat

Raportul sintetizează rezultatele intervențiilor de educație socio-emoțională și screening al sănătății mintale derulate în școli din București, din perspectiva cadrelor didactice și a elevilor.

Datele colectate confirmă utilitatea unei abordări integrate, care combină formarea profesorilor cu activități practice și mecanisme de referire, iar raportul recomandă integrarea sistematică a acestor practici la nivelul școlilor.



01

INTRODUCERE

BINGO DE VALORI

Curaj	Respect	Generozitate	Bunătate	Onestitate
Simțirile	Loialitate	Optimism		
Încercarea	Recunoașterea greșelilor			

1.1.

Contextul intervenției

Școala poate fi un loc sigur pentru elevi atunci când adulții din jur observă și înțeleg primele semne de anxietate, izolare sau depresie. Profesorii, consilierii școlari, medicii, asistenții medicali și ceilalți membri ai personalului școlar au ocazia, prin contactul zilnic cu elevii, să vadă schimbările care arată că aceștia trec printr-o perioadă dificilă. Atunci când semnele sunt recunoscute și împărtășite între membrii personalului școlar, elevii pot fi sprijiniți rapid și îndrumați către ajutorul potrivit - consilier psihologic, psiholog clinician, medic psihiatru pediatric sau psihoterapeut. Un astfel de sprijin oferit la timp îi ajută să sufere mai puțin, să-și recapete echilibrul emoțional și să rămână conectați la școală și la colegii lor. La fel de importantă este și starea de echilibru emoțional a cadrelor didactice, iar raportul de față își propune să descrie felul în care s-au desfășurat intervențiile de sprijin psihosocial pentru copii și adolescenți în școli.

În cadrul proiectului **“Crearea unui model funcțional de intervenție pentru Sănătate Mintală și Sprijin Psihosocial pentru copii și adolescenți”**¹, Fundația Romanian Angel Appeal (RAA) și-a propus să piloteze în câteva școli din București o intervenție de educație socio-emoțională (SEL) care să răspundă nevoilor de sănătate mintală ale adolescenților și să adreseze barierele ce îi împiedică să primească sprijinul psihosocial de care au nevoie. Pentru a proiecta o intervenție care să fie ușor de integrat în activitatea școlară și sustenabilă, RAA s-a inspirat din rezultatele cercetării formative², luând în considerare nu doar perspectivele adolescenților, ci și pe cele ale cadrelor didactice.

¹ Proiect implementat în perioada 2023-2025 de Fundația Romanian Angel Appeal, cu sprijinul UNICEF România și în colaborare cu Institutul pentru Studiul și Tratamentul Traumei (ISTT).

² Pentru identificarea nevoilor și barierelor, RAA a derulat în perioada octombrie 2023 – februarie 2024 cercetarea formativă “Evaluarea nevoilor de servicii de sănătate mintală și sprijin psihosocial în rândul adolescenților din București”. Rapoartele despre perspectivele părinților, cadrelor didactice și ale specialiștilor asupra nevoilor adolescenților pot fi descărcate de pe pagina de Internet a Fundației Romanian Angel Appeal: <https://raa.ro/publicatie/analiza-nevoilor-de-sanatate-mintala-si-sprrijin-psiho-social-din-perspectiva-cadrelor-didactice>.

Caseta 1.

Învățarea socio-emoțională (SEL) este procesul prin care copiii și adolescenții dezvoltă abilități esențiale pentru înțelegerea și gestionarea emoțiilor, stabilirea și menținerea relațiilor pozitive și luarea unor decizii responsabile. Conceptul a fost definit și structurat de Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL) în anii '90, devenind un cadru de referință utilizat pe scară largă în educație. SEL se bazează pe cinci competențe de bază, anume: conștientizare de sine, autogestionare, conștientizare socială, abilități de relaționare și luarea deciziilor responsabile. O meta-analiză a 213 programe SEL, care a inclus 270.034 de elevi, a arătat că participanții au înregistrat o reducere a problemelor emoționale și comportamentale și o creștere cu aproximativ 11% a performanței academice (Durlak et al., 2011). Programele implementate de profesori au avut cel mai mare impact, demonstrând că SEL sprijină direct starea de bine și reziliența elevilor.



Din perspectiva personalului școlar, sănătatea mintală – a lor și a adolescenților cu care lucrează - este o stare de echilibru, o stare de bine. Această stare este atinsă cu dificultate din cel puțin două motive: cadrele didactice au adesea o relație tensionată cu părinții, iar acest lucru afectează negativ raporturile cu elevii la clasă; majoritatea cadrelor didactice admit că nu sunt pregătite să adreseze problemele de sănătate mintală ale elevilor, considerând, mai mult, că această atribuție nu corespunde rolului lor de predare (Voinea și Kalambay, 2024).

Caseta 2. Recomandări formulate de cadrele didactice în cercetarea formativă

- ▶ Creșterea numărului de consilieri și psihologi școlari pentru a reduce presiunea de pe consilierii existenți și a oferi sprijinul necesar adolescenților.
- ▶ Introducerea unor programe educaționale pe teme de sănătate mintală, educație fizică și artistică pentru a promova sănătatea mintală (SM) și dezvoltarea personală a adolescenților.
- ▶ Implementarea unor inițiative de colaborare între cadre didactice și părinți pentru a consolida starea psiho-emoțională a elevilor.
- ▶ Formarea continuă a cadrelor didactice, asigurându-le acces la ateliere gratuite și resurse specializate.

Sursă: Voinea și Kalambayi (2024). Analiza nevoilor din perspectiva cadrelor didactice. Disponibil la [Analiza nevoilor din perspectiva cadrelor didactice](#)

În baza nevoilor identificate, Fundația Romanian Angel Appeal a venit în întâmpinarea profesorilor cu un **program de formare de tip blended learning cu durata de 24 de ore** - 12 față în față și 12 ore asincron (online). Programul s-a desfășurat în perioada noiembrie 2024 - mai 2025 și a fost avizat de Ministerul Educației prin Casa Corpului Didactic a Municipiului București. S-au înregistrat **432 de participanți din București**, dintre care :

**76 consilieri
școlari**

**20 personal școlar
auxiliar** (medici școlari,
asistente de medicină
școlară, bibliotecară)

336 de profesori,
preponderent din
învățământul gimnazial
și liceal



Recrutarea participanților s-a făcut atât prin postarea formularului de înregistrare pe paginile de social media ale RAA, cât și prin abordarea de către echipa de proiect a directorilor instituțiilor de învățământ din municipiul București, care îndeplineau o serie de criterii, printre care: disponibilitatea și interesul echipei de management școlar pentru tema proiectului și propunerea de colaborare, numărul de elevi (inclusiv elevi vulnerabili) din școală/liceu, numărul de profesori titulari din școală/liceu și experiența personalului școlar în participarea la activități extra-curriculare (cu accent pe cele din sfera de sănătate și de stare de bine). Astfel, informația a ajuns la peste 650 de cadre didactice (conform formularului de înregistrare în program), profilul acestora fiind divers, de la profesori cu mai puțin de 5 ani experiență, la persoane aflate în sistemul de învățământ de minim 25 de ani, în majoritate femei, provenind din 56 de licee și 70 de școli gimnaziale din București.

Cursul față în față s-a desfășurat în București în **13 unități de învățământ** în care interesul corpului profesoral a fost ridicat, fără a limita însă accesul cadrelor didactice din alte școli. În medie, au fost 22 de participanți în fiecare dintre cele 10 weekenduri în care s-au susținut întâlnirile (Tabel 1, Anexe). Sesiunile au urmărit înțelegerea profundă a emoțiilor și îmbunătățirea abilităților participanților de autoreglare emoțională, pentru a putea comunica și colabora mai bine cu colegii din cancelarie, cu elevii și părinții acestora.



Casetă 2. Temele abordate și obiectivele de învățare ale cursurilor în format fizic

Starea de bine a profesorilor și consilierilor școlari

Obiectivele de învățare:

- ▶ Înțelegerea emoțiilor și nevoilor din spatele acestora
- ▶ Identificarea legăturii dintre emoții și comportamente
- ▶ Identificarea elementelor cheie pentru starea de bine
- ▶ Înțelegerea procesului de analiză și control al emoțiilor



Anxietatea

Obiectivele de învățare:

- ▶ Recunoașterea manifestărilor anxietății și efectele asupra comportamentului școlar și performanței individuale - la copii și adolescenți
- ▶ Descrierea strategiilor de intervenție și sprijin pentru elevii care prezintă manifestări și comportamente de anxietate: tehnici rațional-emoțive, tehnici senzorial-corporale



Depresia

Obiectivele de învățare:

- ▶ Recunoașterea și înțelegerea manifestărilor comportamentale ale unei persoane depresive
- ▶ Descrierea strategiilor practice cu rol în prevenirea și intervenția primară în cazul elevilor depresivi



Rolul profesorilor și educația socio-emoțională

Obiectivele de învățare:

- ▶ Înțelegerea conceptelor cheie ale educației socio-emoționale (SEE) și importanța acestuia pentru sănătatea mintală și starea de bine a elevilor
- ▶ Înțelegerea rolului profesorilor în gestionarea și asigurarea stării de bine



Managementul clasei în contextul asigurării stării de bine

Obiectivele de învățare:

- ▶ Definirea conceptului de “management al clasei de elevi” și importanța acestuia pentru sănătatea mintală și starea de bine a elevilor
- ▶ Prezentarea strategiilor preventive specifice managementului clasei de elevi, pentru a crea un climat școlar pozitiv, care să susțină învățarea socio-emoțională și bunăstarea generală a elevilor și profesorilor



Starea de bine în școală și comunitate

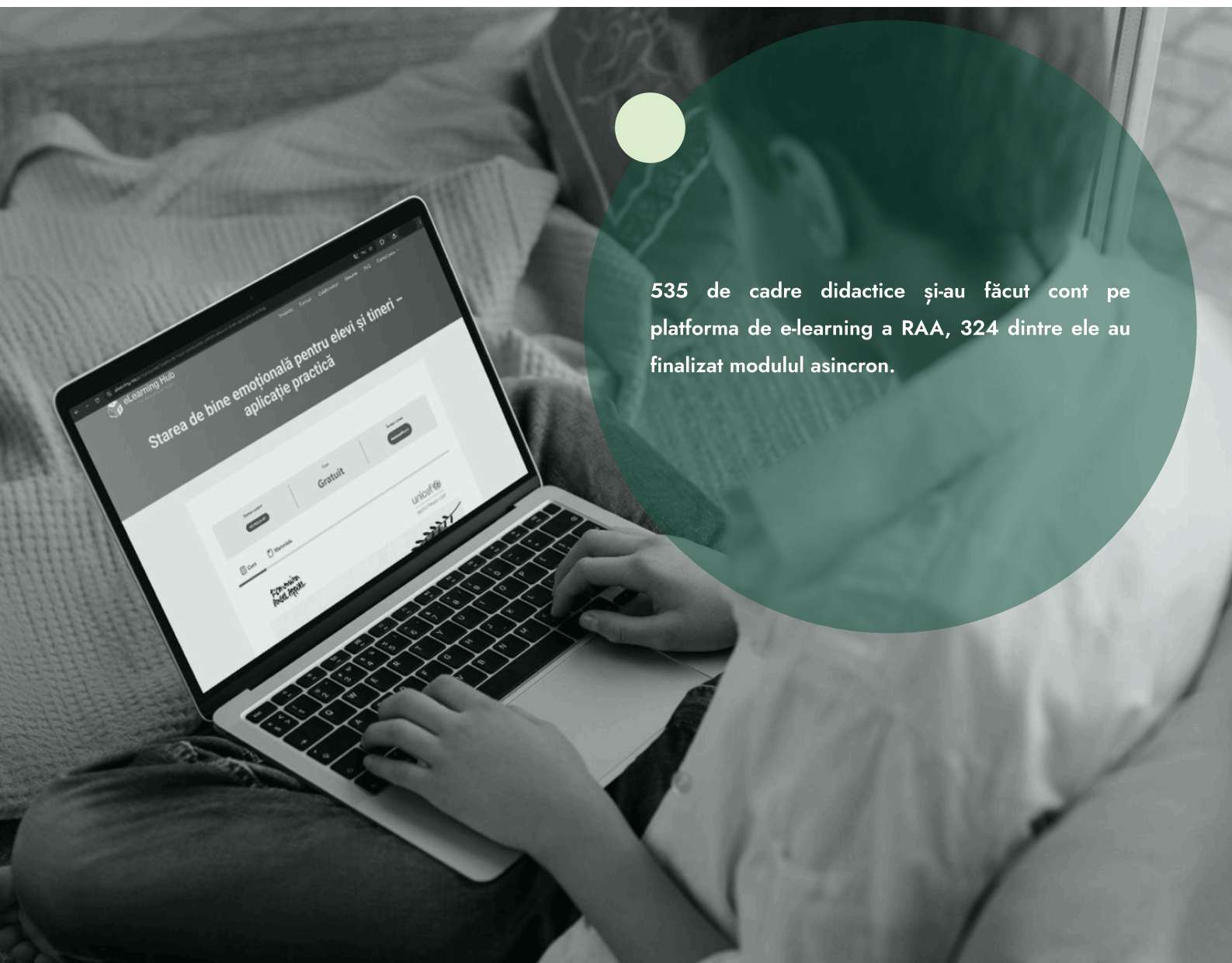
Obiectivele de învățare:

- ▶ Descrierea modalităților practice de promovare a sănătății mintale și a stării de bine la nivelul întregii școli
- ▶ Elaborarea unui plan pentru a crea un climat școlar pozitiv, care să susțină învățarea socio-emoțională și bunăstarea generală a elevilor și profesorilor
- ▶ Identificarea modalității de implicare a părinților în asigurarea stării de bine în școală



Sursa: Fundația Romanian Angel Appeal (2024). Design curs

În celelalte 12 ore asincron, participanții au avut acces la modulul online “Starea de bine emoțională pentru elevi și tineri – aplicație practică”³ pe platforma de elearning a RAA și la o serie de materiale dezvoltate în cadrul proiectului, precum “Ghid pentru starea de bine și sănătatea mintală dedicat personalului din școli”⁴ și “Colecție de aventuri educative non-formale pentru sănătatea și echilibrul emoțional al adolescenților”⁵.



535 de cadre didactice și-au făcut cont pe platforma de e-learning a RAA, 324 dintre ele au finalizat modulul asincron.

³ Cursul online este disponibil la: <https://www.elearning.raa.ro/ro/courses/starea-de-bine-emotionala-pentru-elevi-si-tineri-aplicatie-practica>

⁴ Mironov C., Tomșa R. 2024. Ghid pentru starea de bine și sănătatea mintală dedicat personalului din școli. Disponibil la: <https://raa.ro/publicatie/ghid-pentru-starea-de-bine-si-sanatatea-mintala-dedicat-personalului-din-scoli/>

⁵ Dobre A., Mușat C., Negoii, A. 2024. Colecție de aventuri educative non-formale pentru sănătatea și echilibrul emoțional al adolescenților. Disponibil la <https://raa.ro/publicatie/colectie-de-aventuri-educative-non-formale-pentru-sanatate-si-echilibrul-emoțional-al-adolescentilor/>

1.2.

Descrierea intervenției

Intervenția practică s-a derulat în 126 școli din București și a constat în susținerea de către participanții la programul de formare teoretic a unei sesiuni de educație socio-emoțională de 45 - 50 de minute. Susținerea lecției reprezintă activitatea practică de specializare din cadrul programului de formare și are la bază două componente:

- ▶ Livrarea de cunoștințe și competențe socio-emoționale folosind activități interactive de educație non-formală care abordează identificarea, înțelegerea și gestionarea emoțiilor. Prin această abordare, elevii au ocazia de a explora într-un cadru sigur teme sensibile și de a-și dezvolta competențe utile pentru gestionarea stresului și a relațiilor cotidiene.
- ▶ La sfârșitul orei, elevii sunt încurajați de profesori sau consilierii școlari să aprofundeze cunoașterea de sine, prin autoadministrarea unui chestionar online (ISSM-CA)⁶ pentru detectarea precoce a posibilelor probleme de sănătate mintală cu care se confruntă adolescenții cu vârste cuprinse între 10 și 19 ani. Autoadministrarea este voluntară și anonimă. Cadrele didactice instruiesc elevii ca, în situația în care obțin scoruri sugestive pentru riscuri de probleme de sănătate mintală, să apeleze la consilierul școlar sau la un alt adult de încredere sau să urmeze recomandarea primită la finalul autoevaluării cu ISSM-CA.



⁶ Instrument dezvoltat în cadrul proiectului de Institutul pentru Studiul și Tratamentul Traumei (ISTT). În cadrul proiectului și în acest raport termenul de instrument este interschimbabil cu termenul chestionar. Disponibil la <https://www.istt.ro/recomandari-issm-ca>.

02

METODOLOGIE

Chestionar de evaluare

Vă mulțumim pentru participarea la sesiunea de training din cadrul "Programului de formare a personalului școlar în sănătatea mintală și bunăstarea emoțională". Aprecieri perspectivele dumneavoastră și am fi recunoscători pentru feedback-ul oferit - ne va ajuta să îmbunătățim activitățile de formare viitoare.

* Indicates required question

1. Locul și data organizării trainingului *
(alegeți o opțiune):

- 9-10 noiembrie 2024 // Școala Gimnazială nr. 113
- 9-10 noiembrie 2024 // Școala Gimnazială Ferdinand I
- 9-10 noiembrie 2024 // Liceul Tehnologic Sf. Pantelimon

2.1.

Obiectivele evaluării intervenției

Ne-am propus să evaluăm în primul rând fezabilitatea intervenției în mediul școlar din București, pentru a vedea dacă aceasta poate fi implementată ținând cont de resursele disponibile. În al doilea rând, indirect, să ne uităm la eficacitatea ei.

Obiective operaționale pe care le-am avut în vedere:

- 1.1.** Evaluarea capacității resurselor umane necesare (capacitate = număr, tip, nivel de pregătire, formare inițială, interes/atitudine față de solicitarea de a administra instrumentul)

- 1.2.** Evaluarea condițiilor de administrare (condiții = infrastructură fizică și digitală: cabinet, clase, internet, smartphone/tablete), timp (când poate fi administrat instrumentul și cât durează), regulamente (cine/când poate administra instrumentul sau alte instrumente similare, atitudinea managementului școlar/părinților/adolescenților)

- 1.3.** Evaluarea calității administrării (calitate = se respectă instrucțiunile/protocolul de administrare)

- 1.4.** Evaluarea eficacității administrării instrumentului (eficacitate= % de respondenți care la 30-60 zile de la administrarea instrumentului zic că elevii au cerut sesiuni suplimentare pe tema SEL sau au urmat protocolul de referire, dintre cei cărora le-a fost recomandat acest protocol)

2.2.

Etapele și instrumentele evaluării

Pentru a face posibilă evaluarea intervenției, au fost colectate date în trei etape ale programului de formare, prin **trei chestionare**, după cum urmează:



- ▶ **Chestionar de evaluare nr. 1** privind gradul de pregătire perceput în susținerea lecției de stare de bine emoțională care a fost completat înainte de livrarea lecției de către 345 de persoane. Perioada de colectare a datelor este 20 martie - 15 iunie 2025.



- ▶ **Chestionar de evaluare nr. 2** privind susținerea lecției de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională a colectat date de la 261 de persoane imediat după susținerea lecției și oferă feedback despre cât de practică și gestionabilă a fost desfășurarea lecției și aplicarea instrumentului autoadministrat. Perioada de colectare a datelor este 20 martie - 15 iunie 2025.



- ▶ **Chestionarul de evaluare nr. 3** a fost completat la 30-60 de zile după susținerea lecției de 66 persoane și oferă informații despre eficacitatea lecției - de exemplu, dacă elevii au început să ceară sprijin sau ajutor legat de sănătatea lor mintală. Perioada de colectare a datelor este 25 iunie - 21 iulie.

Itemii din **Chestionarul nr. 1** evaluează nivelul de pregătire și percepțiile cadrelor didactice cu privire la livrarea lecției de stare de bine emoțională.

Operaționalizarea s-a realizat prin opt afirmații, fiecare măsurată printr-o scară Likert de la 1 (dezacord total) până la 5 (acord total). Primele două afirmații urmăresc claritatea percepută a obiectivelor și încrederea în propria capacitate de a preda lecția, urmând apoi două afirmații despre interacțiunea cu elevii ("Mă simt confortabil să răspund la întrebările pe care elevii le-ar putea avea despre sănătatea mintală în timpul lecției sau după lecție") și accesul la resursele necesare.

Alți trei itemi măsoară așteptările profesorilor privind receptivitatea elevilor la lecție, la aplicarea chestionarului autoadministrat și relevanța percepută a formării față-n față în ceea ce privește acest instrument ("Trainingul organizat de RAA la care am participat mi-a oferit suficiente informații despre cum să încurajez elevii să completeze chestionarul de identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală"). Cel de-al optulea item reflectă percepția asupra climatului școlar în ceea ce privește susținerea stării de bine emoționale.

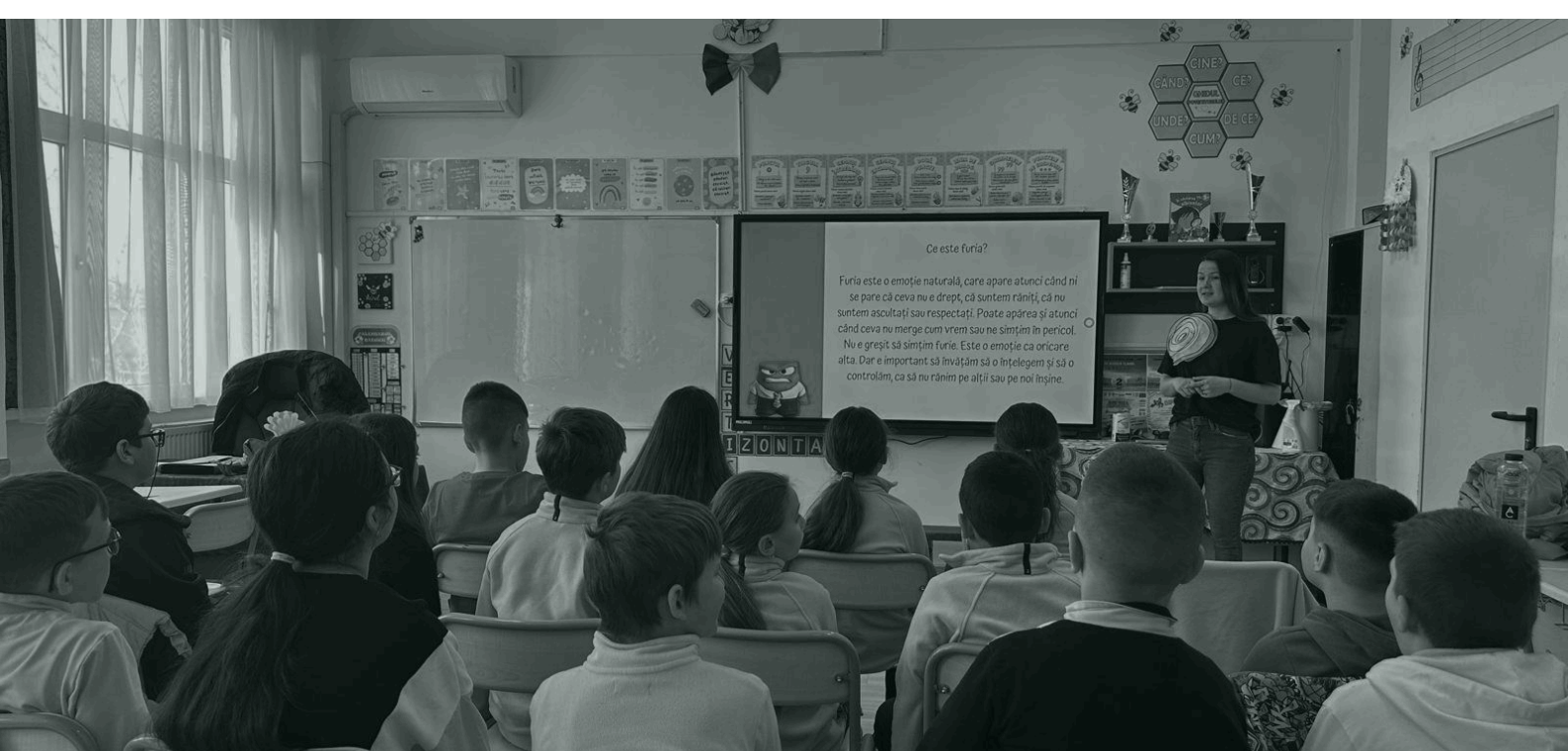
Chestionarul nr. 1 conține și o secțiune deschisă în care cadrele didactice sunt rugate să descrie pe scurt îngrijorări, sugestii sau sprijinul suplimentar necesar în implementarea lecției despre starea de bine emoțională și a activității de autoevaluare a sănătății mintale.



Chestionarul nr. 2 urmează o logică similară, dimensiunea fezabilității fiind operaționalizată prin opt afirmații care evaluează modul în care lecția despre dezvoltarea stării de bine emoționale a fost implementată. S-a folosit și de această dată o scară Likert de la 1 (dezacord total) până la 5 (acord total). Afirmațiile investighează aspecte legate de organizarea și resursele necesare (ușurința implementării în timpul alocat, claritatea instrucțiunilor, adecvarea materialelor), de gestionare a procesului educațional (simplitatea de a prezenta și promova completarea chestionarului autoadministrat de identificare a riscurilor de sănătate mintală, confortul în gestionarea întrebărilor și discuțiilor adolescenților), precum și de compatibilitatea cu activitatea școlară obișnuită (impactul asupra rutinei didactice, adecvarea conținutului la nivelul de vârstă și dezvoltare).

Eficacitatea a fost evaluată în acest chestionar (nr. 2) printr-o serie de 5 afirmații care urmăresc impactul direct asupra elevilor. Astfel, itemii măsoară gradul de implicare și interes al adolescenților în timpul lecției, nivelul de conștientizare dobândit cu privire la sănătatea mintală și deschiderea în a discuta despre acest subiect după activitate. Totodată, se evaluează disponibilitatea elevilor de a completa chestionarul de identificare a riscurilor, precum și percepția generală asupra influenței pozitive a lecției asupra atitudinii față de sănătatea mintală și căutarea sprijinului, când este cazul.

Pe lângă întrebarea deschisă care oferă informații despre dificultățile întâmpinate, chestionarul nr. 2 are două întrebări suplimentare închise, anume: "Ați observat elevi care au solicitat sprijin sau și-au exprimat interesul pentru resursele privind sănătatea mintală după intervenție?" și "Recomandați continuarea sau extinderea acestei intervenții și în alte clase sau școli?". Răspunsurile la acestea permit estimarea efectelor imediate și a potențialului lecției de a contribui la schimbări pozitive în comportamentele și atitudinile elevilor.



Chestionarul nr. 3 oferă informații despre lecțiile suplimentare de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională.

Operaționalizarea s-a făcut prin 5 itemi, combinați în format închis și deschis, după cum urmează: primul item explorează dacă elevii au solicitat explicit organizarea altor sesiuni, fiind oferite variante de răspuns standardizate (Da/Nu/Nu-mi amintesc/Nu știu). Următorii doi itemi permit detalierea cererii, prin identificarea temelor solicitate și a numărului de sesiuni suplimentare efectiv organizate. Al patrulea item oferă profesorilor ocazia de a descrie temele abordate în aceste activități suplimentare, iar ultimul evaluează utilizarea materialului „Colecție de aventuri educative non-formale pentru sănătatea și echilibrul emoțional al adolescenților”, cu aceleași opțiuni de răspuns închis.

O altă secțiune a chestionarului nr. 3 se referă la protocolul de referire, prin care se urmărește identificarea situațiilor concrete de elevi care au solicitat sprijin în urma lecției de educație socio-emoțională sau a completării chestionarului autoadministrat. Cadrele didactice raportează frecvența acestor cazuri și sunt evaluate acțiunile întreprinse, prin itemi cu răspuns multiplu care includ comunicarea situației către diriginte, contactarea părinților, referirea către consilierul școlar, lipsa intervenției sau alte măsuri.

Nu în ultimul rând, se investighează percepția cadrelor didactice asupra eficienței măsurilor aplicate și asupra sprijinului real oferit de școală elevilor aflați în nevoie. Această secțiune permite o înțelegere nu doar a numărului de cazuri, ci și a calității răspunsului instituțional și a eficacității intervențiilor.




Pe lângă aceste 3 chestionare, cadrele didactice au încărcat un raport de activitate în secțiunea special definită de pe platforma de e-learning RAA, care conține informații despre datele de identificare ale cadrului didactic (nume, prenume, instituția de învățământ unde își desfășoară activitatea, materia predată, clasa/clasele la care s-a implementat lecția de educație socio-emoțională), numărul de elevi beneficiari, o descriere a activității (care cuprinde denumirea, modificările aduse față de descrierea inițială a activității, dificultățile întâmpinate în desfășurarea acesteia, precum și feedbackul oferit de către elevi), 2-3 poze din timpul lecției și alte materiale relevante utilizate (sub formă de link).



2.3.

Populații țintă

Intervenția s-a implementat prin intermediul cadrelor didactice și consilierilor școlari din 56 de licee și 70 de școli gimnaziale din București. În majoritate acestea sunt femei (94% dintre participanți) și au în proporție de 72% minim 10 ani de experiență la catedră (15% mai puțin de 5 ani de experiență și 13% între 5 și 10 ani de experiență). Criteriile de selecție ale participanților au fost date de apartenența la o unitate de învățământ din București și motivația descrisă, prioritate având cadrele didactice din ciclul gimnazial și liceal. Cu toate acestea, programul de formare a fost de interes și pentru persoanele din ciclul primar, așa că, deși într-un număr mult mai mic, li s-a permis și acestora participarea.



Lecția de educație socio-emoțională susținută de cadrele didactice la clase a fost livrată către 10 459 de elevi din București cu vârste între 10 și 19 ani.

03

REZULTATELE COLECTATE

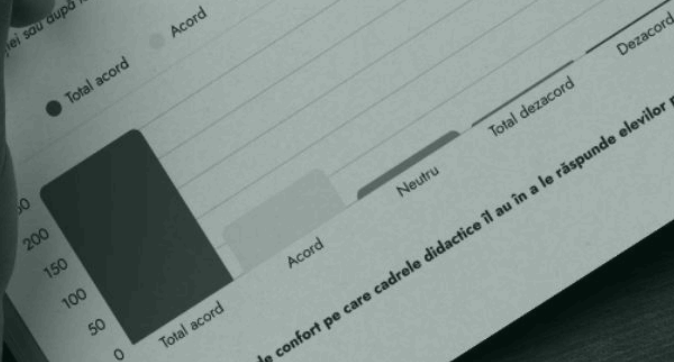
Mă simt încrezător/oare în capacitatea mea de a desfășura eficient în fața elevilor mei lecția pe tema dezvoltării stării de bine emoționale

Total acord Acord Neutru Total dezacord Dezacord



capacitatea de a desfășura lecția de educație psiho-emoțională, răspund la întrebările pe care elevii le-ar putea avea despre sănătatea mintală

Total acord Acord Neutru Total dezacord Dezacord



Gradul de confort pe care cadrele didactice îl au în a le răspunde elevilor pe teme de sănătate mintală.

Evaluarea percepțiilor cadrelor didactice cu privire la derularea sesiunii de educație socio-emoțională la clasă s-a realizat pe baza rezultatelor obținute la chestionarele administrate în trei momente distincte, așa cum au fost descrise anterior: înainte susținerii lecției, imediat după lecție și la distanță de 30 - 60 de zile după susținerea lecției.

3.1.

Înainte lecției – Evaluarea nivelului de pregătire a cadrelor didactice



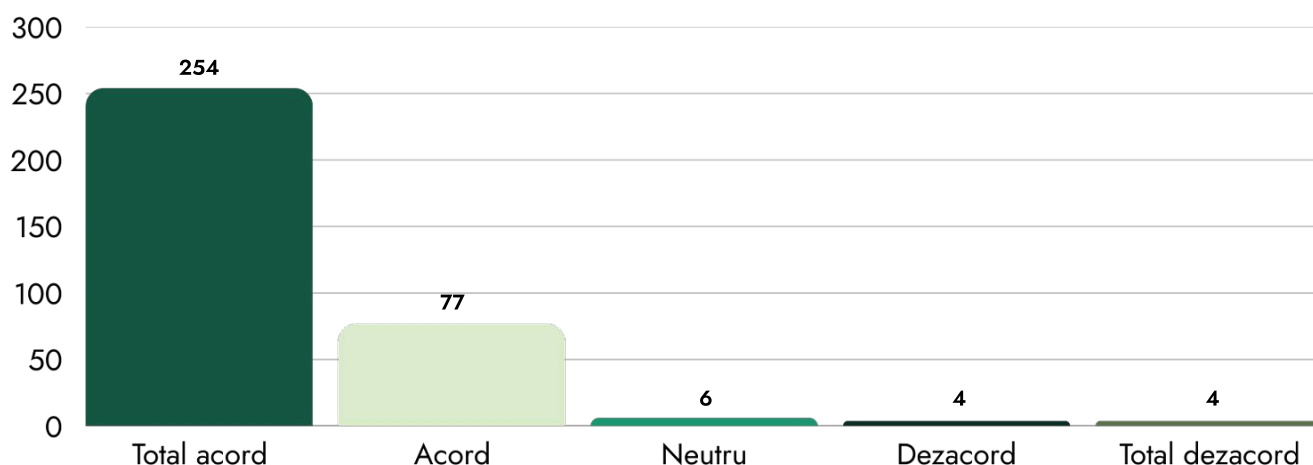
3.1.1.

Nivelul de confort și încredere exprimat de profesori în livrarea lecției

Rezultatele primului chestionar de evaluare indică o percepție predominant pozitivă din partea cadrelor didactice privind lecția de educație psiho-emoțională, dintre cei 345 de respondenți majoritatea declarând că înțeleg clar obiectivele lecției (277 total de acord cu afirmația și 58 acord) și se simt încrezători în capacitatea de a o susține (257 acord total, respectiv 77 acord cu afirmația: "Mă simt încrezător/oare în capacitatea mea de a desfășura eficient în fața elevilor mei lecția pe tema dezvoltării stării de bine emoționale"). Totodată, 326 de respondenți au declarat că se simt confortabil să răspundă la întrebările elevilor legate de sănătatea mintală, atât în timpul lecției, cât și după desfășurarea acesteia.

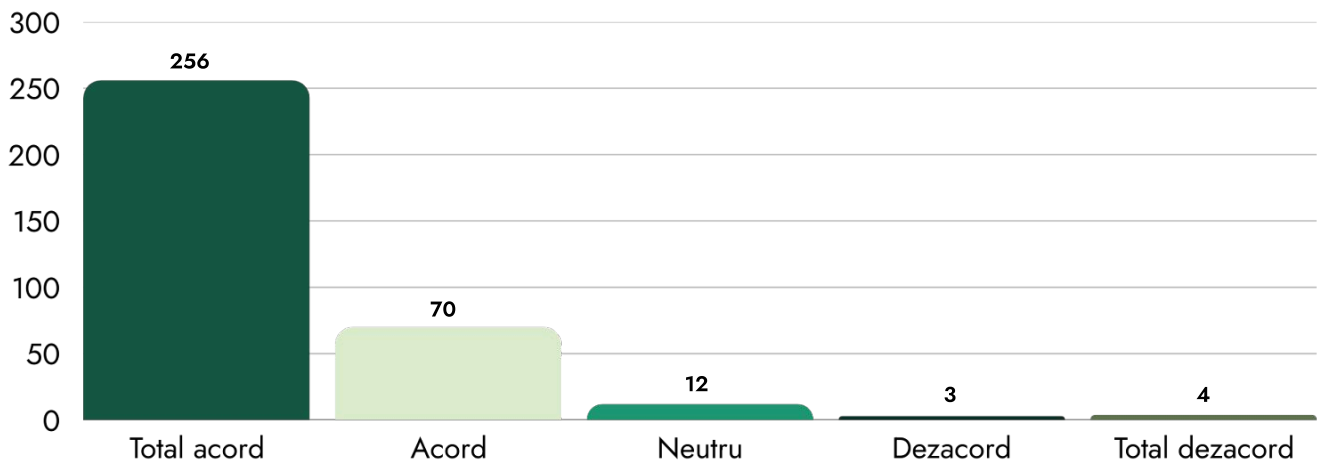


Mă simt încrezător/oare în capacitatea mea de a desfășura eficient în fața elevilor mei lecția pe tema dezvoltării stării de bine emoționale"



Grafic 1. Încrederea în capacitatea de a desfășura lecția de educație psiho-emoțională, N=345

Mă simt confortabil să răspund la întrebările pe care elevii le-ar putea avea despre sănătatea mintală în timpul lecției sau după lecție.



Grafic 2. Gradul de confort pe care cadrele didactice îl au în a le răspunde elevilor pe teme de sănătate mintală, N=345

În ceea ce privește resursele puse la dispoziție, 324 de respondenți consideră că materialele sunt utile în a desfășura lecția (244 acord total și 80 acord cu afirmația "Am resursele și materialele necesare pentru a susține cu succes în clasa mea lecția despre starea de bine emoțională"), dar și că trainingul organizat de RAA le-a oferit suficiente informații despre cum să încurajeze elevii să completeze chestionarul de identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală.

În majoritate, cadrele didactice anticipează că elevii vor reacționa pozitiv atât la lecția despre starea de bine emoțională (214 răspunsuri acord total și 108 acord), cât și la aplicarea chestionarului autoadministrat (195 răspunsuri acord total, 111 răspunsuri acord, dar și 29 de răspunsuri neutre).

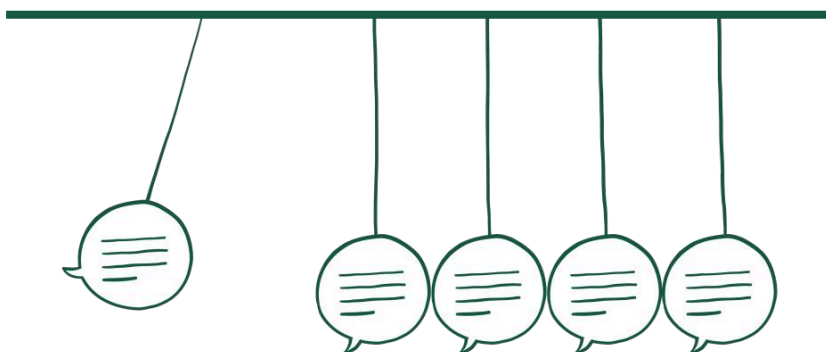
Climatul școlar a fost perceput pozitiv în mare parte din cazuri (acord total 209 răspunsuri, acord 97), încurajând starea de bine emoțională a elevilor și a personalului. Ce este de remarcant însă este un număr mai mare în ceea ce privește răspunsurile neutre (28), situație similară cu anticiparea disponibilității elevilor de a completa chestionarul autoadministrat. Așadar, distribuția generală susține ideea că **proiectul se desfășoară într-un mediu destul de receptiv, aspect important pentru sustenabilitatea intervenției și pentru integrarea lecției în rutina educațională.**

3.1.2.

Așteptări și rețineri

Printre temele de îngrijorare invocate de cadrele didactice în susținerea lecției despre starea de bine emoțională la clasă se numără:

- ▶▶ lipsa de interes asupra subiectului în special la clasele terminale (clasa a VIII-a, clasa a XII-a)
- ▶▶ percepția greșită a subiectului de către părinți și posibilele relații tensionate cu aceștia
- ▶▶ superficialitatea cu care tratează unii dintre elevi sănătatea mintală
- ▶▶ programul încărcat al elevilor
- ▶▶ ideea că, dacă școala a ajuns să discute despre sănătatea mintală, „situația este deja îngrijorătoare”
- ▶▶ nevoia de schimb de bune practici și consultații cu colegii
- ▶▶ dificultăți în explicarea scopului instrumentului pentru depistarea problemelor de sănătate mintală, autoadministrat de elevi.



Una dintre cele mai frecvente îngrijorări exprimate de cadrele didactice respondente este legată de nivelul de interes și disponibilitate al elevilor pentru tema sănătății mintale. Elevii din clasele a VIII-a și a XII-a sunt concentrați pe examenele naționale și au dificultăți în a aloca atenție unor activități care nu sunt direct legate de evaluările finale. Deși subiectul este perceput ca important, unii profesori se tem că elevii nu vor trata lecția cu atenția cuvenită sau o vor considera puțin relevantă pentru momentul educațional în care se află.

Mă îngrijorează superficialitatea cu care primesc orice informație nouă elevii cu care lucrez, întrucât focusul lor este în acest moment pe disciplinele de examen ale evaluării naționale (sunt clasa a VIII-a).

Profesor Diriginte, clasa a X-a, Liceul Tehnologic Nikola Tesla

Temerea" mea este legată de reticența elevilor mei privind acest subiect (a unora dintre ei)! Fiind clasă terminală, au alte preocupari, nu neapărat în dezacord cu aceasta temă, dar de altă natură.

Cadru didactic din ciclul liceal, Colegiul Tehnic „Mihai Bravu”

În paralel cu lipsa de interes, au fost menționate și forme de reticență față de subiect în sine, din lipsa de maturitate emoțională a elevilor. Unele cadre didactice anticipează că aceștia ar putea fi stânjeniți să discute deschis despre sănătate mintală sau să perceapă tema ca fiind prea personală ori incomodă. De asemenea, apare menționată lipsa de seriozitate cu care unii dintre ei primesc informații noi, care poate afecta impactul lecției asupra întregii clase.

Unii copii sunt teribiliști și îi apucă râsul de colegii lor.

Cadru didactic din ciclul liceal, Colegiul Național Elena Cuza

Mă tem ca unii dintre elevii mei ar putea fi reticenți în a-mi oferi informații despre cum se simt sau starea lor de bine.

Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială nr. 149

Un alt subiect de îngrijorare este posibila reacție dezaprobatore a părinților față de introducerea temei sănătății mintale în școală. În unele cazuri, profesorii simt că există riscul ca aceste inițiative să fie interpretate greșit sau respinse din cauza stigmatului încă prezent în jurul problemelor emoționale.



Resimt emoții privind prejudecățile părinților elevilor legat de abordarea la nivelul întregii clase a subiectelor legate de sănătate mintală, de riscurile mai puțin constientizate a vehicularii unor emoții dezadaptative sau a unor scheme mentale implementate acasă, în grupul clasei. Nu de puține ori, elevii descoperă în lecțiile la clasă variante alternative de gândire și acțiune, pe care unii părinți nu le cunosc sau nu le înțeleg în virtutea altor tipare la care aderă din trecut, din obișnuință sau din conformism.

Cadru didactic din ciclul liceal, Liceul Teoretic Traian

În ciuda reținerilor, mulți profesori au exprimat o încredere ridicată în felul în care se va desfășura activitatea, mesajele transmise având un ton pozitiv. Unii au solicitat doar acces la mai multe exemple concrete sau la un schimb de idei între colegi, semnalând nevoia de colaborare profesională. Au fost exprimate așteptări legate și de sprijin logistic (clarificări despre înregistrarea lecției, distribuirea materialelor, desfășurarea chestionarului).

Un număr considerabil de respondenți au declarat că nu au nicio îngrijorare legată de lecție și de pașii pe care îi au de urmat. Aceștia apreciază structura programului și se declară încrezători că lecția va fi bine primită de elevi. În unele cazuri, profesorii au subliniat deschiderea elevilor față de aceste teme și au menționat că lecția este binevenită în contextul actual. Această încredere arată că, **pentru o parte dintre cadrele didactice, subiectul sănătății mintale este perceput ca o necesitate educațională reală.**

3.2.

Imediat după lecție – Evaluarea implementării intervenției în clasă

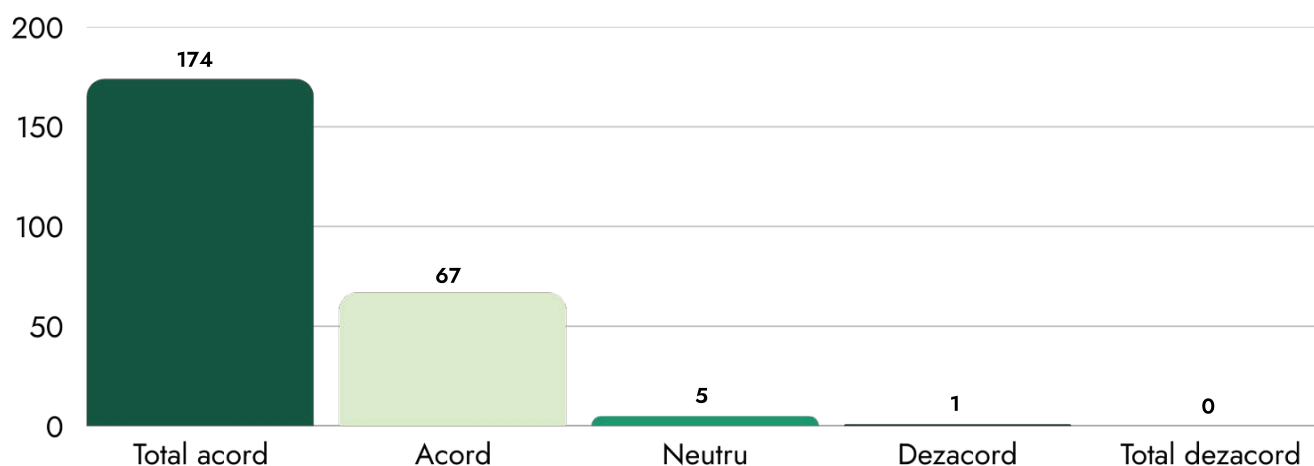


3.2.1

Fezabilitatea livrării lecției

Chestionarul nr. 2 a fost completat de 247 cadre didactice, dintre care 18 bărbați și 229 de femei, cei mai mulți provenind din ciclul liceal (91 persoane). În ceea ce privește experiența didactică, 180 dintre aceștia au mai mult de 10 ani de lucru în sistemul de învățământ, 26 au între 5 și 10 ani experiență, iar un număr de 41 de persoane sunt în primii ani de carieră didactică (mai puțin de 5 ani). Printre materiile predate cel mai des se regăsesc educația socială (38 persoane), limba și literatura română (27 persoane), limba engleză (26 persoane), informatica și tehnologia informației (15 persoane), matematica (14 persoane), psihologia (14 persoane), biologia (12 persoane), istoria (10 persoane), limba franceză (10 persoane), religia (9 persoane) și educația fizică și sport (9 persoane).

Pe baza celor 247 de răspunsuri oferite în chestionarul nr. 2, datele arată că majoritatea (241) cadrelor didactice au evaluat lecția de dezvoltare a abilităților pentru starea de bine emoțională ca fiind ușor de implementat. Instrucțiunile oferite de RAA sunt considerate clare și ușor de urmat de 244 de respondenți (209 acord total, 35 acord), iar materialele și resursele puse la dispoziție sunt apreciate de 245 cadre didactice. Aceste rezultate indică un grad înalt de satisfacție față de materialele de sprijin și instrucțiunile primite în cadrul programului, structura acestuia fiind adaptată corespunzător la realitatea din clasă.



Grafic 3. Dificultatea scăzută cu care lecția a fost implementată la clasă, N=247

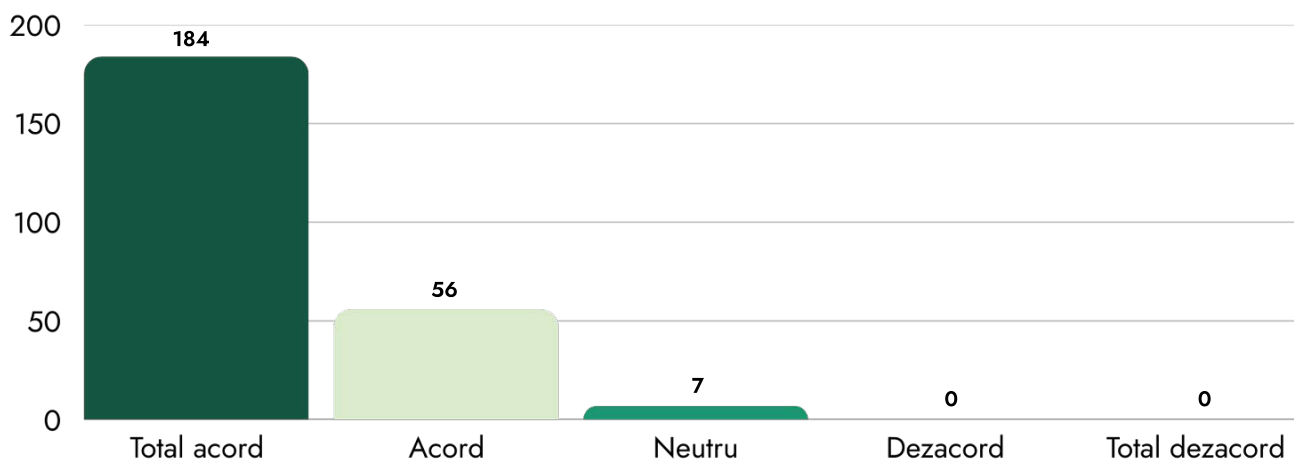
În ceea ce privește completarea chestionarului autoadministrat de evaluare a stării de sănătate mintală adresat adolescenților, 223 dintre cadrele didactice au considerat că a fost simplu și gestionabil să-l prezinte și să-și încurajeze elevii să-l completeze, această percepție sugerând că instrucțiunile și instrumentul au fost bine adaptate nevoilor.



Răspunsurile neutre (17 respondenți), respectiv cele în dezacord cu afirmația (7) arată o oarecare dificultate în introducerea acestui instrument în lecție, rezultatul putând fi dat de situații ce țin de specificul clasei de elevi la care chestionarul a fost aplicat. Profesorii au fost în majoritate de acord și cu afirmația conform căreia "Adolescenții au înțeles că scopul completării chestionarului este de autoidentificare a riscurilor de sănătate" (160 acord total și 68 acord), aspect care a favorizat răspunsuri mai sincere din partea elevilor, ce nu au asociat instrumentul de screening cu o formă de evaluare academică.

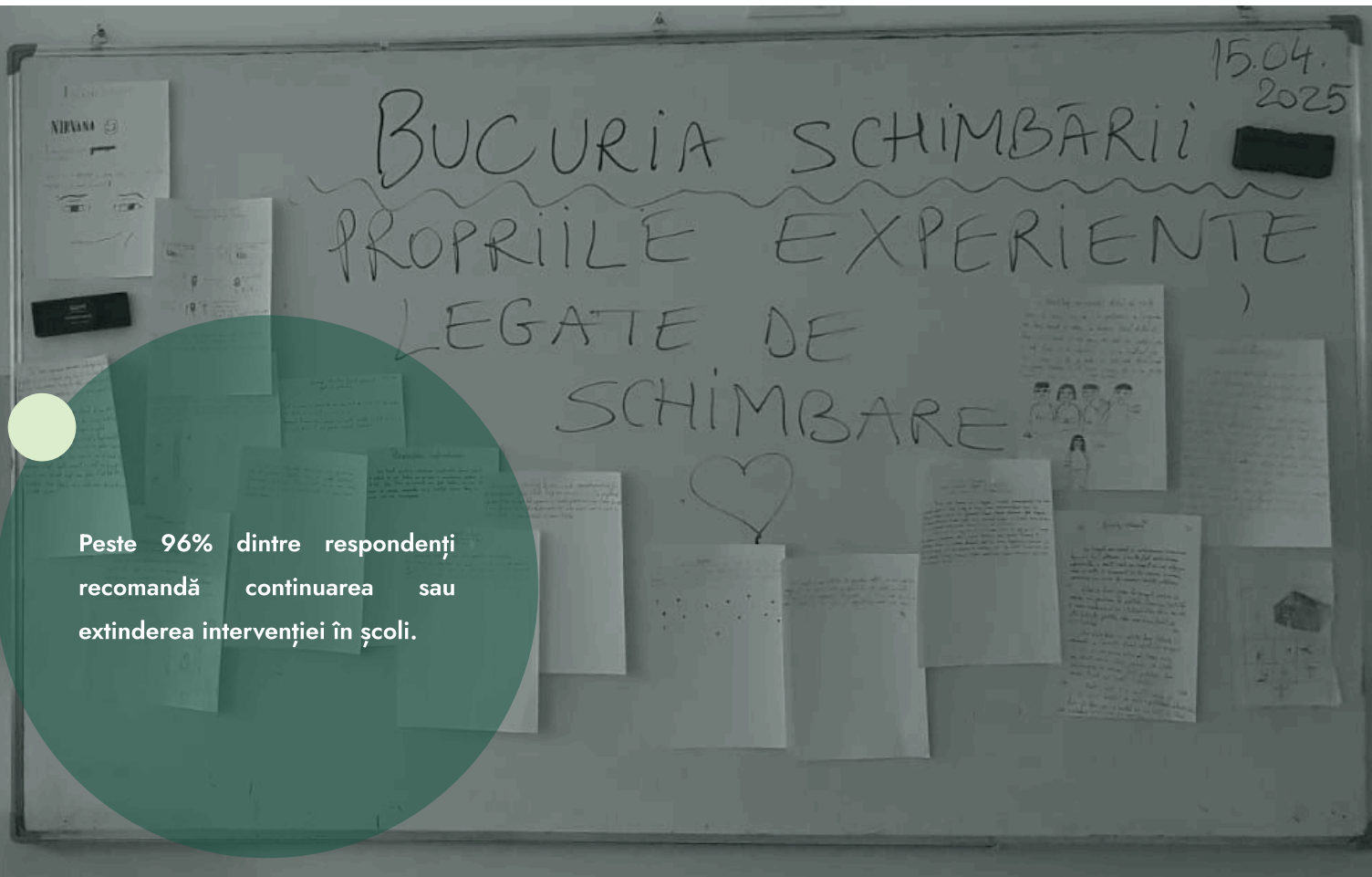
Un total de 184 de cadre didactice au indicat că s-au simțit total confortabil să răspundă întrebărilor elevilor despre sănătatea mintală sau să gestioneze discuții pe această temă, iar alți 56 de respondenți au fost de acord cu afirmația. Numărul mic de răspunsuri neutre (7) și lipsa dezacordului indică o încredere ridicată a profesorilor în abordarea subiectului, ceea ce poate sugera că pregătirea anterioară a lecției și materialele puse la dispoziție au fost eficiente și bine primite. De altfel, conținutul lecției a fost evaluat pozitiv în raport cu vârsta și nivelul de dezvoltare al elevilor de către 243 dintre respondenți.

M-am simțit confortabil să gestionez întrebările și discuțiile adolescenților despre sănătatea mintală



Grafic 4. Nivelul de confort al cadrelor didactice cu privire la abordarea subiectului sănătății mintale, N=247

O îngrijorare identificată în Chestionarul nr. 1 s-a referit la perturbarea rutinei obișnuite și a altor activități didactice odată cu susținerea acestei lecții, care s-a dovedit nefondată, conform răspunsurilor a 242 cadre didactice (194 acord total, 48 acord).



3.2.2.

Dificultăți întâmpinate

Printre **dificultățile invocate de cadrele didactice în susținerea lecției despre SEL** și aplicarea chestionarului autoadministrat destinat identificării problemelor de sănătate mintală la clasă se numără:

- ▶▶ timpul insuficient pentru susținerea lecției
- ▶▶ reticiența în exprimarea emoțiilor și în completarea instrumentului
- ▶▶ lipsa de seriozitate a elevilor cu privire la temele abordate
- ▶▶ dificultăți de înțelegere a sarcinilor de lucru și necesitatea informațiilor suplimentare
- ▶▶ probleme tehnice sau de natură logistică

Răspunsurile deschise din chestionarul nr. 2 evidențiază că cea mai frecventă dificultate pe care au întâmpinat-o cadrele didactice a fost încadrarea în cele 50 de minute disponibile, gestionarea timpului fiind greu de realizat în special în cadrul activităților care implicau discuții de grup. De aceea, unele cadre didactice menționează faptul că au depășit timpul alocat sau au simțit nevoia de a organiza sesiuni consecutive.



Activitatea pe care am desfășurat-o se numește *Interviuri viteza*. Activitatea a avut loc în curtea școlii, copiii au fost foarte încântați și au participat activ. Timpul a fost insuficient dar vom continua ora următoare pentru a finaliza cu participarea tuturor elevilor.

Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială nr. 280

Un alt obstacol identificat este **reticența elevilor în a se exprima liber despre emoții**, situații personale, valori, sau lipsa lor de seriozitate în discuțiile despre sănătate mintală, profesorii menționând că unii dintre adolescenți au evitat să vorbească sau au avut o implicare superficială în activități. Profesorii au observat că pentru unii elevi exprimarea emoțiilor este percepută ca un semn de slăbiciune, discuțiile în profunzime, autentice fiind mai degrabă evitate. Se conturează astfel o **nevoie clară pentru normalizarea acestor teme** în interacțiunile școlare pentru ca elevii să nu le perceapă ca invazive sau ieșite din comun.

Dificultățile întâmpinate au fost legate în principal de reticența inițială a unor elevi de a se exprima sincer sau de a oferi feedback colegilor. A fost nevoie de încurajare și de asigurarea unui spațiu sigur și non-judicativ pentru a facilita deschiderea emoțională. Pe măsură ce activitatea a progresat, majoritatea elevilor au devenit mai implicați. Feedbackul primit a fost în general pozitiv: elevii au spus că s-au simțit ascultați, că au aflat lucruri interesante despre ei și despre cum sunt percepuți de ceilalți. Unii au menționat că au conștientizat anumite puncte slabe pe care nu le observaseră până atunci, dar și calități pe care le subestimau.

Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială George Topârceanu

Una dintre principalele dificultăți întâmpinate a fost faptul că unii elevi s-au arătat reticenți la început în a participa activ la exercițiile de relaxare, considerându-le o „pierdere de timp” sau fiind sceptici în privința eficienței acestora. A fost necesar să încurajez activ participarea lor, explicându-le beneficiile acestor tehnici pe termen lung, și să creez un mediu relaxat în care să se simtă confortabil să participe.

În urma sesiunilor, feedbackul oferit de către elevi a fost în general pozitiv. Mulți dintre ei au apreciat faptul că au învățat tehnici simple și accesibile pentru a-și reduce stresul. Unii elevi au menționat că au devenit mai conștienți de cum își gestionează emoțiile și au apreciat că am făcut activitățile mai interactive.

Cadru didactic din ciclul liceal, Liceul Tehnologic Petru Poni



Pe lângă dificultățile ce țin de elevi, o parte dintre profesori au menționat problemele logistice sau tehnice (lipsa resurselor materiale, accesul limitat la internet sau la telefoanele personale) și contextul instituțional, anume reticența directorilor școlari de a desfășura lecția despre bunăstarea emoțională și aplicarea chestionarului fără a semna un acord scris cu părinții elevilor.

În ansamblu, datele colectate prin Chestionarul nr. 2 și rapoartele de activitate sugerează că deși materialele au fost bine gândite și realizate, iar implementarea lecției, respectiv utilizarea instrumentului de identificare a problemelor de sănătate mintală au fost percepute în majoritate pozitiv, **succesul programului depinde și de climatul instituțional, nivelul de deschidere al elevilor și de resursele pe care instituția de învățământ le are la dispoziție.**

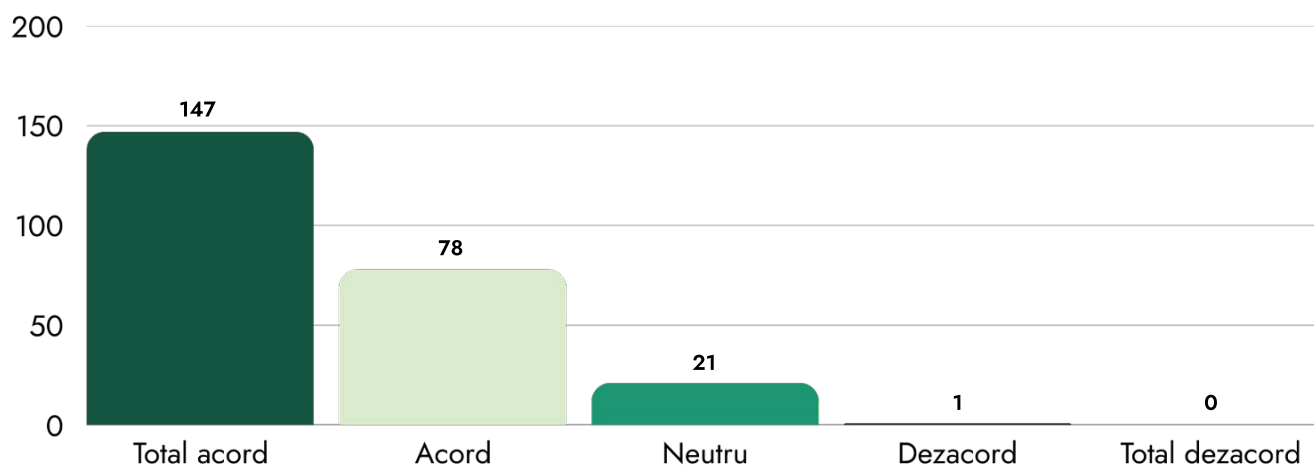
3.2.3.

Receptivitatea elevilor

Majoritatea cadrelor didactice (158 acord total și 82 acord) care au susținut lecția au raportat o atitudine pozitivă legată de conținutul propus, care s-a văzut prin faptul că adolescenții au părut implicați și interesați. După lecție, un număr semnificativ de profesori (225) au apreciat că elevii au părut mai conștienți de problemele de sănătate mintală, ceea ce poate indica o sensibilizare a tinerilor cu privire la acest subiect, lucru susținut și de răspunsul pozitiv la afirmația conform căreia elevii au devenit mai deschiși în a vorbi despre emoții, provocări și sănătatea lor mintală. Răspunsurile neutre la aceste afirmații ilustrează doar o ușoară reticență, însă în marea majoritate, profesorii observă schimbări pozitive.

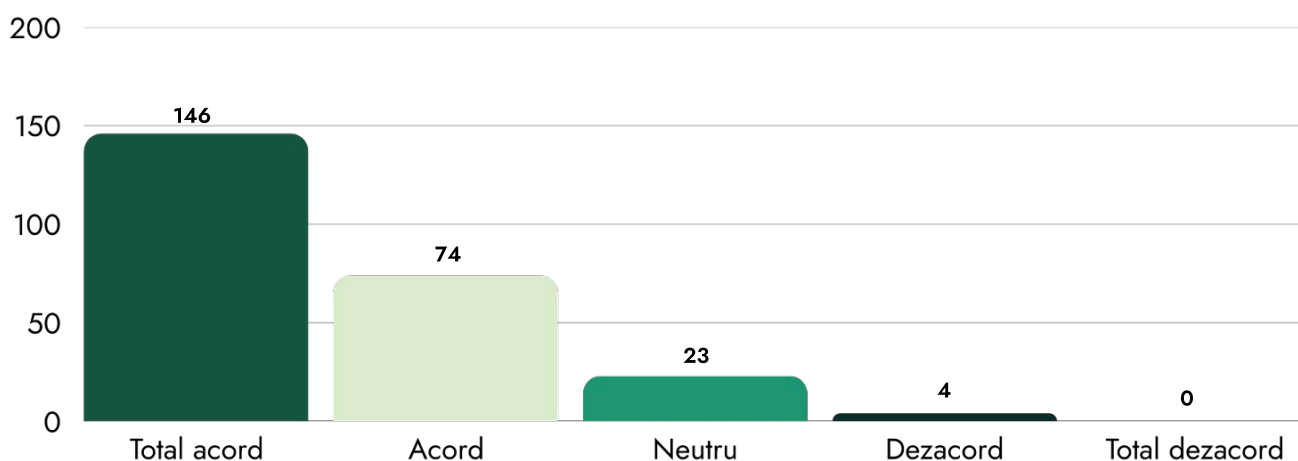


După lecție, elevii au părut mai conștienți de problemele legate de sănătatea mintală

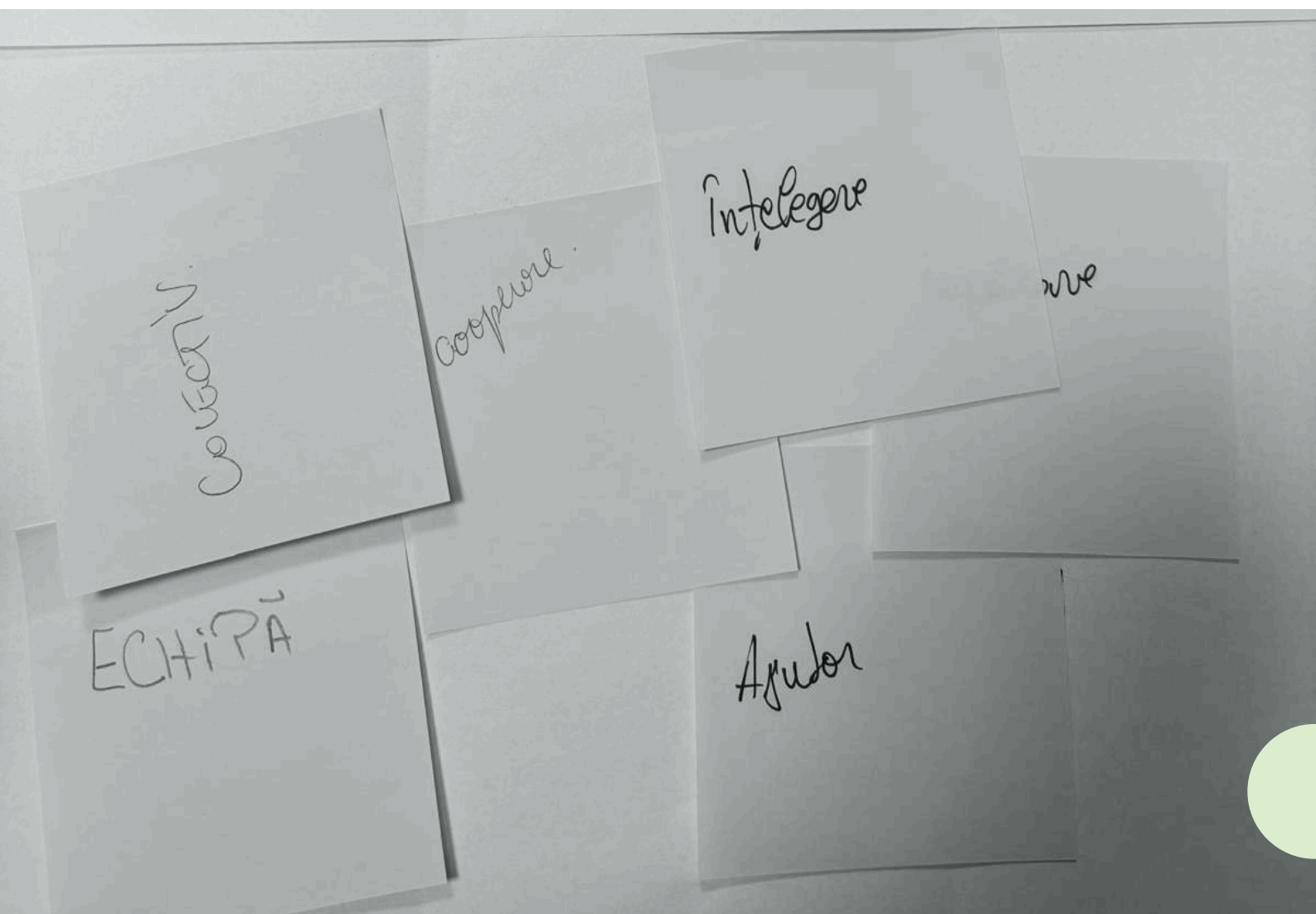


Grafic 5. Sensibilizare tinerilor cu privire la problemele de sănătate mintală după susținerea lecției, N=247

Am observat că elevii au devenit mai deschiși să vorbească despre sănătatea mintală după lecție

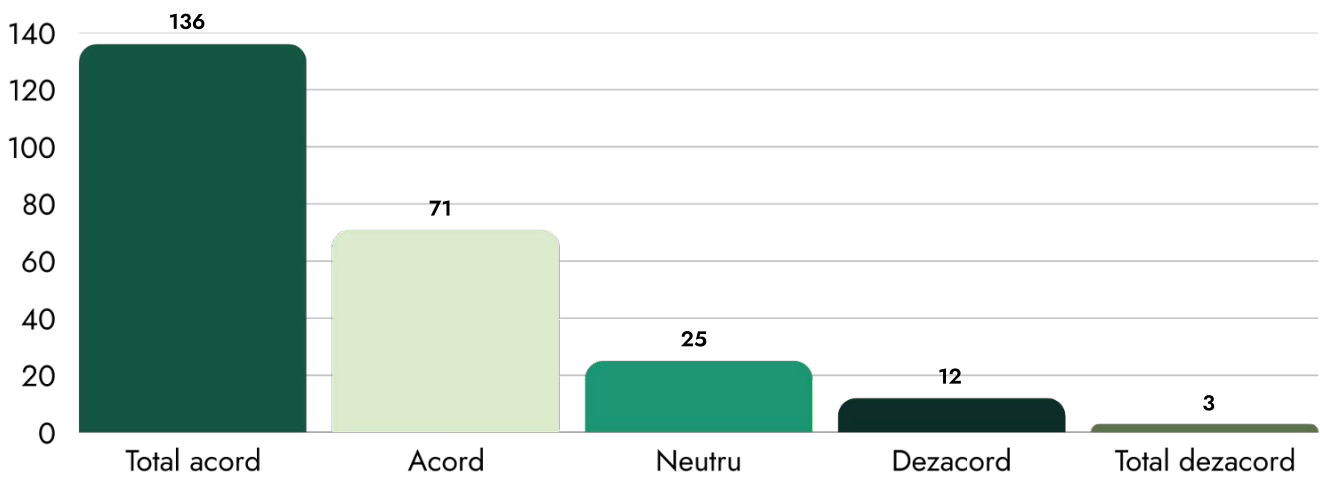


Grafic 6. Deschiderea tinerilor cu privire la problemele de sănătate mintală după susținerea lecției, N=247



Răspunsurile referitoare la afirmația "Elevii au manifestat disponibilitate să completeze chestionarul de identificare a riscurilor privind sănătatea mintală" sunt ceva mai temperate, deși în majoritate pozitive, așa cum rezultă din Grafic 7. Răspunsurile de total dezacord și dezacord arată o reticență a adolescenților de a participa la o astfel de testare, fie din pricina contextelor sociale în care se află, dintr-o frică de a fi etichetați sau din lipsa clarității în comunicarea scopului instrumentului de screening.

Elevii au manifestat disponibilitate să completeze chestionarul de identificare a riscurilor privind sănătatea mintală



Grafic 7. Disponibilitatea elevilor de a completa chestionarul autoadministrat, N=247



Un număr de 236 de cadre didactice au considerat că intervenția la clasă a avut în general un impact pozitiv asupra atitudinii elevilor față de sănătatea mintală, iar 160 au declarat că au observat o creștere a numărului elevilor care au cerut sprijin sau și-au exprimat interesul pentru resurse privind sănătatea mintală după intervenție.

Astfel, conform datelor colectate, atât lecția susținută la clasă, cât și completarea chestionarului autoadministrat pentru identificarea problemelor de sănătate mintală de către adolescenți au fost primite pozitiv de către profesori, dar și de către elevi, discuțiile fiind nu doar informative, cât și un catalizator pentru reflecție și exprimare a emoțiilor și problemelor cu care se confruntă.

3.3.

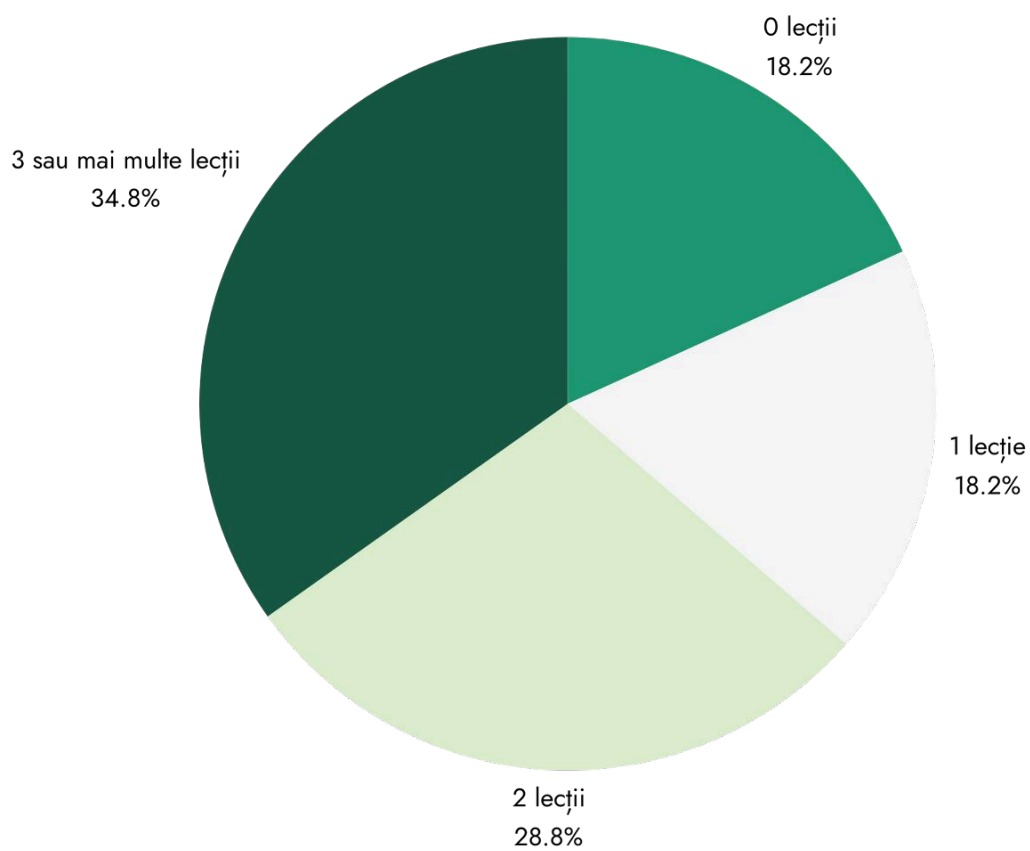
La 30 - 60 de zile după lecție - Eficacitate

Chestionarul nr. 3 a avut cea mai mică rată de răspunsuri, datele fiind colectate de la 66 de cadre didactice. Majoritatea respondenților au indicat un interes ridicat din partea elevilor pentru lecția despre SEL, aproximativ trei sferturi dintre răspunsuri (45) menționând că a fost solicitată organizarea unor activități suplimentare. **Temele propuse sunt diverse, de la gestionarea emoțiilor în timpul examenelor dar și în viața de zi cu zi, comunicare, flexibilitate și adaptare, încredere în sine, până la subiecte mai sensibile precum relația cu părinții, evenimentele traumatiche din familie, bullying-ul sau dependența de substanțe.**

În ceea ce privește orele efectiv realizate, 12 dintre respondenți nu au organizat nicio altă lecție sau activitate pe tema sănătății mintale, iar cadrele didactice care au făcut ore suplimentare pe acest subiect au abordat strategii diferite. Unii profesori s-au folosit de materialele puse la dispoziție pentru a susține între o oră (12 respondenți) și mai mult de 3 ore (23 persoane), sau au integrat activități punctuale în lecțiile obișnuite. Printre resursele folosite, 46 dintre respondenți afirmă că au folosit activități descrise în materialul realizat în cadrul proiectului, "Colecție de aventuri educative non-formale pentru sănătatea și echilibrul emoțional al adolescenților". Chiar dacă formatul și numărul de ore variază, se poate observa o deschidere din partea cadrelor didactice pentru a răspunde nevoilor exprimate de elevi.



Grafic 8. Numărul de lecții suplimentare de bunăstare emoțională susținute după finalizarea intervenției la clasă, N=66

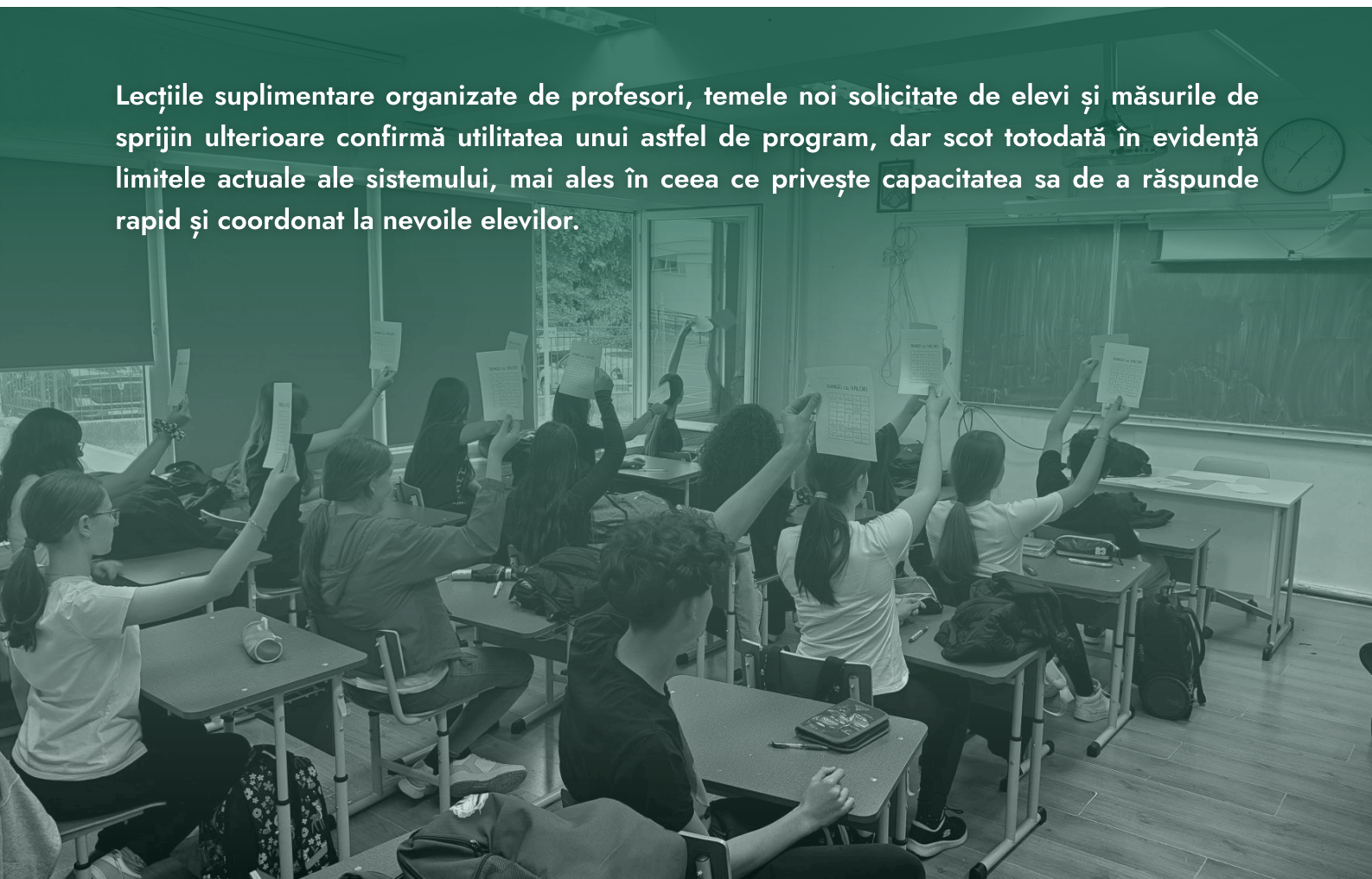


Un aspect important evaluat de Chestionarul nr. 3 este felul în care funcționează protocolul de referire la nivelul instituției de învățământ. La întrebarea referitoare la elevii care au cerut ajutorul în urma lecției despre SEL și a chestionarului autoadministrat, 35 dintre cadrele didactice au răspuns afirmativ, numărul elevilor în nevoie fiind însă greu de identificat dat fiind că răspunsurile variază între 1 și 27 de cazuri. Interesant de menționat este însă numărul apropiat de răspunsuri negative, 30 de cadre didactice spunând că nu au existat solicitări de ajutor din partea elevilor.

În momentele în care elevii au solicitat ajutorul cadrelor didactice, cei mai mulți au apelat la consilierul școlar (32 respondenți), au discutat direct cu părinții (27 respondenți) sau au informat dirigintele (19 respondenți). În multe dintre cazuri aceste măsuri au fost aplicate simultan. Deși 53 dintre respondenți consideră că măsurile le-au fost de ajutor elevilor care au solicitat intervenția și că școala a oferit ajutorul necesar, există și voci care semnalează incertitudine sau lipsa unui răspuns clar (9, respectiv 11 răspunsuri de tip „Nu știu”). Se poate vorbi, așadar, de o reacție care arată o preocupare moderată pentru echilibrul emoțional al elevilor și o înțelegere practică a rolului școlii ca mediu de sprijin.

Datele din acest chestionar arată că lecțiile de educație socio-emoțională au fost bine primite de către elevi și că majoritatea profesorilor au făcut eforturi pentru a le susține în mod eficient.

Lecțiile suplimentare organizate de profesori, temele noi solicitate de elevi și măsurile de sprijin ulterioare confirmă utilitatea unui astfel de program, dar scot totodată în evidență limitele actuale ale sistemului, mai ales în ceea ce privește capacitatea sa de a răspunde rapid și coordonat la nevoile elevilor.



3.4.

Feedbackul elevilor

Rapoartele cadrelor didactice referitoare la feedback-ul elevilor indică în mod repetat că aceștia au fost receptivi, implicați și interesați de subiectele abordate în lecțiile despre sănătatea emoțională, menționând că adolescenții „au participat activ”, „au împărtășit experiențe personale” și „au fost sinceri în răspunsuri”, în multe cazuri menționând că discuțiile au fost animate și deschise, chiar dacă inițial elevii păreau rezervați. Exercițiile, jocurile de rol și studiile de caz au facilitat înțelegerea mai ușoară a conceptelor, în special cele legate de emoții și autoreglarea emoțională, unii dintre profesori notând că spre sfârșitul lecției elevii au devenit din ce în ce mai deschiși. Comentarii precum „au plecat din oră zâmbind” sau „au spus că le-a prins bine” apar frecvent, sugerând un impact emoțional pozitiv imediat.

Am avut o activitate pe gestionarea emoțiilor pentru elevii de clasa a VIII a, folosind activitatea nr. 10: Observarea și descrierea emoțiilor care ne copleșesc. Am folosit fișa nr. 1, dar și elemente învățate la training. Activitatea s-a desfășurat pe 5 grupe. Am modificat câteva aspecte din activitatea propriu-zisă, însă elementele principale au rămas, cum ar fi: identificare emoțiilor, gândurilor, comportamentelor, senzațiilor corporale și cum ar reacționa cu cei din jur. Din fișa nr. 2 am transmis informații legate de roata emoțiilor, am vizionat și un videoclip (care transmitea importanța largirii vocabularului emoțional). Ulterior, după ce fiecare grupă a completat coloana din tabel din dreptul lor, au împărtășit informațiile în plen. Provocările au venit din partea colegilor, deoarece nu erau antrenați să asculte. Conform zâmbetelor de la final și interesului de a scrie și împărtăși situații din viața lor, consider că le-a plăcut activitatea.

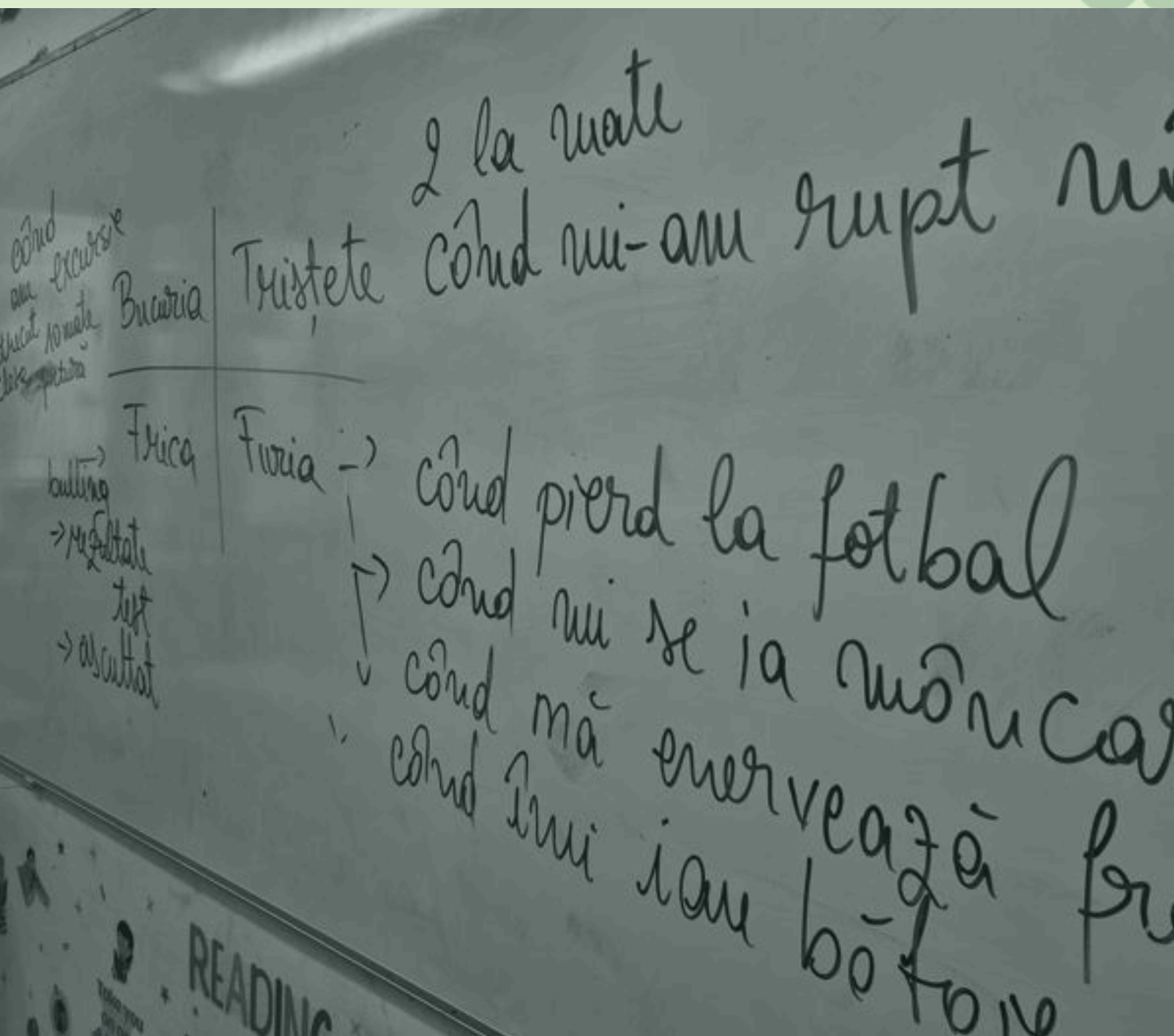
Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială Nr.95

Feedbackul primit de la elevi a fost în mare parte pozitiv – aceștia au apreciat activitatea ca fiind interesantă și utilă pentru autocunoaștere, iar mulți au menționat că au descoperit valori comune cu colegii, ceea ce a contribuit la întărirea relațiilor de grup.

Cadru didactic din ciclul liceal, Colegiul Tehnic Iuliu Maniu

Feedback-ul elevilor a fost încurajator - mulți au spus că le-a plăcut să afle că furia este o emoție normală și că este important ce faci cu ea, nu doar faptul că o simți.

Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială Maica Domnului



Feedback oferit de către elevi:

a. Ce v-a plăcut cel mai mult în cadrul acestei activități?

„Mi-a plăcut că am vorbit liber despre cum ne simțim.”

„A fost interesant să văd că și alții se simt la fel ca mine uneori.”

„Mi-a plăcut că am învățat cum să mă calmez când sunt nervos.”

„Mi-a plăcut să lucrăm în echipă.”

b. Cum v-ați simțit?

„M-am simțit înțeleasă.”

„M-am simțit curios să aflu cum reacționează alții în situații similare.”

„M-am simțit mai liniștit când am aflat că toți ne enervăm uneori și că e normal.”

c. Ce luați cu voi din această activitate?

„Că pot să respir adânc și să plec dintr-un conflict dacă e nevoie.”

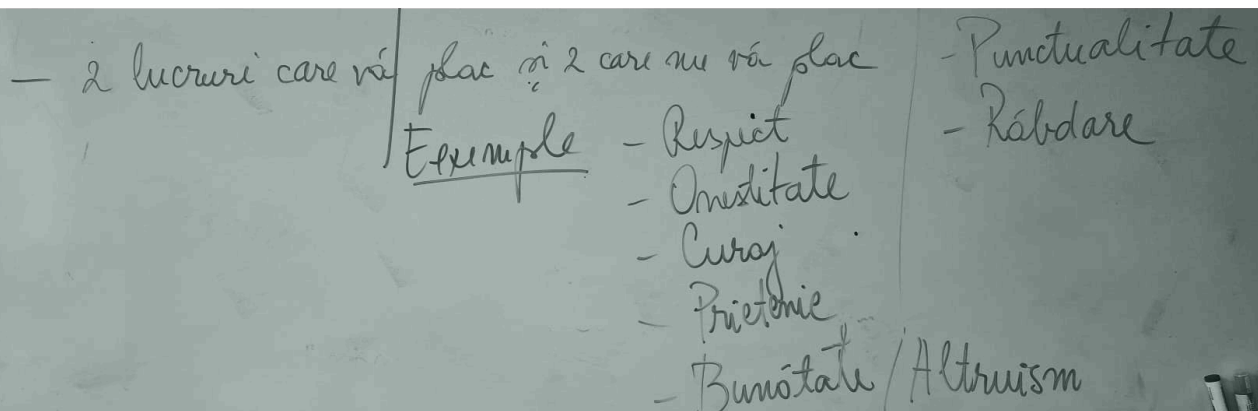
„Să nu reacționez imediat când sunt furios, ci să-mi dau timp să mă gândesc.”

„Să vorbesc mai calm și să spun ce simt, nu să țip.”

Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială De Arte nr. 5



Unele cadre didactice au notat că **elevii au fost surprinși că astfel de teme pot fi abordate la școală, pentru mulți lecția fiind o noutate și o experiență diferită de conținutul obișnuit.** Apare destul de des menționat faptul că **adolescenții își doresc să continue activitățile de acest fel, exprimându-și interesul pentru activități legate de emoții și relații.**



Feedbackul primit din partea elevilor a fost pozitiv. Aceștia au apreciat faptul că au avut ocazia să vorbească despre emoțiile lor și să descopere că furia este o emoție normală, care poate fi controlată și exprimată adecvat. Mulți dintre ei au considerat că activitatea i-a ajutat să se înțeleagă mai bine pe sine și pe colegii lor și au exprimat dorința de a continua astfel de sesiuni și pe alte teme legate de inteligența emoțională.

Cadru didactic din ciclul liceal, Colegiul Economic Viilor

Am păstrat structura propusă în ghid, împărțind copiii în grupuri de câte 5. Fiecare copil a primit o foaie de hârtie și un pix, completând câte un mesaj pozitiv pentru fiecare coleg din grup. Apoi, pe rând, fiecare copil a fost invitat să stea pe „tron”, iar colegii i-au citit mesajele scrise. O dificultate întâmpinată a fost timiditatea unora dintre copii la începutul activității, mai ales când au trebuit să își exprime gândurile pozitive în scris. De asemenea, câțiva au avut dificultăți în a primi complimente și au manifestat rețineri în a sta pe „tron”. Cu toate acestea, pe măsură ce activitatea a progresat, s-au simțit mai încrezători și implicați. Feedbackul oferit a fost foarte pozitiv – copiii au spus că le-a plăcut să audă lucruri frumoase despre ei și că s-au simțit „importanți” și „apreciați”. Unii au propus chiar să repetăm activitatea periodic.

Cadru didactic din ciclul gimnazial, Școala Gimnazială Maica Domnului

04

ANALIZĂ

COMPARATIVĂ

Program de formare a personalului școlar în
sănătatea mintală și bunăstare emoțională

Fișă de lucru Strategii de gestionare a furiei atunci când un adult este furios pe tine

Oprește-te și calmează-te. Vorbește cu tine însuși / însăți, pentru a-ți da seama cum e mai bine să acționezi. Nu acționa impulsiv. Spune-ți lucruri care te pot calma, precum:

- "Asta nu este un moment bun, dacă vorbesc acum o să răspund obraznic."
- "Cel mai inteligent lucru este să tac și să ascult."
- "Scuzele nu o să mă ajute."
- "Pot să spun ce simt, dar atunci când ei nu vor mai fi așa supărați."
- "Pot să îmi exprim furia mai târziu, într-un mod pozitiv."
- "Toată lumea face greșeli."

4.1.

Evoluția percepției cadrelor didactice de la începutul intervenției până la final

Pentru a avea o imagine mai clară a percepției cadrelor didactice la începutul intervenției și la finalul acesteia, secțiunea de față va explora felul în care cadrele didactice au răspuns la Chestionarul de evaluare nr. 1 și Chestionarul de evaluare nr. 2, prin comparație. Acest lucru va fi posibil prin evaluarea itemilor care reflectă nivelul de încredere, confort, resurse disponibile, reacții anticipate din partea elevilor și percepția generală asupra lecției.

Chestionar nr. 1	Chestionar nr. 2
Mă simt încrezător/oare în capacitatea mea de a desfășura eficient în fața elevilor mei lecția pe tema dezvoltării stării de bine emoționale.	Lecția de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională a fost ușor de implementat în timpul alocat la clasă.
Mă simt confortabil să răspund la întrebările pe care elevii le-ar putea avea despre sănătatea mintală în timpul lecției sau după lecție.	M-am simțit confortabil să gestionez întrebările și discuțiile adolescenților despre sănătatea mintală.
Am resursele și materialele necesare pentru a susține cu succes în clasa mea lecția despre starea de bine emoțională.	Resursele și materialele oferite de RAA au fost adecvate pentru susținerea eficientă a lecției.
Anticipez că elevii vor reacționa pozitiv la lecția despre starea de bine emoțională.	Conținutul lecției a fost adecvat vârstei și nivelului de dezvoltare a elevilor mei.
Anticipez că elevii mei vor reacționa pozitiv la activitatea de (auto)identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală cu ajutorul chestionarului.	A fost simplu și gestionabil să prezint și să încurajez adolescenții să completeze online chestionarul de identificare a riscurilor pentru sănătatea mintală.

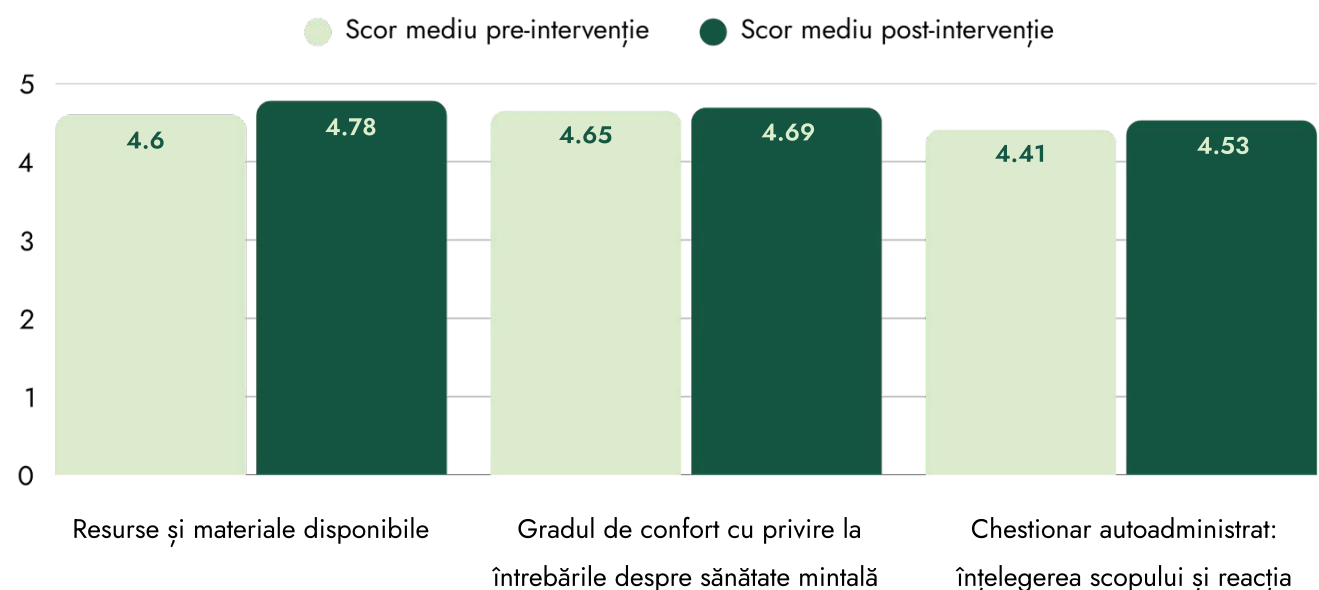
Tabel 2. Itemi din cele două chestionare pe baza cărora se realizează analiza comparativă

Cadrele didactice au început programul având un nivel ridicat de încredere în propriile capacități de susținere a lecției pe tema bunăstării emoționale și în înțelegerea obiectivelor acesteia, media pentru afirmația *"Înțeleg clar obiectivele lecției"* fiind 4,73 (unde 5 reprezintă acord total cu afirmația), iar pentru *"Mă simt încrezător/oare în capacitatea mea de a desfășura eficient în fața elevilor mei lecția pe tema dezvoltării stării de bine emoționale"* fiind de 4,67, ceea ce arată din start că așteptările și deschiderea către lecție au fost mari.

În ceea ce privește confortul referitor la gestionarea întrebărilor despre sănătate mintală, media a crescut sensibil de la 4,65 la 4,69, ceea ce arată că previziunea a fost confirmată de realitate, experiența practică fiind poate mai puțin intimidantă decât au perceput-o cadrele didactice inițial. Acest lucru se poate datora, de asemenea, resurselor și materialelor puse la dispoziție, deoarece, deși inițial scorul pentru *"am resursele necesare"* a fost de 4,60, percepția după implementare a fost mai ridicată, ajungând la o medie de 4,78. Astfel, din datele colectate rezultă că resursele au fost nu doar suficiente, ci au depășit așteptările inițiale.

Înainte de lecție profesorii au anticipat o reacție pozitivă a elevilor la completarea chestionarului autoadministrat (cu o medie de 4,41) și la receptivitatea discuțiilor despre starea de bine emoțională, observându-se și pe această componentă o creștere sensibilă a mediilor răspunsurilor (4,53). Per total, scorurile post-intervenție sunt peste așteptări, deși rezultatele nu indică o creștere spectaculoasă.

Scor mediu pre-intervenție vs. Scor mediu post-intervenție

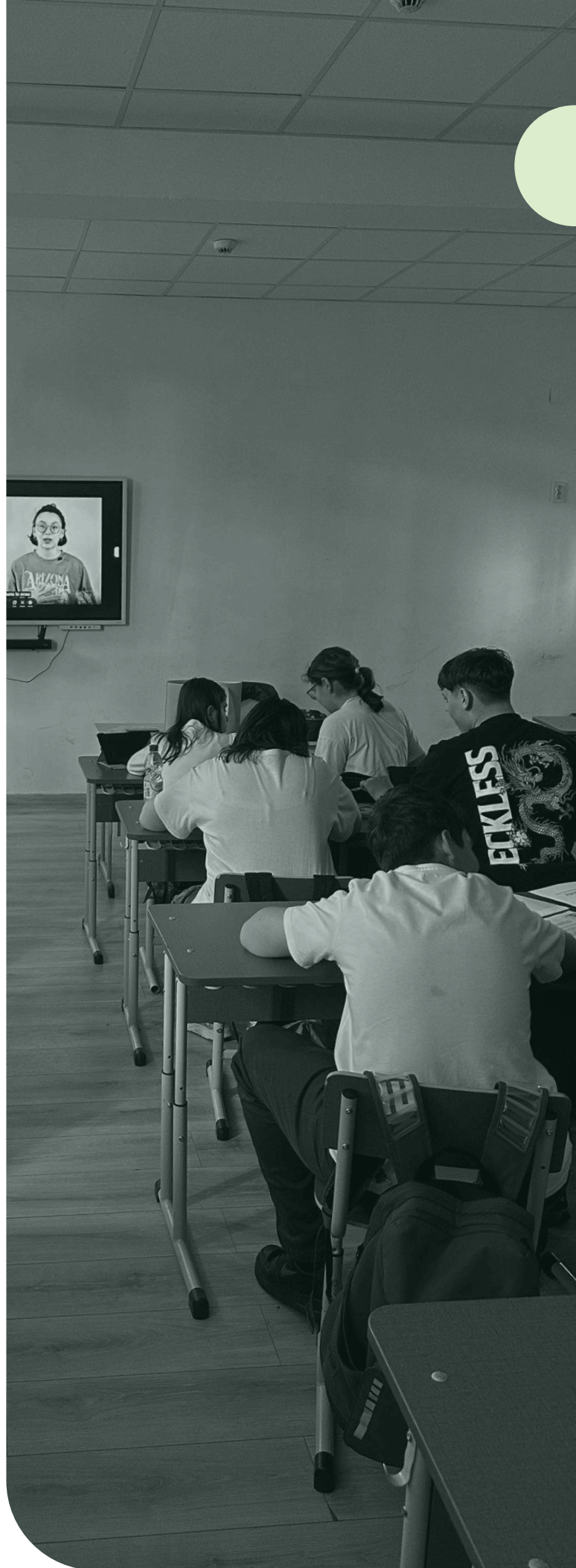


Grafic 9. Analiza comparativă a percepției cadrelor didactice de la începutul intervenției până la sfârșitul acesteia pe 3 componente

Itemii evaluați după susținerea lecției precum integrarea acestora în programul normal de studii ilustrează o percepție pozitivă a cadrelor didactice, care descriu activitățile ca fiind adaptate vârstei, iar instrucțiunile suficient de clare, astfel încât să ușureze munca acestora. **Elevii au fost implicați și conținutul a fost perceput ca fiind relevant, ceea ce arată că lecția despre SEL este fezabilă atât din punct de vedere metodologic, cât și logistic.**

La nivelul datelor analizate, se poate observa corelația dintre calitatea materialelor și gradul crescut de implicare al elevilor, ceea ce sugerează că un material bine structurat și descris prin instrucțiuni clare ușurează munca profesorilor, având în același timp efect asupra atmosferei din clasă și a felului în care lecția a fost desfășurată. Totodată, cadrele didactice care s-au simțit mai în largul lor să răspundă întrebărilor despre sănătatea mintală au fost și cele care au observat o mai bună deschidere a elevilor în a completa chestionarul autoadministrat, ceea ce arată că **implicarea adolescenților ține și de metodele interactive folosite, dar și de încrederea cu care adultul din fața lor gestionează un subiect sensibil.**

Experiența practică a consolidat încrederea în resurse, confortul în fața întrebărilor despre sănătatea mintală și încrederea că elevii au înțeles obiectivul completării chestionarului autoadministrat de identificare precoce a problemelor de sănătate mintală, fără a genera o sursă suplimentară de stres, ci mai degrabă validând intervenția. Rezultatele confirmă că aceasta a fost bine primită atât de cadrele didactice, cât și de elevi, fiind fezabilă și utilă în menținerea unui climat echilibrat la nivelul claselor.



4.2.

Elemente facilitatoare și bariere

Unul dintre cele mai clare elemente facilitatoare menționate de către cadrele didactice a fost formarea teoretică anterioară. Cursul față-n față a fost considerat de mulți respondenți drept o ancoră utilă, atât în ceea ce privește felul în care se raportează la emoțiile, gândurile și propriile acțiuni, cât și la importanța abordării unei astfel de teme la clasă. Răspunsurile indică faptul că **formarea le-a oferit un cadru de lucru clar, instrumente concrete și un plus de siguranță în abordarea subiectelor sensibile.**



Printre barierele menționate, o parte dintre mențiuni au fost de ordin logistic sau organizatoric, încadrarea în timpul disponibil (45 - 50 de minute) sau integrarea într-un orar aglomerat prezentând dificultăți pentru unii dintre aceștia. Pentru acest aspect, **este necesară o mai bună planificare a activității sau integrarea ei în orarul obișnuit al elevilor, ca de exemplu în timpul orei de dirigenție.** Totodată, pentru unele dintre cadrele didactice accesul la materiale nu a fost întotdeauna prompt sau complet, ceea ce a creat uneori presiune în implementarea lecției, iar o mai bună comunicare este necesară.

Un alt aspect menționat destul de frecvent în ceea ce privește dificultatea de a susține lecția a fost reticența elevilor, în special la începutul orei. O parte dintre profesori au apelat la activități interactive și/sau discuții informale pentru a gestiona situația, însă **în anumite cazuri cadrele didactice nu s-au simțit suficient de încrezătoare pentru a-i stimula pe elevi să se deschidă. O mai bună formare în această direcție ar putea ajuta.**

Rezumatul principalelor constatări

Intervenția derulată în școli pentru promovarea stării de bine emoționale și identificare timpurie a riscurilor de sănătate mintală a fost în majoritate bine primită de către profesori, care au arătat o implicare activă în proces, o înțelegere crescută a rolului acestora în sprijinirea sănătății emoționale a elevilor, dar și o disponibilitate clar exprimată de a continua această activitate. Formarea a fost percepută ca utilă, necesară și relevantă, iar lecțiile susținute au fost în majoritate considerate eficiente și bine adaptate la nevoile claselor.

Un rezultat semnificativ al intervenției este evoluția pozitivă a percepției profesorilor în ceea ce privește încrederea în propriile abilități de a susține lecția. Deși scorurile comparative între pre și post intervenție indică creșteri mici, este notabil faptul că experiența intervenției nu a deteriorat percepția respondenților asupra propriilor competențe. Participanții s-au simțit mai pregătiți să răspundă întrebărilor elevilor, să normalizeze discuțiile despre emoții și să gestioneze momentele sensibile din timpul lecției.

Totodată, trebuie luate în seamă și adresate dificultățile semnalate, precum problemele de logistică, lipsa timpului, nevoia de adaptare a materialelor la grupe de vârstă foarte mici, dar și incertitudinea legată de gestionarea situațiilor care pot apărea în discuțiile despre subiecte de sănătate emoțională pe care nu le stăpânesc foarte bine. Pentru depășirea acestor dificultăți, climatul din școală și sprijinul instituțional joacă un rol esențial.

Intervenția și-a atins obiectivele urmărite, anume creșterea gradului de alfabetizare emoțională în rândul cadrelor didactice, creșterea capacității acestora de a susține activități pe teme de sănătate mintală și crearea unui cadru funcțional de identificare timpurie a riscurilor.

Conținutul și structura programului pot fi replicate cu ajustări minime, iar integrarea sa în practici educaționale curente considerăm că este necesară.

Valoarea și limitele intervenției pilot



Pilotarea a permis observarea modului în care profesorii se raportează la tema sănătății emoționale, oferind o primă testare structurată a unui model de promovare a stării de bine emoționale la clasă. Această intervenție a contribuit la **reducerea stigmatizării și la normalizarea discuțiilor despre emoții și gestionarea lor în spațiul educațional**, atât de necesară în sistemul românesc de învățământ.



Prin abordarea mixtă: formare teoretică, experiență practică la clasă și autoevaluarea elevilor, **intervenția a creat un model coerent și relativ ușor de replicat**, oferindu-le profesorilor un rol activ, fără a deveni terapeuți sau înlocuitori ai specialiștilor în sănătate mintală, ci o primă ancoră a stabilității emoționale a propriilor elevi. Totodată, prin pilotare au fost colectate date concrete care ilustrează barierele existente și ce anume funcționează cu adevărat în practică.



Totuși, **intervenția are o serie de limitări** care nu trebuie omise. Perioada de implementare a fost destul de scurtă, iar profilul școlilor, fiind din București, poate să nu reflecte neapărat toate situațiile cu care se confruntă unitățile de învățământ din mediile mai dezavantajate. Totodată, lipsa unui sistem post-intervenție (consiliere, urmărire a cazurilor, feedback de la elevi) bine pus la punct arată că infrastructura instituțională trebuie consolidată pentru a susține eficient și pe termen lung astfel de inițiative.



Valoarea intervenției constă nu numai în rezultatele punctuale obținute, ci și într-o **mai bună cartografiere a sprijinului de care profesorii au nevoie**, a temelor de interes pe care le au elevii și ce obstacole trebuie depășite pentru ca educația psiho-emoțională să devină o componentă firească integrată și asumată de conducerea școlilor.

06

RECOMANDĂRI



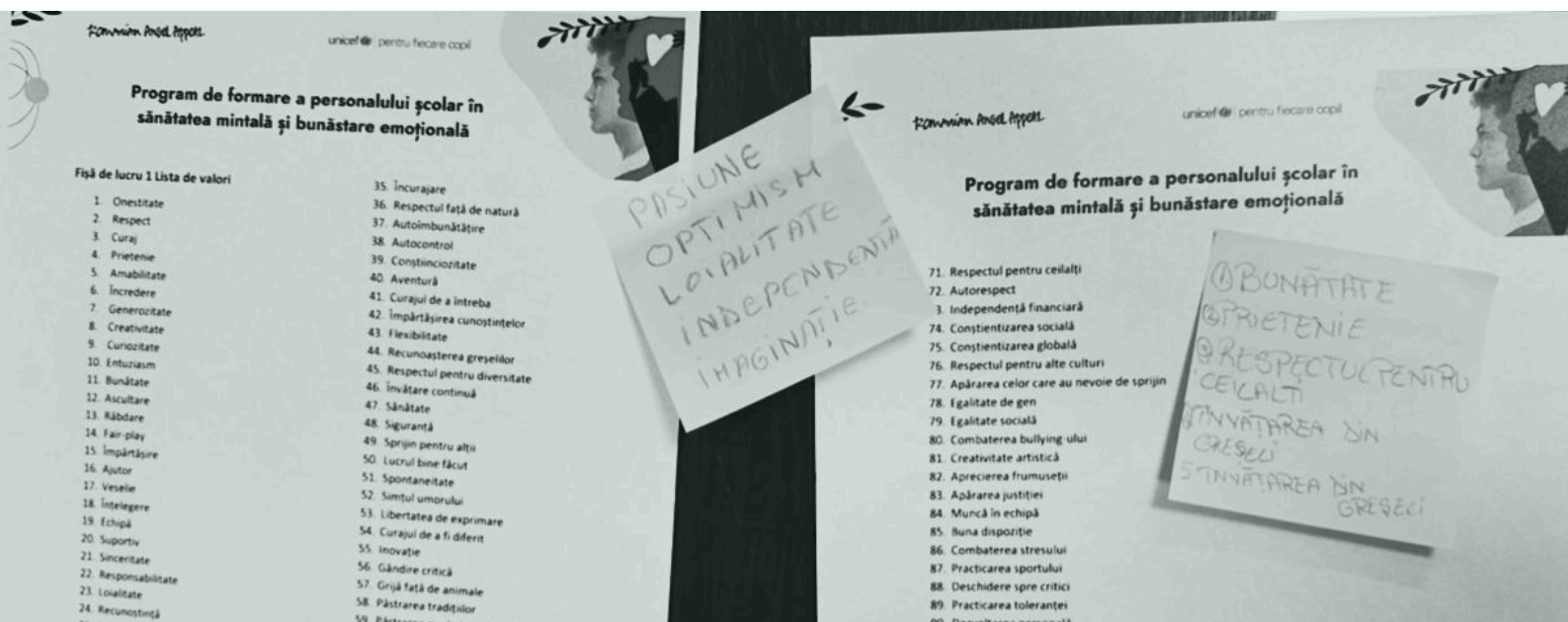
Pentru îmbunătățirea intervenției

- ▶ **Prelungirea și diversificarea programului de formare.** Printre sugestiile profesorilor se numără realizarea unui număr mai mare de sesiuni de pregătire care să includă simulări de întrebări dificile, exerciții de consolidare a propriilor abilități de facilitare și un modul de lucru cu copii cu cerințe educaționale speciale (CES).
- ▶ **Srijin continuu pentru cadrele didactice** (persoană de contact care să ofere sprijin în cazul în care se confruntă cu situații sau întrebări pe care nu le pot gestiona). Un grup online de tip peer support cu întâlniri ocazionale ar putea funcționa ca spațiu de reflecție și schimb de bune practici.
- ▶ **Feedback din partea elevilor** pentru a înțelege cum au perceput lecția, pentru a face posibilă ajustarea conținutului și calibrarea mesajelor transmise.



Pentru extinderea implementării

- ▶ **Integrarea lecției despre SEL în cadrul orei de dirigenție sau în curriculumul opțional.** Pentru ca intervenția să fie o practică sustenabilă, aceasta are nevoie să fie încadrată formal în orar, pentru a elimina presiunea de a găsi loc în programul încărcat al elevilor.
- ▶ **Formarea continuă a unui număr mai mare de cadre didactice.** Programul de formare ar trebui să fie disponibil în format hibrid, pentru a permite accesul cadrelor didactice din medii diferite, accentul fiind pus pe formatori locali care să poată deveni puncte de sprijin în teritoriu.
- ▶ **Colaborarea cu inspectoratele școlare și autoritățile locale** prin parteneriate formale, pentru a facilita integrarea activităților în planul managerial al unităților de învățământ.



- ▶ **Monitorizarea centralizată și documentarea rezultatelor:** datele colectate din școli ar trebui să alimenteze o bază de date națională anonimată care să permită ajustarea conținutului, formării și sprijinului oferit, să constituie baza argumentelor privind politicile publice dedicate educației psiho-emoționale.
- ▶ **Prioritizarea grupurilor vulnerabile și a școlilor din zone dezavantajate.** Este necesar ca intervenția să ajungă în zonele cu acces redus la servicii de consiliere sau suport psihologic.

07

BIBLIOGRAFIE

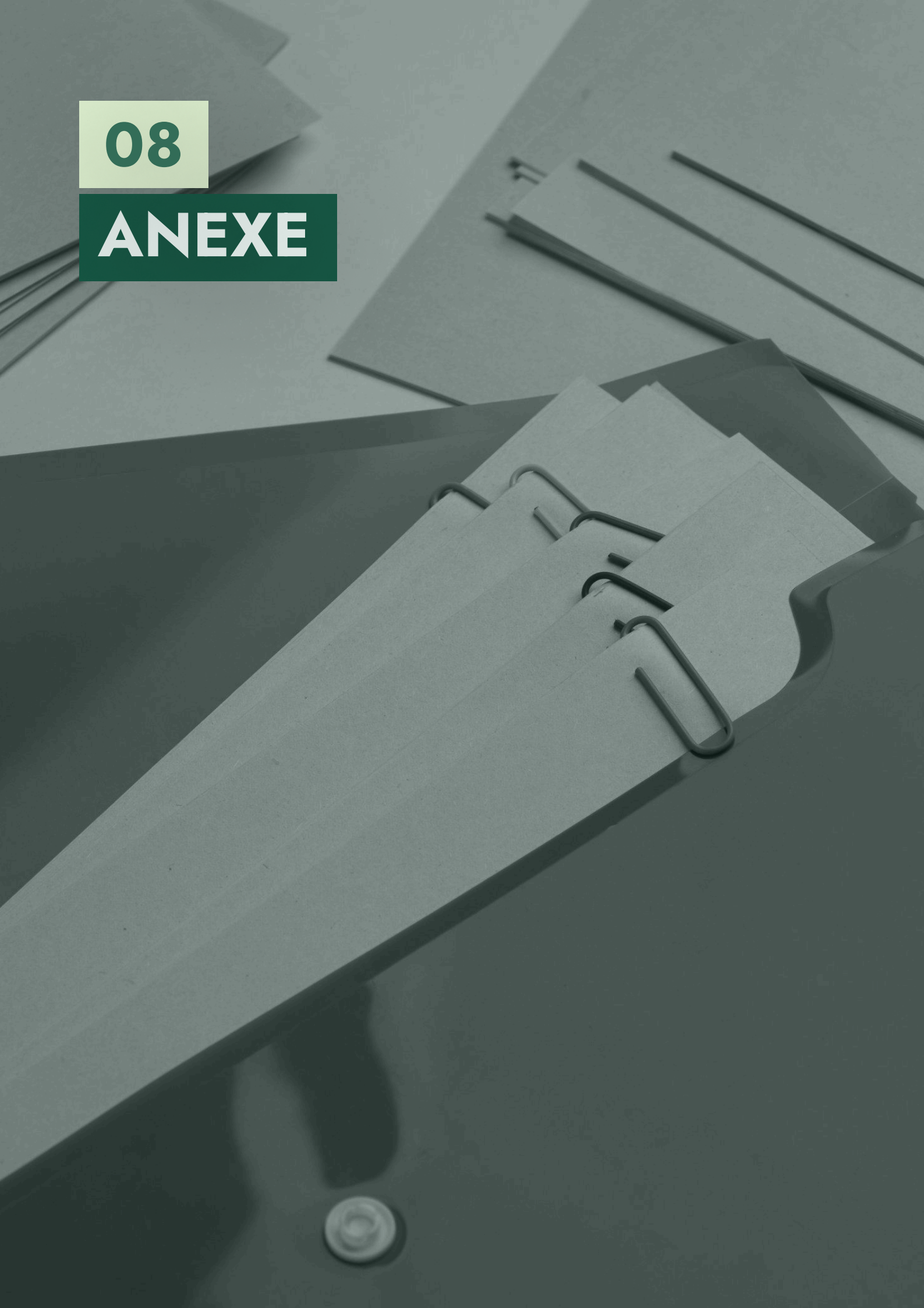




- ▶▶ Dobre A., Mușat C. și Negoii A. (2024). Colecție de aventuri educative non-formale pentru sănătatea și echilibrul emoțional al adolescenților. Disponibil la: <https://raa.ro/publicatie/colectie-de-aventuri-educative-non-formale-pentru-sanatate-si-echilibrul-emotional-al-adolescentilor/>
- ▶▶ Instrument de Screening a Sănătății Mentale la Copii și Adolescenți (ISSM-CA). Disponibil la: <https://www.istt.ro/recomandari-issm-ca>
- ▶▶ Mironov C. și Tomșa R. (2024). Ghid pentru starea de bine și sănătatea mintală dedicat personalului din școli. Disponibil la: <https://raa.ro/publicatie/ghid-pentru-starea-de-bine-si-sanatatea-mintala-dedicat-personalului-din-scoli/>
- ▶▶ Fundația Romanian Angel Appeal. Aplicație practică online: Starea de bine emoțională pentru elevi și tineri. Disponibil la: <https://www.elearning.raa.ro/ro/courses/starea-de-bine-emotionala-pentru-elevi-si-tineri-aplicatie-practica>
- ▶▶ Voinea C. și Kalambayi F. (2024). Analiza nevoilor din perspectiva cadrelor didactice. Disponibil la <https://raa.ro/publicatie/analiza-nevoilor-de-sanatate-mintala-si-sprijin-psiho-social-din-perspectiva-cadrelor-didactice/>
- ▶▶ Voinea C. și Kalambayi F. (2024). Analiza nevoilor din perspectiva adolescenților. Disponibil la: <https://raa.ro/publicatie/analiza-nevoilor-de-sanatate-mintala-si-sprijin-psiho-social-din-perspectiva-adolescentilor/>
- ▶▶ Voinea C. și Kalambayi F. (2024). Analiza nevoilor din perspectiva specialiștilor. Disponibil la: <https://raa.ro/publicatie/analiza-nevoilor-de-sanatate-mintala-si-sprijin-psiho-social-din-perspectiva-specialistilor/>
- ▶▶ Voinea C. și Kalambayi F. (2024). Analiza nevoilor din perspectiva părinților. Disponibil la: <https://raa.ro/publicatie/analiza-nevoilor-de-sanatate-mintala-si-sprijin-psiho-social-din-perspectiva-parintilor/>

08

ANEXE



8.1. Tabel 1. Participanți la curs față în față, parte a Programului de formare

Formare fizică	Data	Locație	Nr. participanți
Grupa 1	9 - 10 noiembrie	Școala Gimnazială "Ferdinand I"	26
Grupa 2	9 - 10 noiembrie	Liceul Tehnologic "Sfântul Pantelimon"	24
Grupa 3	9 - 10 noiembrie	Școala Gimnazială 113	14
Grupa 4	15 - 16 noiembrie	Colegiul Național Bilingv "George Coșbuc"	20
Grupa 5	16 - 17 noiembrie	Liceul Tehnologic "Nikola Tesla"	26
Grupa 6	23 - 24 noiembrie	Asociația Niciodată Singur	24
Grupa 7	23 - 24 noiembrie	Facultatea de Sociologie și Asistență Socială	21
Grupa 8	14 - 15 decembrie	Școala Gimnazială "Regina Maria"	22
Grupa 9	14 - 15 decembrie	Școala Gimnazială "Regina Maria"	12
Grupa 10	17 - 18 ianuarie	Școala Gimnazială "Sf. Silvestru"	16
Grupa 11	18 - 19 ianuarie	Școala Gimnazială "Sf. Silvestru"	25
Grupa 12	1 - 2 februarie	Colegiul Economic "Costin C. Kirițescu"	13
Grupa 13	1 - 2 februarie	Colegiul Economic "Costin C. Kirițescu"	20
Grupa 14	1 - 2 februarie	Școala Gimnazială "Sf. Voievozi"	16
Grupa 15	1 - 2 februarie	Școala Gimnazială "Luceafărul"	24
Grupa 16	8 - 9 februarie	Școala Gimnazială "Luceafărul"	33
Grupa 17	15 - 16 februarie	Colegiul Național Cantemir Vodă	33
Grupa 18	15 - 16 februarie	Colegiul Tehnic "Iuliu Maniu"	19
Grupa 19	15 - 16 februarie	Colegiul Tehnic "Iuliu Maniu"	24
Grupa 20	17 - 18 mai	Școala Gimnazială de Arte nr. 5	20
Total:			432

8.2. Chestionar #1 privind gradul de pregătire în susținerea lecției de stare de bine emoțională

Proiectul “Crearea unui model funcțional de intervenție pentru Sănătate Mintală și Sprijin Psihosocial pentru copii și adolescenți” implementat de Fundația Romanian Angel Appeal, cu sprijinul UNICEF și în colaborare cu Institutul pentru Studiul și Tratamentul Traumei este un proiect pilot. De aceea, unul dintre obiectivele noastre este să vedem **cât de bine funcționează implementarea în realitate** a lecției pentru dezvoltarea abilităților socio-emoționale ale elevilor și completarea de către aceștia a chestionarului autoadministrat de identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală.

Feedback-ul dumneavoastră este esențial pentru a îmbunătăți acest tip de intervenție și pentru a ne asigura că îi ajută efectiv pe elevi. **Vă rugăm să completați acest chestionar cu durata de 3-4 minute înainte de a susține lecția la clasă. Răspunsurile dumneavoastră sunt anonime și voluntare.**

1. Ați participat la cursul rezidențial cu durată de trei zile din cadrul “Programului de formare a personalului școlar în sănătatea mintală și bunăstarea emoțională” organizat de Fundația Romanian Angel Appeal, în colaborare cu Institutul pentru Studiul și Tratamentul Traumei:
DA/NU

DA

NU

2. Vă rugăm să indicați în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații, pe o scală de la 1 la 5 (1 = Total dezacord, 5 = Total acord):

(1) Total dezacord

(2) Dezacord

(3) Neutru

(4) Acord

(5) Total acord

- a. Înțeleg clar obiectivele și importanța lecției pe care urmează să o susțin în fața elevilor mei pe tema dezvoltării stării de bine emoționale.
 - b. Mă simt încrezător/oare în capacitatea mea de a desfășura eficient în fața elevilor mei lecția pe tema dezvoltării stării de bine emoționale.
 - c. Mă simt confortabil să răspund la întrebările pe care elevii le-ar putea avea despre sănătatea mintală în timpul lecției sau după lecție.
 - d. Am resursele și materialele necesare pentru a susține cu succes în clasa mea lecția despre starea de bine emoțională.
 - e. Anticipez că elevii mei vor reacționa pozitiv la lecția despre starea de bine emoțională.
 - f. Anticipez că elevii mei vor reacționa pozitiv la activitatea de (auto)identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală cu ajutorul chestionarului.
 - g. Trainingul organizat de RAA la care am participat mi-a oferit suficiente informații despre cum să încurajez elevii să completeze chestionarul de identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală.
 - h. Simt că în școala mea este un climat care încurajează starea de bine emoțională a elevilor și personalului.
3. Vă rugăm să descrieți pe scurt orice îngrijorări, sugestii sau sprijin suplimentar de care aveți nevoie înainte de implementarea lecției despre starea de bine emoțională și a activității de autoevaluare a sănătății mintale.

4. Profil:

- a. Vârsta în ani împliniți
- b. Sex: M/F
- c. Număr de ani de experiență didactică: < 5 ani/ 5-10 ani/ >10 ani
- d. Ciclul de învățământ la care predați (bifați toate opțiunile valabile): primar/gimnazial/ liceal
- e. Unitatea școlară (denumirea)

8.3. Chestionar #2 de feedback privind susținerea lecției de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională

Proiectul “Crearea unui model funcțional de intervenție pentru Sănătate Mintală și Sprijin Psihosocial pentru copii și adolescenți” implementat de Fundația Romanian Angel Appeal, cu sprijinul UNICEF și în colaborare cu Institutul pentru Studiul și Tratamentul Traumei este un proiect pilot. De aceea, unul dintre obiectivele noastre este să vedem cât de bine funcționează implementarea în realitate a lecției pentru dezvoltarea abilităților socio-emoționale ale elevilor și completarea de către aceștia a chestionarului autoadministrat de identificare precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală.

Feedback-ul dumneavoastră este esențial pentru a îmbunătăți acest tip de intervenție și pentru a ne asigura că îi ajută efectiv pe elevi. **Vă rugăm să completați acest chestionar cu durata de 5 minute imediat după ce susțineți lecția la clasă. Răspunsurile dumneavoastră sunt anonime și voluntare.**

1. Vă rugăm să indicați în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații, pe o scală de la 1 la 5 (1 = Total dezacord, 5 = Total acord):

(1) Total dezacord

(2) Dezacord

(3) Neutru

(4) Acord

(5) Total acord

Fezabilitate:

- a. Lecția de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională a fost ușor de implementat în timpul alocat la clasă.
- b. Instrucțiunile oferite de RAA pentru desfășurarea lecției au fost clare și ușor de urmat.
- c. Resursele și materialele oferite de RAA au fost adecvate pentru susținerea eficientă a lecției.
- d. A fost simplu și gestionabil să prezint și să încurajez adolescenții să completeze online chestionarul de identificare a riscurilor pentru sănătatea mintală
- e. Adolescenții au înțeles că scopul completării chestionarului este de autoidentificare a riscurilor pentru sănătatea mintală.

- f. M-am simțit confortabil să gestionez întrebările și discuțiile adolescenților despre sănătatea mintală.
- g. Susținerea lecției nu a perturbat rutina obișnuită sau alte responsabilități didactice.
- h. Conținutul lecției a fost adecvat vârstei și nivelului de dezvoltare al elevilor mei.

2. Vă rugăm să indicați în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații, pe o scală de la 1 la 5 (1 = Total dezacord, 5 = Total acord):

(1) Total dezacord

(2) Dezacord

(3) Neutru

(4) Acord

(5) Total acord

Eficacitate:

- a. Adolescenții au părut implicați și interesați de conținutul lecției.
- b. După lecție, elevii au părut mai conștienți de problemele legate de sănătatea mintală.
- c. Am observat că elevii au devenit mai deschiși să vorbească despre sănătatea mintală după lecție.
- d. Elevii au manifestat disponibilitate să completeze chestionarul de identificare a riscurilor pentru sănătatea mintală.
- e. În general, lecția pare să fi avut un impact pozitiv asupra atitudinii elevilor față de sănătatea mintală și căutarea sprijinului.

3. Ați observat elevi care au solicitat sprijin sau și-au exprimat interesul pentru resursele privind sănătatea mintală după intervenție? DA/NU

DA

NU

4. Vă rugăm să descrieți pe scurt orice probleme ați întâmpinat în derularea lecției sau orice sugestii aveți pentru îmbunătățirea implementării ei în viitor.

5. Recomandați continuarea sau extinderea acestei intervenții și în alte clase sau școli?

DA/DA, dar după ce primește îmbunătățiri/ NU

DA

NU

DA, dar după ce primește îmbunătățiri

4. Profil:

- a. Vârsta în ani împliniți
- b. Sex: M/F
- c. Număr de ani de experiență didactică: < 5 ani/ 5-10 ani/ >10 ani
- d. Ciclul de învățământ la care predați (bifați toate opțiunile valabile): primar/gimnazial/ liceal
- e. Unitatea școlară (denumirea)

8.4. Chestionar #3 de feedback privind eficacitatea administrării instrumentului de screening

Proiectul "Crearea unui model funcțional de intervenție pentru Sănătate Mintală și Sprijin Psihosocial pentru copii și adolescenți" implementat de Fundația Romanian Angel Appeal, cu sprijinul UNICEF și în colaborare cu Institutul pentru Studiul și Tratamentul Traumei este un proiect pilot. De aceea, unul dintre obiectivele noastre este să vedem ce efect a avut intervenția la care ați participat - livrarea lecției de psihoeucație și promovarea în rândul elevilor a chestionarului autoadministrat pentru identificarea precoce a riscurilor pentru sănătatea mintală, dar și cum a funcționat sistemul de referire.

Feedback-ul dumneavoastră este esențial pentru a îmbunătăți acest tip de intervenție și pentru a ne asigura că îi ajută pe elevi. **Vă rugăm să completați acest chestionar cu durată de 5 minute. Răspunsurile dumneavoastră sunt anonime și voluntare.**

Leții de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională:

1. Au existat elevi care v-au cerut să organizați la clasă și alte sesiuni/lecții suplimentare de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională?

DA

NU

Nu-mi amintesc

Nu știu

2. Care au fost temele cele mai solicitate pentru aceste lecții suplimentare? (răspuns liber)

.....

3. Câte lecții suplimentare ați organizat pentru elevii dvs. până la finalul anului școlar? Menționați numărul de sesiuni.

.....

4. Ce teme ați abordat în aceste lecții? (răspuns liber)

.....

5. Ați folosit în aceste lecții suplimentare activități descrise în materialul "Colecție de aventuri educative non-formale pentru sănătatea și echilibrul emoțional al adolescenților"?

DA

NU

Nu-mi amintesc

Nu știu

Lecții de dezvoltare a abilităților de stare de bine emoțională:

6. Au fost cazuri de elevi care v-au solicitat ajutorul în urma lecției de educație socio-emoțională sau a chestionarului autoadministrat?

Da, x număr

Nu

Nu știu

7. Cum ați procedat?

- a. Am comunicat situația elevului/elevei cu diriginta/dirigintele clasei
- b. Am contactat părinții și le-am comunicat situația elevului/elevei
- c. Elevul a fost referit către consilierului școlar
- d. Nu am făcut nimic
- e. Altceva

8. Considerați că măsurile au fost de ajutor elevilor care au solicitat intervenție?

.....

9. Considerați că școala a oferit elevului/elevilor în nevoie ajutorul necesar?

Da

Nu

Nu știu

Profil:

- a. Vârsta în ani împliniți
 - b. Sex: M/F
 - c. Număr de ani de experiență didactică: < 5 ani/ 5-10 ani/ >10 ani
 - d. Ciclul de învățământ la care predați (bifați toate opțiunile valabile): primar/gimnazial/ liceal
 - e. Unitatea școlară (denumirea)
10. Doriți ca Fundația Romanian Angel Appeal să vă trimită în continuare informații cu privire la programele pe care le desfășoară care vă pot fi de interes?

DA

NU

Acest material este un produs realizat de Fundația Romanian Angel Appeal în cadrul proiectului „Crearea unui model funcțional de intervenție pentru Sănătate Mintală și Sprijin Psihosocial pentru copii și adolescenți” derulat în parteneriat cu reprezentanța UNICEF în România.

Opiniile exprimate în acest document aparțin autorilor și nu reflectă neapărat poziția UNICEF.