

# Caiete de comunicare



Facultatea de Litere



Revistă a studenților de la  
Comunicare și relații publice

An XII  
Vol. 1  
2022

**ISSN 2247 – 2576**

**Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău  
Facultatea de Litere**

# **Caiete de comunicare**

**2022**

**An XII, Vol. 1**

Publicația apare în cadrul programului de studii  
**Comunicare și relații publice** de la Facultatea de Litere  
a Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău

**REDAȚIA ȘI ADMINISTRAȚIA:**

Bacău, str. Spiru Haret nr. 8, 600114

**REDACTOR-COORDONATOR:**

Lect. univ. dr. Florinela Floria

**COLECTIV DE REDACȚIE :**

Conf. univ. dr. Brîndușa-Mariana Amălăncei

Conf. univ. dr. Cristina Cîrțiță-Buzoianu

**MEMBRI FONDATORI:**

Gheorghe Platon, Dan Bârjoveanu, Alexandra Corolea

**SECRETARIAT DE REDACȚIE:**

Alexandra Maftci, Diana Păduraru, Adina-Elena Verbuță

**CONSILIER EDITORIAL ONORIFIC :**

Conf. univ. dr. Gabriel Mardare

Editor: Editura „Alma Mater” Bacău.

Multiplicarea a fost realizată la tipografia editurii

**ISSN 2247 – 2576**

## Suntem înconjuțați de comunicare

Ana Apostu

Ce este comunicarea? Comunicarea reprezintă un proces esențial de menținere a legăturilor interumane, care stă la baza organizării sociale. Majoritatea vorbitorilor percep cuvântul comunicare ca pe un schimb de mesaje, fapte, idei, impresii, între două sau mai multe persoane. Conceptului de comunicare nu i s-a stabilit încă o definiție unică, încercarea de a găsi o definiție universal valabilă fiind aproape imposibilă.

Scopul comunicării este cel de informare, motivare, convingere, instruire, încurajare.

Obiectivul comunicării este cel al creării unei modalități prin care mesajele să fie receptate (auzite, citite), înțelese, acceptate. Comunicarea este un proces complex care, din unghiul științei comunicării, dispune de patru componente fundamentale: emițător, canal, informație, receptor. Emițătorul inițiază procesul de comunicare prin stabilirea primului transfer de informație. Canalul sau media reprezintă calea de transportare și distribuire a informației. Informația reprezintă mesajul, știrea, ideea, emoția, sentimentul trimis pe canal de către emițător, pentru a fi primit de către receptor. Receptorul primește, decodifică și interpretează (conform percepțiilor proprii) mesajul. Decodificarea este puternic influențată de modalitatea de interpretare.

Încă din primele momente de viață suntem expuși la comunicare, chiar dacă nu ne dăm seama. Un bebeluș, prin faptul că plânge, transmite mamei un mesaj, mama receptează aceste informații, le asimilează și dă un feedback prin îndeplinirea nevoilor bebelușului. Iar în procesul de dezvoltare psihologică, expunerea la comunicare este foarte importantă.

Comunicarea interumană este însă mult mai complexă, canalele de transmisie și respectiv, informațiile, fiind de fapt multiple (cuvinte, ton, intonație, emoții, gesturi, gânduri, etc.). Rolurile între

emițător și receptor se schimbă permanent, fluxul de informații funcționând de fapt în ambele sensuri, fiecare utilizând canale multiple pentru a transmite mesaje intercorelate și formulate în coduri diferite.

Comunicarea este categoria fundamentală și problema principală a științelor socio-umane și este definită ca nevoie și condiție a vieții umane, ca interacțiune și influență reciprocă, ca schimb de relații și empatie, ca cunoaștere și activitate reciprocă. Comunicarea poate fi privită ca cea mai largă categorie conceptuală folosită pentru a desemna toate tipurile de informare și alte relaționări interpersonale, inclusiv forme simple de interacțiune.

Trăsăturile morale și psihologice ale oamenilor, caracterizându-i ca subiecți ai comunicării, sunt deja remarcate în gândirea filosofilor greci. Discipolul lui Socrate, Platon (427-347 î.Hr.), credea că în comunicarea dintre oameni ar trebui să se manifeste virtuți precum dreptatea, prudența, evlavie, aderarea la standardele morale. El a acordat atenție modalităților de a conduce o conversație, a reflectat multe dintre subtilitățile dialogurilor diferiților interlocutori, a arătat dependența gândirii oamenilor de natura și conținutul comunicării.

Din viziunea lui Aristotel despre om ca fiind un animal social putem înțelege faptul că omul fără comunicare și fără interacțiunea cu alți oameni nu poate supraviețui. Nevoia de comunicare stă la baza existenței noastre, iar fără aceasta nu ne putem păstra esența noastră ca ființe umane.

Societatea continuă să existe prin transmiterea de cunoștințe, prin comunicare. Oamenii trăiesc în comunitate în virtutea lucrurilor pe care le au în comun: scopuri, convingeri, aspirații, cunoștințe, o înțelegere comună a acestora. Comunicarea este cea care asigură dispoziții emoționale

și intelectuale asemănătoare, moduri similare de a răspunde la așteptări și cerințe.

În zilele noastre, ziarele, revistele, radioul, televiziunea și internetul sunt canale care, prin informațiile difuzate, satisfac nevoia de informare a omului modern. Aceste canale de comunicare realizează mai mult decât o informare. Ele influențează, orientează și dirijează opinia publică, interesele și motivațiile oamenilor, conștiințele acestora chiar dincolo de propria voință. Mass-media poate „contribui” chiar la afectarea discernământului, poate manipula, poate „altera” voința de a înțelege și a acționa.

În calitate de consumatori de informații, putem fi influențați în interpretarea unor evenimente prin producții specifice de tipul editorialului sau comentariului din diverse ziare și reviste. Autorul comentariului zilei sau invitatul în studioul de știri al unei televiziuni, care comentează un anumit eveniment, emite judecăți de valoare care vor orienta percepția publică a aceluși eveniment.

Sub aspectele sale dominante de informare și relaționare socială, comunicarea este liantul societății umane. Practic, suntem înconjurați de comunicare.

## Despre voluntariat

*Natalia Bordian*

*Salutare! Sunt bucuroasă că te afli aici și am plăcerea de a te „invita” pe tine să fii prezent(ă) la o scurtă retrospectivă a experiențelor mele din lumea voluntariatului.*

*Cum a început totul?!*

Încă de când eram în satul meu natal, participam la diverse activități: Dacă era vorba de cântat, eram acolo! La dansat – tot prima eram. Dacă era nevoie de prezentator – acceptam! Chiar dacă nu știam ce anume voi prezenta... în așa cazuri, entuziasmul este foarte mare! Și uite așa, mă implicam în diverse activități și nici nu bănuiam că această pasiune, poartă denumirea de **voluntariat**.

*De ce mă implicam?*

Mă implicam pentru că era ceea ce mă făcea pe mine fericită și împlinită. Pentru că unde sunt emoțiile și oamenii faini, acolo sunt și eu ... și mai ales, sunt acolo unde știu că efortul meu poate contribui la ceva. Tot e mai bine așa, decât să nu faci nimic.

Chiar și acum entuziasmul nu m-a părăsit niciodată, doar spune-mi că se organizează un eveniment care are tangențe cu pasiunile mele, și o să fiu acolo. (Chiar dacă trebuie să-mi jertfesc orele din somnul de frumusețe=)

*Cum am ajuns să fiu membră a unei organizații de tineret?*

Într-o zi Fondul pentru tineri Cahul<sup>1</sup>, a venit la colegiu (unde studiam) să se promoveze și totodată să anunțe despre recrutarea membrilor. Eu am rămas impresionată și entuziasmată și mi-am zis: „Gata, gata eu aplic!” Dar, peste ceva timp, m-am lăsat pradă fricii și îndoielilor. În capul meu roiau gânduri de genul „Oare voi fi selectată?”, „Oare mă voi descurca?”

Descurajată fiind de propriile gânduri, tot găseam motive să mă conving că acolo nu e locul meu. Atunci când nu vrei să ieși din confortul propriu, găsești diverse scuze, nu? (Lucru pe care nu vi-l recomand).

Împăcată cu gândul că nu voi mai aplica, încercam să-mi concentrez eforturile pentru

<sup>1</sup> FPT, program coordonat de către Asociația Obștească Perspectiva din Cahul, al cărui scop este

de a încuraja participarea tinerilor în viața socială și economică a comunităților lor.

studii și pentru activitățile din colegiu. Începând cu cel de-al 2-lea an de studii, după multiple discuții avute cu prietena mea, a reușit să mă convingă să aplic la acel program, mi-am luat inima în dinți și am aplicat!

Cu un bagaj de emoții și de frici, iată-mă ajunsă acolo, răspunzând la întrebările din cadrul interviului.

După câteva zile, am fost sunată la telefon și mi-au spus că nu am fost acceptată în acest program 😊, dar s-au gândit că aș fi persoana potrivită în altă organizație. Nu vă pot reda dezamăgirea pe care am simțit-o în acel moment. Zilele treceau și eu am reușit, cumva, să mă împac cu ideea.

Călătoria mea, oficială, în lumea voluntariatului a început în 2017, unde am deținut funcția de consilier în Consiliul Raional al Tinerilor din Cahul până în 2018. Totul a fost frumos la început, chiar dacă era un domeniu nou pentru mine și complicat pe alocuri, încet-încet începeam să înțeleg specificul funcției. La un moment dat, ceva a mers prost în organizația noastră nu mai exista înțelegere și nici coordonare. În cadrul ședințelor nu se mai discutau idei ci persoane, soldându-se fiecare ședință cu atacuri la persoană. Veneam de la ședințe epuizată, cu un nod în gât și cu multe gânduri negative. În plus, unii membrii puteau să mă jignească fără nicio sinchiseală, iar directorul să ignore total, doar din cauza că ei erau „favoriții”. În fine, după tot acel „calvar”, am luat decizia să plec. Nu pot sta acolo unde depui suflet și nu ești apreciat.(...)

Chiar și așa, sunt recunoscătoare acelei experiențe, pentru oamenii minunați pe care i-am cunoscut, pentru emoțiile primite din urma activităților și pentru cunoștințele pe care le-am acumulat.

\*\*\*

Începând cu 2018, cu multă încredere în mine am aplicat iar la programul Fondul pentru Tineri Cahul, cu același bagaj de emoții, dar de data asta fără frică.

Și ce credeți?! De data aceasta am fost acceptată. Timp de 2 ani, am făcut parte din cea mai tare echipă, care m-a primit cu brațele deschise atunci când eu căutam un refugiu, pentru asta le sunt recunoscătoare. Chiar dacă eram supraîncărcată cu alte sarcini, eram prezentă la ședințe, evenimente, pentru a mă putea alimenta cu bucuriile oamenilor și însăși gândul că am reușit să aduc un zâmbet pe față lor, anume el îmi oferea toată energia și curajul pentru a nu renunța.

Desigur că și eu m-am confruntat cu întrebările „Ce faci tu acolo? Ce ai tu de la voluntariatul ăsta? Mai mult pierzi decât câștigi”! Sau cu momentele când coincidea data evenimentelor cu alte activități și trebuia să gestionezi bine timpul ca să reusești peste tot! Dar știam atunci că se merită tot acest efort, toate acele ore nedormite, pentru că eu acolo eram apreciată, eram fata ce avea potențial și care are toate șansele de-al valorifica la maxim.

\*\*\*

Uitându-mă înapoi realizez că ceea ce sunt astăzi se datorează eforturilor mele depuse în domeniul voluntariatului. Fiecare oră nedormită a contribuit la personalitatea mea și mi-a șlefuit caracterul și potențialul. Sunt conștientă că nu am învățat destule, că nu mi-am exercitat abilitățile la potențialul lor maxim, dar urmează, deoarece toata viața suntem în continuă dezvoltare.

De aceea am decis să mă implic din nou într-o organizație, după 2 ani de pandemie. Este vorba de Liga Studențească din Bacău. Și aici, a urmat o perioadă lungă de ezitare, nu mă puteam decide dacă să aplic sau nu, trebuie să recunosc că de frică și îndoieli, încă nu am scăpat.

Dar, totuși, mi-am luat inima în dinți și am aplicat. Acum sunt membră a LSUBc, fac parte din departamentul de PR și scriu texte. Nu vă pot reda bucuria pe care o simți, atunci când cineva îți spune cât de mult îi place cum scrii și că „făci cele mai tari texte”. Aceste cuvinte au fost suficiente pentru a-mi da de înțeles că efortul meu contează și este apreciat la maximum.

\*\*\*

Călătoria mea în lumea voluntariatului nu se încheie aici, sunt absolut sigură că indiferent unde voi pleca mai departe, voi

găsi o organizație în care să mă implic, pentru că, vrei sau nu, te dezvolți doar dacă ești implicat și dedicat muncii. De aceea dacă ești în căutare de „sine”, începe prin a face voluntariat. Nu vei regreta!

## Comunicarea construiește realitatea

*Andreea Bostan*

Comunicarea posedă o serie numeroasă de definiții referitoare la ceea ce reprezintă și la natura sa, devenind cu timpul obiectul de cercetare a diferitelor studii și domenii de aplicare, lărgindu-și tot mai mult aria semnificației și întrebuirii sale, fiind deopotrivă o componentă temeinică a vieții în funcție de care se construiește realitatea. Ansamblul de informații, idei, opinii, atitudini, convingeri deținute de un individ sau de membrii unui grup sau comunități, care se așteaptă să fie împărtășite prin intermediul schimburilor comunicaționale cu ajutorul limbajului, semnelor sau alte mijloace (tradiționale sau digitale), dar și prin intermediul interacțiunilor și acțiunilor întreprinse în toate sectoarele lumii cotidiene, clădind atât realitatea individuală, cât și cea colectivă.

Procesul de comunicare se înfățișează în spațiul cotidian sub diverse forme și modalități de utilizare. Oamenii comunică în atât de diferite moduri, câteodată nefiind conștienți de acest lucru și de influența pe care o pot exercita, începând de la mesajele scrise și verbale până la cele care necesită o analiză mai aparte precum limbajul nonverbal, dansul, muzica și multe altele. De altfel, ziua de astăzi, se constată a fi o eră informațională din ce în ce mai tehnologizată datorată marilor progrese și dezvoltări tehnice și mediatice observate de-a lungul timpului, care au dus la o mai mare deschidere a ariei de mijloace de comunicare, dar și la o simplificare vădită a transmiterii și receptării mesajelor de comunicare, precum sistemul mediativ (radio, televiziune, Internet etc.) și rețelele de social media, foarte utilizate pe întreg

globul, manifestând o importantă influență asupra oamenilor.

Comunicarea este un factor constitutiv și esențial, indispensabil în viața comunităților umane datorită nevoii de socializare și de relaționare, dar și de autodefinire în legătură cu idealul de afirmare în societate, întrucât omul – ființă socială indubitabilă – tânjește să se exprime prin diferite moduri în măsură să se simtă acceptat, înțeles și apreciat și la rândul său să procedeze în același sens pentru ceilalți, astfel că prin firea noastră „nu putem să nu comunicăm” (Paul Watzlawick). Îndeosebi, orice activitate întreprinsă, de la simplele activități zilnice ale fiecărei persoane, până la cele mai complexe din cadrul domeniilor lucrative, pot fi privite ca procese comunicaționale, fiindcă tot ceea ce face un individ și tot ce reprezintă universul înconjurător al acestuia este purtător de semnificație, alcătuind realitatea sa tipică. Schimburile comunicaționale dintre indivizi constau, în consecință, nu numai în transmiterea informațiilor, ci și în stabilirea și menținerea relațiilor; în acest fel, cadrul în care mesajul poate fi receptat și înțeles în mod eficient îl reprezintă însăși relația existentă cu interlocutorul, nu doar conținutul propriu-zis. Relațiile interumane implică maniera specifică fiecărei persoane de a transmite informații, însoțite sau nu de aspecte nonverbale și maniera prin care interlocutorul le interpretează pentru a-i înțelege intențiile și subînțelesurile, întrucipând, astfel, partea „meta” a comunicării – cheie de interpretare a mesajelor – relația ce influențează conținutul. După cum afirmă Gregory



Bateson „a comunica înseamnă a intra în orchestră; a face jocul unui anumit cod, a te înscrie într-o relație compatibilă cu mijloacele de comunicare, canalele și rețelele disponibile de obicei anterioare nouă”; în momentul trimiterii unui mesaj „trebuie să începem prin a ne întreba alături de cine și pe ce instrument să-l «interpretăm»” (Stănciugelu Irina et al., 2014). În mediul social interacțiunile sunt observate și interpretate de la unul la celălalt, astfel că ceea ce constată comunicatorii în urma acestor contacte poate duce la menținerea unor relații comunicaționale de lungă durată.

În plus, în comunicarea umană un rol important i se acordă și limbajului, dat fiind impactul său major în evoluția și consolidarea civilizațiilor; acesta reprezentând „instrumentul de comunicare în funcție de care experiența umană se analizează, în mod diferit, de la o comunitate la alta” (André Martinet apud Tran Vasile & Stănciugelu Irina, 2001). Scopul ultim al comunicării umane fiind acela de transmitere a gândurilor personale altor persoane și a semnificațiilor redade de limbaj, dar și înțelegerea acestora de către ceilalți, întrucât ceea ce are nevoie ființa umană cel mai mult este înțelegere: aceasta constituindu-se în înțelegere de sine, dar și reciprocă în ceea ce privește relaționarea sau interacționarea cu alți indivizi prin diversele mijloace specifice de comunicare.

Limbajul acoperă și în același timp descoperă o realitate, la fel cum „realitatea există în mintea omului și nicăieri altundeva” (George Orwell). Precum literatura, unde se utilizează limbajul scris pentru îmbinarea cuvintelor, fabricarea mesajelor și a semnificațiilor noi ce se vor transmise pentru a fi interpretate și înțelese de cititor în același sens dorit de autor sau în altele, oferind o viziune detaliată și chiar diferită asupra experiențelor umane – rod al trăirilor sau imaginației autorului – la care se adaugă și modalitatea în care cititorul atribuie noi înțelesuri îmbogățite datorită experienței sale personale și culturale, mărinde astfel gradul „de implicare” în

universul operei literare. Pentru a exemplifica, orizontul literar al unei cărți poate reda o realitate creată cu precădere de autor pentru personajele sale, care poate fi asemănată mai mult sau mai puțin cu realitatea propriu-zisă. Cărțile sunt diferite, fiecare având o tematică aparte – percepția asupra tineții și frumuseții, alături de imaginea societății, unde „afecțiunile” sociale sunt capabile să pună capăt spiritului oricărui individ („Portretul lui Dorian Gray”, O. Wilde ), societatea totalitaristă, unde „fratele cel mare” controlează prin dezinformare și supraveghere („1984”, G.Orwell) sau universul fantastic în care realitatea cunoscută se contopește cu magia ascunsă de ochii „încuiaților” (oamenii normali) (în volumele „Harry Potter” de J.K.Rowling) și multe altele; acest cuprins tematic captând atenția lectorului într-un asemenea mod, încât viața reală pălește prin comparație cu impresionantele descrieri a faptelor denotate. Fără îndoială, scrisul semnifică mijlocul cel mai utilizat și „poate cea mai mare dintre invențiile umane, o invenție care unește oameni, cetățeni din epoci diferite, care nu s-au cunoscut niciodată; cărțile rup cătușele timpului și sunt o dovadă că omul poate lucruri magice” (Carl Sagan, „Cosmos”, 1980, pp. 335) elaborând deci un univers care să fie descifrat de următorul cititor ce va trece pragul realității obișnuite.

Din perspectiva contextului actual al tehnologizării, realitatea a făcut ca astăzi cele mai întâlnite forme ale comunicării să fie comunicarea mediată și cea de masă, dezvoltate odată cu expansiunea mass-media și a rețelelor sociale. Oamenii sunt conectați în așa de multe feluri, încât uneori nici nu conștientizează acest fapt, fiind, de asemenea, tot mai preocupați de modul în care sunt percepuți sau ar putea să-i influențeze pe ceilalți. Plecând de la această idee, comunicarea mediată îngăduie sursei (emițătorului) și receptorului să fie despărțiți atât în spațiu, cât și în timp, fie că este vorba de o arie mai apropiată acestora sau de una mai extinsă, privind diverse părți ale globului, și indiferent de fusul orar sau

alte facilități pe care comunicarea directă față-în-față nu le-ar putea îndeplini. Aceasta se prezintă ca formă a comunicării interpersonale, însă indirectă, concretizându-se prin existența unui mijloc tehnologic, mai mult sau puțin complex (telefon, calculator, Internet, fax, radio, televiziune etc.) sau a unui altfel de mijloc de comunicare ce permite mediatizarea (reviste, afișe, cărți, fotografii etc.) unui mesaj de la emițător spre receptor fără necesitatea unei apropieri sau stabilirii și menținerii unei relații între aceștia.

În plus, rețelele sociale sau social media sunt un factor esențial, dat fiind faptul că oferă în mod rapid și eficient, grație facilităților interconectării prin Internet, suportul potrivit comunicării propriu-zise (convorbirea telefonică sau mesageria instant prin intermediul unei rețele de acest fel precum WhatsApp, dar și Facebook, Twitter, Instagram etc.) trimiterii de mesaje audiovizuale (imagini, video clipuri, mesaje vocale etc.) și numeroase alte funcții, de la distanță altor persoane, provenite din medii diferite, unde timpul nu mai reprezintă o barieră decât pentru interlocutorul în chestiune. Tot așa, poate să confere și suportul prielnic publicării și distribuirii anumitor informații, fotografii, videoclipuri etc. cu ajutorul unor platforme, precum YouTube, TikTok ș.m.a. pentru a fi recepționate de o serie limitată sau mai extinsă de astfel de „internauți” ce îndeplinesc așa-numita activitate de streaming. Drept consecință, dat fiind larga dezvoltare și „întindere” a rețelelor sociale la nivel mondial, acestea ar putea fi asimilate și în categoria mijloacelor de masă, întrucât s-a dovedit a fi un puternic mediu de comunicare ce permite răspândirea discursului mediatic aproape instantaneu pe aceste platforme de „social media” pentru a fi vizualizate de publicul larg și, implicit, de persoanele cu interese legate de informațiile distribuite.

În principiu, mass-media înglobează „ansamblul procedurilor – presă, radio, televiziune, cinema [...] – prin care se realizează informarea, propaganda și

acțiunea asupra opiniei publice” (A. Cuvillier apud Stănciugelu Irina et al. 2014) dar și prin care indivizii pot fi expuși la anumite idei, opinii, întâmplări etc. cu scopul de a răspunde la nevoia acestora de relaxare și divertisment. Oricum ar fi media manifestă întotdeauna o influență mai mică sau mai mare asupra unui public larg și în același timp eterogen în funcție de preferințele și doctrinele fiecăruia din noi. Prin urmare, cu toate că procesul comunicării de masă se adresează marelui public, maselor de oameni și utilizează canale diferite de transpunere a informațiilor față de rețelele sociale, cu ajutorul celor din urmă pot ajunge mai rapid și în mod mai vizibil la destinație, putând fi totodată redistribuite altor persoane. Spre exemplu, curente, reclamele și produsele sunt în mare parte difuzate la scară largă pe platformele de social media datorită creșterii imense a numărului de utilizatori și vizualizatori de pe aceste rețele, iar companiile de azi au descoperit prin acestea beneficii insondabile privind crearea unei imagini de brand, precum și promovarea și vânzarea de produse neținând cont de granițele geografice.

De asemenea, într-o epocă a supraîncărcării informaționale încrederea în propriile noastre gusturi, opinii, în ceea ce ne place și ar trebui să fie bun pentru noi devine tot mai greu de păstrat datorită nevoii de a produce sau de trăi conform unor anumite standarde pentru a putea face parte dintr-o comunitate și pentru a nu fi excluși. În planul societății de azi media constituie modalitatea prin care experiența este interpretată și fenomenele sunt prezentate, astfel că influențează în mod permanent, atât direct, cât și indirect producând efecte fie pozitive, fie negative asupra indivizilor de toate vârstele. Totuși, indiferent de forma de comunicare, este necesar să avem o perspectivă critică asupra mesajelor care circulă în spațiul social și mai ales celor aparținând discursului mediatic pentru a nu pierde din vedere unicitatea propriilor valori și credințe și tot

ce reprezintă individualitatea fiecărei persoane.

Așadar, atunci când intrăm în contact cu orice tip de mesaj, ar trebui să reflectăm asupra adevărului sau falsității, relevanței sau irelevanței acestuia, să-l cercetăm și analizăm, înainte de a-l interpreta și a-i acorda importanță sau mai cu seamă, înainte de a-l lăsa să ne influențeze, deoarece „nu tot ce vedem sau auzim este și adevărat” (mai ales pe Internet) și ca orice conținut poate deveni cu timpul adictiv, drept urmare trebuie să fim atenți la ce tip de informații ne expunem, indiferent de tipologia comunicării.

În concluzie, comunicarea ocupă un loc vital în viața tuturor societăților, însemnând mai mult decât schimbul și răspândirea de informații prin mijloacele disponibile – tradiționale sau virtuale – ea predomină în toate sferile de acțiune ce alcătuiesc mediul de existență individual sau colectiv, construind realitatea cunoscută ca o „lume a

interpretărilor”, în care experiențele umane și tot ce privește modul de comunicare se împărtășesc și se încearcă a fi înțelese, iar fiecare are o viziune originală asupra realității pe care o percepe.

Bibliografie:

Stănciugelu, Irina, Tudor, Raluca, Tran, Adriana, & Tran, Vasile, *Teoria comunicării*, Editura Tritonic, 2014;  
 Lesenciuc, Adrian, *Teorii ale comunicării*, Editura Academiei Forțelor Aeriene „Henri Coandă”, ed. A 2-a, Brașov, 2017;  
 Orwell, George, *O mie nouă sute optzeci și patru*, ed. a 2-a, Editura Polirom, Iași, 2019;  
 Wilde, Oscar, *Portretul lui Dorian Gray*, Editura Litera, București, 2020;  
 Sagan, Carl, *Cosmos, Cap. 11: Persistența memoriei*, Editura Herald, București, 2014.

## Aripi frânte

*Mariana Mișcoi*

Se întâmplă să cunoaștem oameni extraordinari, pe care așa îi etichetăm la început. Și credem acest lucru, pentru că aduc ceva nou în viața noastră, un zâmbet, emoții, fericire și culoare. Ne păcălim și ne lăsăm cuprinși de o euforie totală, care înlătură orice umbră, orice gând negru pe care l-am putea avea. Simțim că plutim, că în sfârșit ne am găsit calea spre fericire.

Totul în jurul nostru pare mai vesel, suntem mai optimiști, mai încrezători în forțele proprii. Stăm lipiți de telefon și dăm explicații la tot ceea ce facem, pentru că așa ni se pare normal, să împărtășim fiecare trăire, fiecare acțiune pe care o întreprindem. Parcă e ca un drog cu care ne hranim, cuvinte frumoase, complimente și alinturi fel și fel, scenarii creionate. Avem impresia că trăim într-un basm, din care nu am vrea să ne trezim niciodată. Iar când totul devine din ce în ce mai palpitant și interesant...cade cortina.

Ne trezim aruncați pur și simplu ca un obiect de unică folosință, iar cel mai trist este, că uneori se întâmplă să nu primim nicio explicație.

Visul se încheie, rămân răni adânci, vise spulberate și întrebări fără răspuns. Cum poți să îi oferi unui om ceva deosebit și apoi să îi oferi doar lacrimi și suspine? Aș vrea să găsesc o explicație, dar din păcate nu o am.

De aici ne putem da seama cât de false sunt unele persoane care intră în viața noastră pe covorul roșu și pleacă pe ușa din dos, ca niște „hoți de sentimente”.

Cu ce am greșit noi, cei care credem în vorbe frumoase, în planuri care nu se vor realiza niciodată?

E decent să expui un motiv, oricât de banal și de pueril ar fi, macar să minți frumos până la capăt. Din păcate, astfel de trăiri nu duc decât la o viață incertă, care te fac să nu mai ai încredere în nimeni. Trist

este că oamenii sinceri față de noi nu au nicio vină, doar că se răsfrâng toate aceste umbre din trecut asupra lor.

De ce să ne batem joc de un om, când am putea să îl lăsăm să găsească pe cineva care îl merită cu adevărat?

Pentru a ne lauda cu aceste cuceriri? (Am făcut din asta/ăsta, ce-am vrut...)

Viața e nedreaptă, iar oameni de genul acesta sunt la tot pasul, păcat că nu avem un senzor care să ne avertizeze de pericolul emoțional la care ne expunem.

Sper ca acele persoane să conștientizeze într-un final că orice rău pe care îl fac, se va

întoarce, mai devreme sau mai târziu. Orice acțiune pe care o facem, trebuie mereu să aibă la mijloc un motiv, oricare ar fi el, să aibă loc o discuție care să clarifice unele lucruri.

În acel moment, fiecare decide calea pe care o urmează.

Să ieși din viața unui om ca o fantomă, nu e o soluție. Așa este învățat din nefericire omul care este prea suit în slăvi, să dea cu piciorul și să nu se uite în urmă. Poate vor ajunge într-o zi, să se întrebe cum ar fi fost, dacă ar fi încercat măcar.

### Dulce copilărie

*Alexandra Bindileu*

Când erai mic, tu îți doreai  
Să crești mare, dar nu știai  
Că viața de adult e grea,  
Nu era așa cum părea.  
Să faci ce vrei,  
Să n-ai restricții,  
Fără părinți și interdicții.  
Dar, din păcate ,  
Ajungem la realitate.  
Și vezi ce-nseamnă să lucrezi,  
Să ai facturi, să te stresezi,  
Deci nu e chiar așa cum crezi.

Să fii adult nu e ușor,  
Stăteai cândva pe-un norișor,  
Visai la viața de adult,  
Și-acum după ce ai crescut,  
Ai vrea sa te întorci în timp  
Să mai copilărești un pic.  
Să simți iar cum e să trăiești  
Ca un copil lipsit de griji

Și de probleme,  
Doar să te joci și să faci teme.  
Să stai în lumea ta cea roz,  
Căci acum toate sunt pe dos.

Of, of, dulce copilărie,  
Când erai plin de energie.  
Acum, tot ce îți dorești  
E să poți să te-odihnești.  
Să ai gânduri liniștite,  
Să fii plin de optimism,  
Te-a luat pe nepregătite,  
Și-acum emani negativism.

De-ar fi mai simplu să privim  
Viața prin ochii de copil,  
Să ne bucuram din lucruri mici,  
Căci, atunci când vom fi bunici,  
O să ne plângem la bătrânețe  
Ce n-am trăit în tinerețe.

## Dragostea adevărată, e numai una

*Mariana Mișcoi*

Se spune că inima și sufletul dor, de supărare, din lipsă de afecțiune sau de dorul cuiva drag. E greu să alinăm această durere, nu există nicio pastilă minune care să ne scape de această suferință. Și totuși, toată lumea spune că timpul vindecă totul. Mai devreme sau mai târziu, sau poate niciodată.

Îmi aduc aminte de o carte, scrisă după fapte reale, în care doi îndrăgostiți și-au separat drumurile, fiecare încercând să își facă o familie, însă niciunul nu a fost fericit, pentru că mintea lor era conectată una la cealaltă, gândurile lor zburau la ce a fost odată, chiar dacă aveau lângă ei persoane care încercau să îi facă fericiți.

Totul a plecat de la un lucru ascuns, de teama de a nu afla o anumită greșeală făcută în trecut, el a lăsat-o să fie fericită cu altcineva, pentru că așa a fost sfătuit de mama fetei. Tânăra nu a înțeles nimic din comportamentul lui, așteptând o zi, în care acesta se va întoarce pentru a-i oferi măcar o explicație pentru decizia luată. Amândoi au rămas cu inima frântă și cu dragostea lor risipită...niciodată nu au fost fericiți, pentru

că nu au putut să fie unul lângă celălalt. Și mă întreb, de ce ne este oare teamă să înfruntăm lucrurile, să răscolim adevărul?

De ce trebuie să condamnăm o persoană pentru greșelile pe care le-a făcut în trecut? Fără să știm, varianta reală.

De ce trebuie să ne sacrificăm pentru prieteni, părinți, lumea care ne are grija?

Ca să lăsăm dragostea adevărată să treacă pe noi?

Pentru că nimic nu ne va aduce alinarea...singurul lucru cu care ne vom alege, va rămâne regretul.

Nu vreau să mai existe așa finaluri, nici printre personajele de poveste, dar mai ales în viața reală. Iubirea trebuie să înfrângă orice teamă, să elimine orice distanță, orice diferență de vârstă sau orice sfat care ne-ar putea face rău, chiar dacă vine de la cineva care ține la noi. Suntem stăpâni pe deciziile noastre, trebuie să le luăm pe cele mai bune, pentru a nu fi nefericiți și neîmpliniți o viață.

**De ce trebuie să trăim cu gândul unul la celălalt, când am putea fi împreună...?**

## Shopping online sau în magazin?

*Adina-Elena Vinău*

Cumpărăturile online cresc ca volum și câștigă tot mai mult teren. Confortul cumpărăturilor de pe internet, evitarea aglomerației, faptul că primești comanda direct la ușa casei tale, dar și accesibilitatea magazinelor pe care poate nu le ai în oraș, au făcut tot mai multe persoane să cumpere apăsând câteva taste, în defavoarea clasicului mers la mall.

În contextul în care petrecem atât de multe ore în fața computerului sau a smartphone-ului, indiferent că suntem la birou, acasă sau în mașină, shopping-ul online pare a fi o soluție mult mai la îndemână.

Shoppingul online are multe avantaje și dezavantaje și voi prezenta acum câteva dintre acestea.

Un avantaj al shoppingului online este timpul economisit, deoarece lipsa timpului reprezintă una dintre cele mai frecvente probleme cu care ne confruntăm. Însă, dacă optezi pentru shoppingul online poți economisi un timp prețios, astfel, în loc să alergi prin magazine, te poți relaxa acasă alături de familie sau de prieteni.

Un al doilea avantaj îl reprezintă comoditatea, deoarece nu există presiune sau influență asupra alegerii produsului dorit. De cele mai multe ori când ieși la cumpărături, reprezentanții de vânzări din magazinele fizice încercă să te influențeze să cumperi anumite produse de care nu ai cu adevărat nevoie.

Alt avantaj este review-ul produselor. Dacă îți este dificil să te hotărăști în privința unei achiziții, atunci poți să citești părerile sincere ale celorlalți clienți în legătură cu un anumit produs. Există o mulțime de astfel de review-uri, așa încât ai certitudinea că vei lua o decizie corectă și în cunoștință de cauză.

Un ultim avantaj este acela că nu există cozi. Oricine urăște cozile și aglomerația atunci când este la shopping. Să fii înghesuit

în mulțimile de cumpărători te poate face să te simți grăbit și pe fugă. Ca să nu mai vorbim de continua luptă pentru locurile de parcare din/de la mall. Toate aceste probleme pot fi evitate atunci când îți faci cumpărăturile online.

Mai sus am prezentat câteva avantaje ale shoppingului online. Acum voi prezenta și câteva dezavantaje ale acestuia.

Un prim dezavantaj este reprezentat de faptul că nu poți proba articolele vestimentare. În cazul produselor electronice și electrocasnice ori al bijuteriilor, shoppingul online este alternativa perfectă. Însă, dacă vorbim de articolele vestimentare și de încălțăminte, situația se complică.

Un alt dezavantaj este timpul de așteptare prea mare. Este unul dintre aspectele negative ale shoppingului online, deoarece pot trece și câteva zile sau săptămâni până la sosirea comenzii.

Un al treilea dezavantaj este fraudă în shoppingul online. Există adesea momente în care site-ul de shopping online dispare. Mai mult decât atât, plățile online nu sunt atât de securizate. Rata infracțiunilor informatice a crescut, iar detaliile bancare ale clienților au fost utilizate greșit, ceea ce ridică probleme de confidențialitate. Tocmai de aceea, trebuie să acorzi o atenție deosebită dezvăluirii informațiilor personale, deoarece unii dintre retaileri nu sunt de încredere.

Având în vedere cele menționate mai sus, shoppingul online este o metodă simplă și mult iubită, deoarece virtualitatea este din ce în ce mai utilizată prin dispozitive noi și prin extinderea accesului la internet. Magazinele își oferă produsele chiar și pe rețelele de socializare, astfel încât decizia de a face cumpărături într-un magazin fizic sau online depinde de tipul de obiect și de avantajele sau dezavantajele care sunt prioritare.

## „Cei care cred numai în bani nu sunt prea cinștiți” (Cilibi Moise)

*Antonia-Petruța Andronache*

De-a lungul timpului, banii au căpătat o importanță tot mai mare în societate și au devenit ceva fără de care acum nu putem trăi, însă cei care simt gustul banului și cred tot mai mult în el devin sclavi ai banilor și nu înțeleg că de cele mai multe ori banii nu aduc fericire. Consider că afirmația conform căreia „Cei care cred numai în bani nu sunt prea cinștiți” este una întemeiată, având în vedere că drumul spre îmbogățire este dificil și implică sacrificii uriașe, ajungându-se chiar la pierderea cinstei și a moralității.

În primul rând, preocuparea pentru bani este inevitabilă, având în vedere că banul ne asigură traiul și existența, dar banii nu aduc fericirea în casa omului, ci viața în liniște și pace alături de cei dragi. Din păcate, unii oameni fac din îmbogățire un adevărat țel, setea de avere creându-le dependență și ajungând, treptat, să le domine existența. Acești oameni uită să mai acorde importanță lucrurilor care contează cu adevărat. De exemplu în romanul „Ion” personajul principal a ajuns să fie sclavul averii (pământului), dar cu toate acestea el nu era îndeajuns de împlinit pe toate planurile, lipsindu-i iubirea și afecțiunea.

În al doilea rând, această goană după îmbogățire poate transforma oamenii cinștiți în indivizi capabili de a face orice

pentru a câștiga cât mai mulți bani, determinându-i chiar să renunțe la onestitate, la principiile morale și chiar să își neglijeze propria familie. Așa cum afirmă un vechi proverb românesc, banul este „ochiul dracului”. Bogăția îți poate lua mințile și te face să joci după regulile bine stabilite de ea. Un om care a dat de bogăție uită de unde a plecat și se schimbă complet, călcând în picioare toate bunele moravuri doar pentru a avea din ce în ce mai mult.

Așadar, oamenii sunt orbiți din cauza abundenței de bani și se devotează complet doar pentru a avea cât mai mult venit, nu mai apreciază frumosul și trăiesc doar cu gândul la bani. Consider că oamenii sunt făcuți pentru a simți emoții, pentru a vedea ceea ce îi înconjoară, nu doar pentru a se sacrifica și a-și falsifica identitatea de dragul banilor.

În concluzie, oamenii „care cred numai în bani” sunt învăluți de mirajul averii și pot acționa și pe căi necinstite pentru a o obține, neînțelegând că, deși sunt necesari, „banii nu aduc fericirea” sau armonia în familie și nu trebuie considerați un ideal. Banii nu dau culoare vieții, defapt adevărata bogăție a vieții sunt persoanele iubite și timpul acordat lor. Mai bine mai sărac și mai fericit, decât bogat și cu griji!

## Dezavantajele folosirii internetului de către copii

*Mara-Nicola Galeru*

Internetul poate fi, cum se știe, o sursă potrivită de informare și conectare la nou, dar, pe de altă parte, reprezintă un mijloc periculos, mai ales pentru cei foarte tineri.

Cred că acest instrument atât de important pentru societatea modernă poate juca un rol negativ pentru cei mici, obișnuți să-l frecventeze, evitând activități benefice pentru formarea lor, cum ar fi sportul.

În primul rând, internetul poate produce dependență, fiind un factor negativ în

dezvoltarea copiilor. Lumea ~~internetică~~ internaută este, de asemenea, foarte bogată și variată, contribuind rapid la așa-numita „modelare” a copiilor. Dar această „modelare”, în majoritatea cazurilor, nu este una benefică în dezvoltarea copiilor. Aceștia având o vârstă fragedă, pot fi foarte ușor influențați.

În al doilea rând, internetul, el însuși, un loc periculos, cuprinde și zone nesigure, pagini nocive, imagini agresive. Neatenția

părinților și, în general, lipsa unui control asupra activității celor mici pe internet pot duce la schimbarea lor drastică de comportament, gândire și multe altele. Copiii pot fi cei mai afectați de internet

deoarece s-au născut în epoca „smartphone-ului”.

În acest sens, putem susține că internetul, tot mai atractiv pentru copii, poate deveni oricând o capcană, un mijloc periculos și o formă de izolare, departe de lumea reală.

## Copiii ar trebui să aibă acces limitat la Internet?

În societatea contemporană, inovațiile tehnologice se regăsesc la tot pasul, oferind numeroase facilități – comunicare eficientă, informare rapidă, forme de divertisment și entertainment și nu numai, iar Internetul nu este nici o excepție – au devenit, de-a lungul timpului, o parte indispensabilă din viața comunităților umane; copiii, în special, beneficiază de acest mijloc digital încă de la vârstele cele mai fragede. Însă, ar trebui copiii să aibă acces limitat la Internet sau nu, având în vedere aspectele pe care acesta le implică?

În primul rând, folosirea Internetului într-un mod limitat ar putea împiedica formarea unei dependențe de acest fel. Fiind lăsați să utilizeze Internetul ore îndelungate, copiii „clădesc” din aceasta o rutină, fără a mai petrece timpul cu familia, prietenii, colegii de grădiniță, școală etc., a deprinde hobby-uri precum cititul (în format „print”), desenatul, pictatul, sportul ș.a., așa cum se presupune că ar trebui un copil să facă în perioada copilăriei și adolescenței. De cele mai multe ori, unii părinți preferă să le dea copiilor telefonul, tableta, laptopul sau orice alt aparat electronic inteligent actual, pentru ca ei să se ocupe în liniște de sarcinile casnice, de la serviciu etc., în timp ce copiii sunt preocupați de vizionarea și interacționarea cu diferite platforme – jocuri online, rețele sociale, filme și tot așa. Totuși, ceea ce reușește acest mod de „recreere” este crearea unei adicții pentru tehnologie, care pe viitor ar putea fi greu de înlăturat, întrucât Internetul ar lua locul activităților sportive, artistice, intelectuale ș.a.m.d., și, totodată, ar deveni un mijloc de informare și de rezolvare a temelor nelipsit,

*Andreea Bostan*

fără ca tinerii „internauți” să încerce soluționarea acestora pe cont propriu; copiii găsesc adesea simplitatea și plăcerea în a sta în fața ecranului. De asemenea, multe studii au demonstrat că, în ziua de astăzi, sunt foarte mulți utilizatori de social media și, în genere, de Internet, cu vârste sub 14 ani, ce frecventează, îndeosebi, platforme precum YouTube, Facebook, Instagram și multe altele.

În al doilea rând, Internetul pune la dispoziție o gamă variată de conținuturi și de platforme online, ceea ce poate face dificilă conștientizarea și diferențierea tipurilor de mesaje (adecvate și neadecvate) cu care copiii intră în contact de-a lungul „navigării” în câmpul virtual. Cum totul se află la un click distanță, interacționarea cu anumite forme de conținut este indubitabilă, mai ales dacă acestea posedă și o serie de aspecte care le fac să arate mult mai atractiv (animații, culori, caricaturi etc.) și îi influențează pe copii să interfereze cu mesajele online. Pentru a da un exemplu, indiferent de tipul de platformă, există riscul vehiculării de produse media (imagini, videoclipuri, mesaje-text explicite, orice promovează violența, discriminarea și ridiculizarea de orice fel etc.; acestea au efecte negative asupra dezvoltării atât din punct de vedere personal, cât și interpersonal) distorsionarea viziunii și caracterului la nivel moral, psihologic, social, relațional etc. Anumite studii privind analizarea conținuturilor vizionate de copii, începând de la vârstele cele mai mici, au arătat că unu din cinci videoclipuri vizualizate de aceștia pe platforma cea mai populară de video-streaming din lume –



YouTube – cuprind reclame ce promovează violența, comportamentul explicit, produse neadecvate vârstei ș.m.a.

Un al treilea argument în favoarea limitării accesului copiilor la Internet, îl constituie faptul că mediul online poate face din copii victime sau chiar agresori de cyberbullying. Cyberbullyingul se manifestă în distincte și diverse maniere, cel mai adesea, prin mesaje, comentarii malițioase, transmiterea de informații jenante sau false cu scopul de a ridiculiza, copierea identității în vederea defăimării imaginii cuiva; cuprinzând și forme de „hate speech” (discurs instigator la ură) – discriminare, jignire cu privire la rasă, etnie, statutul social și financiar al părinților, religie, fizionomie etc. Toate acestea se realizează prin intermediul instrumentelor digitale ale Internetului: mesagerie directă, e-mail, rețele sociale (Facebook, Instagram, TikTok, Snapchat, etc.), funcțiile „chat” ori „voice chat” ale jocurilor online, ș.a., iar în cele mai multe cazuri agresorul sau agresorii („cyberbullies”) se află sub semnul anonimului, având mai puține șanse să fie descoperiți decât hărțuitorii tradiționali. În plus, conform studiilor psihologice, copiii care au fost ori sunt victime ale cyberbullying-ului suferă. Ca urmare a hărțuirii, probleme de ordin psihologic precum pierderea încrederii în sine sau în ceilalți, anxietate, stres post-traumatic, fobii sociale, scăderea performanței școlare, dificultăți în concentrare, instabilitatea relațiilor cu părinții, depresie și în cazurile extreme ideai sinucigașe, ce pot duce chiar la tentative de sinucidere.

Dintr-o altă perspectivă, limitarea accesului copiilor la Internet poate avea consecințe negative atât la nivel mental și social, cât și comportamental.

Un prim argument referitor la acest fapt îl reprezintă utilizarea Internetului pe ascuns. Întrucât ceea ce este interzis îi determină, de obicei, pe cei mai mulți dintre copii să fie din ce în ce mai curioși și doritori să facă acel lucru, restricționarea timpului petrecut pe Internet i-ar putea

condiționa să găsească mijloace prin care să acceseze platformele digitale fără supraveghere. De exemplu, site-urile proxy, VPN-urile, rețelele WI-FI publice, ștergerea istoricului și modul incognito sunt doar câteva dintre metodele bine-cunoscute de utilizare a Internetului în chip nedepistat. Unele studii au precizat că o bună parte din copii își ascund activitatea de pe Internet față de părinți.

Un alt argument este ilustrat de posibilitatea de răzvrătire împotriva cadrelor parentale. În ciuda faptului că acestea au, adeseori, tendința de îngredire a permisivității copiilor la rețeaua de Internet, având intenția de a-i proteja față de amenințările probabile ale mediului virtual; un control excesiv ar putea duce la pierderea încrederii în părinți și la „răcirea” relațiilor părinte-copil, deoarece, după cum susțin unii experți, aceștia pot interpreta această acțiune ca fiind o încălcare a intimității și o lipsă a încrederii referitoare la independența și cunoașterea felurilor de produse media consumate.

În plus, limitarea accesului la Internet și, implicit, supravegherea parentală exorbitantă poate provoca o diminuare a creativității și imaginației, privitor la libera exprimare, suprimând, concomitent, oportunitatea de a deveni „buni cetățeni digitali”. Datorită facilităților conferite de Internet, există nenumărate modalități prin care copiii pot să se exprime în voce, în ceea ce privește bunăstarea lor, dar și socializarea și relaționarea cu alte persoane, însă, rămânând responsabili. Pentru a exemplifica, jocurile online (Minecraft, Roblox etc.) permit colaborarea cu alții și clădirea diverselor lucruri pentru a crea noi universuri, rețelele de socializare (Facebook, Instagram, TikTok, Twitter, Snapchat etc.) ajută la menținerea relațiilor colegiale, de prietenie, păstrarea ritmului cu ceea ce se întâmplă în lume, împărtășirea de experiențe și multe altele. De asemenea, reducerea monitorizării continue a activității virtuale a celor mici, reprezintă ocazia acestora de a înțelege și învăța pe parcurs, de la sine, să aibă o atitudine

responsabilă – diferențierea între conținuturile potrivite

și nepotrivite, explorarea formatelor media preferate și corespunzătoare, semnalarea și prevenirea cyberbullyingului, protejarea datelor private etc. Unii specialiști au afirmat că eliminarea constrângerilor copiilor în utilizarea Internetului, după ce mai înainte au fost informați și educați despre conduita propice în cadrul online, dobândesc șanse mai mari să devină, în viitor, „internauți” și, în același timp, indivizi responsabili, decât cei cărora li s-a impus un anumit regim și conținuturi/platforme considerate de părinți benefice.

În concluzie, ținând cont de cele evidențiate, Internetul reprezintă un instrument fundamental în contextul erei supraîncărcate informațional și tehnologic în care trăim, fiind prezent în mai toate sferile de activitate ale societății, și devenind tot mai popular în rândul copiilor, inclusiv al celor mai mici. Astfel că, este necesară limitarea accesului copiilor la

Internet, alături de ghidarea lor spre învățarea simultană a avantajelor și dezavantajele pe care le implică și care ar putea să le influențeze viața nu doar pozitiv, ci și negativ.

Webografie:

- <https://www.unicef-irc.org/growing-up-connected>
- <https://www.common sense media.org/press-releases/as-online-videos-dominate-young-kids-screen-time-youtube-exposes-them-to-age-inappropriate-content>
- <https://www.cambridge.org/core/journals/spanish-journal-of-psychology/article/aggressors-and-victims-in-bullying-and-cyberbullying>
- [https://www.kaspersky.com/about/press-releases/2016\\_one-in-two-children-hide-risky-online-behavior-from-parents--kaspersky-lab-research](https://www.kaspersky.com/about/press-releases/2016_one-in-two-children-hide-risky-online-behavior-from-parents--kaspersky-lab-research)
- <https://raisingchildren.net.au/pre-teens/entertainment-technology/digital-life/digital-citizenship>

## De ce obezitatea crește progresiv la unele popoare?

*Maria Ojog*

Natura și tipul alimentației au suferit transformări remarcabile odată cu progresul speciei umane, distanța și diferențele înregistrate între modul de hrănire al omului primitiv și cel al omului contemporan, fiind la fel de importante ca și cele ce caracterizează oricare alte aspecte ale evoluției umane între aceste două etape extreme.

Obezitatea îmbracă la ora actuală tendințe epidemice, atât în țările bogate, cât și în cele cu venituri populaționale mai mici. Dacă în țările cu potențial economic redus, ponderea sa este mai mare printre femeile de vârstă mijlocie și populația aparținând claselor cu statut socio-economic mai înalt și comunităților urbane, în țările dezvoltate se înregistrează o tendință îngrijorătoare de

creștere a prevalenței excesului ponderal, nu numai la indivizii de vârstă mijlocie, ci și la copiii și adolescenții.

În primul rând, obezitatea nu este numai o problemă estetică, ci este o boală caracterizată prin sporirea greutateii corporale mult peste nivelul greutății ideale, cu ample consecințe asupra stării de sănătate. Obezitatea apare, în general, din cauza că organismul primește mai multe calorii decât consumă prin activitățile zilnice. Drept urmare, kaloriile rămase sunt stocate sub formă de grăsimi și, în timp, apare obezitatea. Uneori, obezitatea poate avea cauze medicale, cum ar fi afecțiunile ce cauzează dereglări hormonale. Mediul în care crește și trăiește individul îi afectează percepția asupra mâncării și a stilului de

viață. Persoanele care cresc într-un mediu defavorizat și trăiesc într-o familie cu obiceiuri alimentare nesănătoase, prezintă risc crescut de obezitate.

În al doilea rând, în societățile avansate, din ce în ce mai mulți copii se confruntă cu problema depășirii greutateii normale și a obezității infantile. Legat de partea psihologică a fenomenului complex numit obezitate infantilă, unul din factorii importanți ce țin de calitatea vieții copiilor obezi și care contribuie la afectarea ulterioară a universului psihologic al copilului este imaginea de sine și nemulțumirea legată de această percepție. Un alt fenomen foarte răspândit în rândul copiilor obezi este victimizarea: copilul este deseori victima colegilor săi în colectivitate,

fiind lipsit de respectul celorlalți, batjocorit și deseori adresându-i-se porecle specifice, acest comportament poate fi întâlnit nu numai la colegi, ci și la profesori și se aplică pentru toate categoriile de vârstă—de la preșcolari până la adolescenți.

În concluzie, obezitatea, la copii și la adulți, nu este numai o problema estetică, ci este o boală care trebuie să fie tratată cu maximum de seriozitate. Pentru a nu evolua și duce la numeroasele complicații care pot apărea în timp, precum boli cronice, diabet, reducerea speranței de viață etc., obezitatea trebuie diagnosticată de un medic nutriționist și tratată de un specialist în diete și nutriție prin apelarea la un stil de viață sănătos și la o dietă alimentară echilibrată.

## Rețelele sociale – aspect constructiv sau distructiv al vieții noastre?

*Bianca Dodan*

Pentru mulți dintre noi, rețelele sociale sunt o necesitate, un nou mod de socializare, de a fi prezenți și de a fi la curent cu ceea ce se întâmplă în lume, însă rețelele sociale sunt controversate.

Când ne referim la rețelele sociale sau la social media, vorbim despre structuri de comunicare între indivizi sau organizații care interacționează între ele pe platformele digitale. Așa pot fi definite rețelele sociale/de socializare. Cele mai importante astăzi sunt Facebook, Instagram, Twitter, Google, Youtube, Tik Tok, Pinterest sau LinkedIn. Aceste rețele sociale formează comunități mari care împărtășesc informații, imagini sau videoclipuri.

Instagram a fost creat pentru a posta povești de către utilizator prin fotografii, videoclipuri, etc. Twitter este una dintre cele mai importante rețele sociale. Aici utilizatorii interacționează prin mesaje. Există o limită de 280 de caractere și pot însoți textul cu o imagine sau un video. Comunicarea directă este stabilită între utilizatori și este platforma preferată a publicului pentru a afla de evenimentele curente. Facebook este o rețea socială

folosită pentru a ne conecta cu oameni pe care îi cunoaștem și cu care împărtășim interese comune sau hobby-uri. Este folosit pentru a găsi numeroase tipuri de conținut, de la informații curente, divertisment, căutare de locuri de muncă până la organizarea unor întâlniri cu noi persoane. YouTube a devenit al doilea cel mai important motor de căutare după Google. Acesta este folosit pentru a încărca videoclipuri pe propriul canal, de a asculta muzică, etc. LinkedIn este cea mai mare rețea socială în scopuri profesionale. Este alcătuit atât din companii, cât și din persoane, fiind locul unde sunt publicate ofertele de muncă și CV-ul solicitanților. Tiktok-ul este o aplicație care se bazează pe conținut musical.

Rețelele sociale pot avea multe avantaje atât personale, cât și de afaceri, atâta timp cât sunt utilizate corect. Avantajele atât la nivel personal, cât și la nivel de companie sunt:

1. *Conectivitate la nivel global:* Aceste portaluri permit menținerea legăturii cu familia și prietenii, cu care din diverse motive nu s-a mai realizat corespondența de

ceva vreme. Astfel, există o metodă sigură de a fi mai aproape de cei dragi, deși distanța intervine în relații.

2. *Grupuri virtuale*: Grupurile de acest tip vor fi mereu sursa sigură de a oferi fie informații despre problemele cotidiene, fie împărtășirea de opinii cu alte persoane despre diferite subiecte. Se poate concluziona astfel că s-au înlocuit forumurile de pe Google.

3. *Informații adiționale*: Rețelele sociale sunt un alt mod de a obține informații despre diferite teme curente din viața fiecărei persoane. Acum este mult mai ușor să se găsească și alte surse de informații decât vechile site-uri oferite de motoarele de căutare.

4. *Un mediu democrat*: Cu toate că rețelele sociale au impuse reguli stricte de funcționare, fiecare utilizator își poate administra contul după bunul plac, atâta timp cât nu încalcă normele impuse. În cadrul rețelilor de socializare se pot încărca informații de orice natură, fotografii cu un conținut diferit, anunțuri și opinii despre subiectele cele mai controversate din viața de zi cu zi.

Social media a creat un impact major pe plan internațional. Oamenii sunt foarte implicați în a le utiliza pentru orice scop, indiferent că este vorba de educație, de afaceri sau pentru nevoia de a intra în contact cu prietenii. Rețelele sociale au toate calitățile care îndeplinesc nevoile ființelor umane. Totuși, în același timp, ele au și dezavantaje. Printre acestea se numără:

1. *Intimitate*: Cu siguranță, aceasta este prima preocupare a potențialului utilizator înainte de a-și crea un cont. Atâta timp cât

informațiile de bază ale unei persoane sunt disponibile tuturor, utilizatorul își pierde astfel din confidențialitatea datelor personale.

2. *Mai puțin contact personal*: Fiind un mediu de comunicare extrem de comod și disponibil pe toate dispozitivele tehnologice, utilizatorii au tendința să îl folosească la capacitate maximă. Ei uită astfel să își folosească abilitățile cu care au fost înzestrați: comunicarea verbală.

3. *Scăderea încrederii în sine*: Numărul de aprecieri primite la fotografiile încărcate tinde a crede că au o strânsă legătură cu încrederea în sine a utilizatorului. Mai exact, cu cât utilizatorul are mai multe aprecieri la fotografii cu atât este mai popular. Dacă acțiunea nu se realizează, atunci utilizatorului începe să îi scadă încrederea în sine și astfel poate ajunge la depresie. Această percepție este una falsă și deloc în concordanță cu adevărata părere a oamenilor despre respectiva persoană.

4. *Informații false*: Fie că se face referire la relatările pe care unii utilizatori le trec la profil, fie că este vorba despre informațiile care circulă în online, conținuturile false sunt extrem de prezente și promovate, iar dezavantajul este că nu pot fi verificate.

Așadar, social media reprezintă atât un aspect pozitiv, constructiv în viața oamenilor, cât și unul negativ, distructiv, datorită argumentelor evidențiate mai sus. Cu toate că rețelele de socializare pot ajuta la îmbunătățirea vieții sociale, este indicat ca mereu să existe un echilibru între interacționarea online și cea reală.

## Telefoanele inteligente – binecuvântare sau blestem?

Cosmin Neacșu

În era tehnologiei, evoluția gadgeturilor a dus comunicarea și navigarea pe Internet la un cu totul alt nivel. Apariția binecunoscutelor „telefoane inteligente” a avut un impact aparte asupra societății, fiind considerată un val care a luat lumea cu asalt.

Și totuși, aduce această inovație numai beneficii? Mulți cercetători ne confirmă că nu este așa. Haideți să aruncăm o privire asupra efectelor smartphone-urilor față de utilizatori, atât asupra celor pozitive, cât și a celor negative.

Este evident că smartphone-urile au îmbunătățit cu mult abilitățile vechilor telefoane. Atunci când vrem să le diferențiem pe cele două, primul lucru care ne vine în minte este ușurința cu care putem accesa Internetul, și implicit stocul vast de informații pe care ni-l pune la dispoziție.

Cei care beneficiază cel mai mult din aceste posibilități sunt elevii și studenții, care pot găsi imediat un răspuns la orice dilemă cu ajutorul Internetului. Ba mai mult, pe timp de pandemie, atunci când orele de curs se desfășurau on-line, studenții se puteau alătura unui meeting oriunde s-ar fi aflat, prin intermediul telefonului. Acest lucru îi ajută mai ales pe cei care aveau un loc de muncă part-time în paralel cu studiile, pentru că nu mai era nevoie să sacrifice prezența la cursuri în favoarea muncii, conectându-se cu ajutorul aplicației de pe smartphone.

Un alt aspect apreciat este faptul că smartphone-urile ne țin la curent cu ultimele știri. Dacă în trecut oamenii trebuiau să se afle în fața televizorului când se difuza programul de știri, pentru a nu pierde noutățile importante, această problemă este acum diminuată. Accesul la Internet prin telefon ne oferă o multitudine de știri, din orice domeniu, contribuind la răspândirea veștilor de interes public. Aplicația „Biziday”, de exemplu, este un furnizor de știri verificate, actualizat constant. Mai mult decât atât, pericolele pot fi semnalate rapid. Prin aplicații cum ar fi „RO Alert” se pot face avertismente legate de eventuale amenințări de tip meteorologic, dezastre naturale și multe altele. Agenții de vânzări și marketing, totodată, trag foloase din oportunitățile aduse de acest beneficiu al telefoanelor inteligente, pentru că le folosesc pentru a-și promova serviciile și produsele prin reclame on-line, pe care utilizatorii le întâlnesc la tot pasul când navighează mediul virtual de pe telefon.

Un avantaj care face din nou distincția între telefoanele inteligente și cele vechi este interacțiunea cu prietenii sau familia de la distanță, care acum este mai accesibilă și totodată diversificată. În trecut, telefoanele

permiteau doar efectuarea unui apel vocal sau a unui mesaj scris, care erau de multe ori limitate, dar acum smartphone-urile ne aduc posibilitatea unui apel video. Acestea nu doar că pot avea loc oriunde și oricând, ci îi fac pe utilizatori să simtă o oarecare apropiere față de cel cu care comunică.

Încă un impact pozitiv este existența aplicațiilor menite pentru amuzament și relaxare. Fie că este vorba despre un joc video, un playlist cu melodii sau o carte digitală, oamenii care le utilizează simt că au parte de momente lipsite de stres sau griji, văzând telefonul ca pe un refugiu temporar în afara treburilor din viața de zi cu zi, iar distracția este în mod natural o necesitate.

În ciuda tuturor părților benefice ale telefoanelor inteligente, cu care toată lumea cochetează, există și opozanți ai acestor idei, care scot în evidență efectele nefaste ce nu pot fi ignorate. Dacă am putut vedea aspectele bune ale smartphone-urilor, trebuie să fim conștienți și de cele negative.

Majoritatea cercetătorilor aduc în prim-plan felul în care ne este atacată sănătatea. Din cauza radiațiilor emise de telefon, creierul uman poate fi afectat, ceea ce duce, printre altele, la tulburări ale somnului, ale vederii sau chiar la depresie. Deși se presupune că radiațiile telefonului nu sunt atât de puternice, faptul că acesta este folosit deseori în decursul zilei, fiind ținut aproape de față, pericolul este prezent.

Cu toate că am menționat felul în care smartphone-ul ne pune la curent cu știri și informații de interes, aspectul acesta are și părți negative. Telefoanele devin o sursă de distragere prin faptul că suntem tentați să explorăm nestingherit ultimele noutăți, pentru a nu rata nimic. De asemenea, atunci când primim un nou mesaj sau notificare, nu ne putem abține să n-o citim, din grija că ar putea fi ceva important, iar asta poate duce la o întregă conversație cu care ne pierdem timpul. Tendința de a ne verifica telefonul în mod constant este și una din cauzele care duc la dependență, un alt aspect foarte dăunător.

În ciuda faptului că smartphone-ul ne pune în legătură cu alte persoane de la distanță, relațiile sociale sunt în același timp deteriorate de interacțiunile on-line, care tind să le înlocuiască pe cele față-în-față. Socializarea este un element esențial pentru sănătatea emoțională, iar chat-ul nu îi poate ține locul, chiar dacă ne dă uneori această senzație. Prietenii sunt afectate atunci când comunicarea obișnuită este înlocuită cu cea virtuală, mai ales când cineva preferă conversațiile de pe rețelele sociale în loc să le acorde atenție prietenilor din viața reală.

Tot în contextul social media, utilizatorii sunt expuși cu ușurință la conținut nepotrivit, sau pot deveni victime ale hărțuirii sau ai unor hackeri. S-a dovedit psihologic că dorința de a-ți crea o reputație pe social media duce la anxietate, scăderea stimei de sine sau obsesia de a-ți impresiona următorii, iar strategiile de marketing on-line pot influența negativ consumatorii, determinându-i să achiziționeze produse de care nu au nevoie, sau chiar produse dăunătoare.

Diverse studii au demonstrat că telefonul degradează abilitățile cognitive, în special în cazul copiilor. Se presupune că un copil

trebuie să-și dezvolte creierul prin explorarea lumii care îl înconjoară, iar atunci când telefonul ajunge să reprezinte „lumea” pentru el, petrecând ore întregi cu el în mână, efectele nu pot fi decât nocive. De multe ori s-a întâmplat ca utilizarea în exces a smartphone-ului de către un copil să ducă la manifestarea autismului. În plus, copiii nu sunt singurii a căror minte este afectată. Adulții au dezvoltat obiceiul de a se folosi de telefon pentru sarcini pe care ar putea la fel de bine să le rezolve și fără acesta. De exemplu, folosirea calculatorului digital pentru efectuarea unui calcul și un rezultat instant e mult mai convenabilă pentru ei decât un calcul făcut pe hârtie. În mod asemănător, cărțile digitale sunt tot mai mult achiziționate în defavoarea celor de tip „print”.

Având în vedere toate aspectele amintite mai sus, sunt de părere că telefoanele inteligente ne pot aduce beneficii din punct de vedere al informației, comunicării și relaxării, însă doar atâta timp cât suntem conștienți de pericolul pe care îl reprezintă utilizarea iresponsabilă și avem grijă să le folosim cu moderație, cultivând aspectele pozitive.

## Avantajele și dezavantajele deținerii unui telefon la vârste mici

*Ioana-Anisia Hanganu*

Începând cu anii 2000, telefonul mobil a început să evolueze până în prezent, de la cel cu taste care era strict pentru a comunica, până la cel cu touchscreen care acum face parte din viața de zi cu zi a omului. Telefonul mobil este atât de bine dotat, încât lipsa lui ar duce la un dezechilibru total pentru majoritatea lumii. Datorită acestei tehnologii avansate, una dintre cele mai dese întrebări este „De la ce vârstă ar trebui ca un copil să dețină un telefon mobil?” sau „Pentru copiii cu vârsta între 6 și 12 ani, telefonul mobil este o necesitate?”, așadar în continuare voi prezenta argumentele pro și contra acestor întrebări.

Un avantaj al deținerii unui telefon mobil de către copii este că acesta ajută la comunicarea celor mici cu părinții care fie sunt la serviciu, fie plecați pe alte meleaguri sau în diferite locuri, de exemplu: la cumpărături, shopping sau la medic. Astfel, telefonul menține și asigură legătura permanentă a celor mici cu părinții, bunicii sau chiar și prietenii. Un alt principiu semnificativ al deținerii unui telefon la vârste mici este de a utiliza biblioteca online. În general, cu toții știm cum cei mici dau bir cu fugiții atunci când vine vorba de a lua o carte din biblioteca personală pentru a o citi, astfel cititul online încurajează acest aspect. Evident că, telefonul mobil sporește

și creează curiozitatea celor mici de a se uita la documentare istorice sau băieții în principal, caută documentare despre dinozauri când și cum au apărut. Toate aceste curiozități stau acum la doar un click distanță. Telefonul mobil are un impact pozitiv mai ales în situațiile de urgență. Dacă copilul se află într-o situație dificilă, deținerea telefonului asupra lui permite sigur apelarea Serviciilor de Urgență sau a oricărei persoane cunoscute pentru a cere ajutor. De exemplu, dacă cel mic se simte urmărit sau cineva îl abordează într-un mod necorespunzător pe stradă, imediat scoate telefonul din buzna și apelează la „112”. Un alt aspect important pentru deținerea unui telefon la vârste mici este că părinții pot afla oricând unde se află copilul lor, ceea ce le ușurează căutările. Cu alte cuvinte, părintele activează GPS-ul celui mic atunci când pleacă de acasă pentru a se asigura că îl poate identifica oriunde: atunci când este la joacă mai ales.

Un dezavantaj al deținerii telefonului la vârste mici este că acesta împiedică dezvoltarea cunoștințelor, ceea ce înseamnă că aceștia vor fi prea ocupați cu jocurile, iar în unele cazuri, copiii neglijează total învățatul. Dacă telefonul este luat la școală, copilul îl va folosi în timpul orelor de curs, având un aspect indiferent asupra a ceea ce se discută la oră. De exemplu, copilul poate copia la teste, se poate uia la filme în timpul orelor sau bineînțeles să se joace diferite jocuri. Telefonul trebuie dat cu limită în mâinile celor mici, chiar dacă aceștia insistă

că doresc să se uite pe mobil. În majoritatea cazurilor, ecranul telefonului distruge vederea celor mici și le împovărează gândirea într-o oarecare măsură, deoarece apar frecvent durerile de cap care duc la discomfort. Este evident că, odată ce telefonul este asupra copilului, el are un efect negativ mai ales seara, pentru că vorbitul cu prietenii până târziu le poate perturba și reduce somnul. De asemenea, pentru cei mici telefonul înrăutățește comportamentul acestora, făcându-i să devină mai agresivi datorită anumitor videoclipuri care împovărează dezvoltarea acestora într-un mod considerabil. Având în vedere că, unii părinți neglijează statul pe telefon al copiilor lor, prin urmare acest aspect întrerupe dezvoltarea lor, făcându-i să devină persoane introvertite care le îngreunează enorm modul de a comunica cu ceilalți copii. Este un fapt bine cunoscut că accesul la internet oferă copiilor unele informații greșite și nu le asigură o percepție corectă asupra vieții.

Putem concluziona că deținerea unui telefon la vârste mici între 6 și 12 ani, are atât avantaje, cât și dezavantaje, astfel încât telefonul mobil trebuie utilizat de către cel mic doar pentru necesitate. Fiind inocenți, în această perioadă ei nu cunosc adevărata valoare a unui mobil, de aceea pentru ei este doar un obiect ușor accesibil. Pentru copii, mobilul poate fi utilizat pentru a învăța, a comunica și a se documenta, dar doar pentru câteva ore pe zi, nu non-stop.

## Reclamele – informare sau dezinformare

*Corina-Ioana Prisecaru*

Publicitatea este o realitate absolută a zilelor noastre. Concepută ca metodă de informare, publicitatea a evoluat tot mai mult spre domeniul economic, iar astăzi, o regăsim pretutindeni: în cultură, în politică, în viața sportivă, în activitățile obișnuite, etc. Așadar, publicitatea a ajuns să facă parte din existența noastră cotidiană.

Reclamele reprezintă un mod de discurs publicitar. Pentru ca o reclamă să aibă succes este necesară cunoașterea publicului țintă și a nevoilor lui. Reclamele beneficiază de structuri publicitare subtile, rafinate, ce vizează percepția și emoția audienței. Cu alte cuvinte, reclamele se ocupă cu promovarea bunurilor unor anumite branduri și companii pe piață, prin anumite

mesaje și imagini. Scopul acestora este de a stimula dorințele clienților potențiali atrăgându-i să-și achiziționeze anumite produse de care au sau nu nevoie. Astfel, reclama este un mod de promovare a vânzărilor și de informare a clienților cu ajutorul anumitor mijloace de comunicare în masă.

Un aspect pozitiv atunci când vine vorba de reclame este acela că ne fac mult mai ușoară o alegere atunci când este vorba de achiziționarea unui produs sau serviciu. Mai exact, reclama ne spune pe scurt întrebuințările, specificațiile și eficacitatea produsului. Modul de prezentare, imaginea,

sunetul sau vedetele ce apar în acea prezentare de produs ne acordă siguranță.

Un aspect negativ al acestora ar fi specificațiile neadevărate, produsul nu îndeplinește nici pe departe atribuțiile necesare sau este prezentat un produs ce este nesănătos. Multe dintre produsele ce apar în reclame nu ne sunt benefice, ne fac rău organismului sau sunt nefolositoare.

Cu toate acestea, continuăm să le cumpărăm nu o dată ci, chiar de mai multe ori.

Reclamele sunt prezente în viața noastră de zi cu zi, acestea ne influențează mereu deciziile exagerându-și puțin conținutul pentru a-și crește vânzările.

## O viziune despre viitor

*Cosmin-Eduard Lela*

Pe măsură ce Pământul se rotește, oameni vin și pleacă de pe această lume, iar viitorul devine din ce în ce mai apropiat.

Mi se pare că viitorul este cel mai tentant și mai misterios lucru despre care oamenii vorbesc atât de des și la care visează. Dar aproape nimeni nu știe ce anume va fi viața pe Pământ peste patru sau cinci sute de ani.

Fiecare are propriile idei despre viitor. Majoritatea oamenilor crede că viața va fi mult mai bună – o viață fără boli și fără probleme. Alții, însă, sunt predispuși să creadă că în câteva sute de ani omenirea cel puțin epuiza resursele naturale ale Pământului și va provoca distrugerea acestuia.

Eu sunt foarte optimist și cred că viitorul va aduce zile mai bune. Când îmi imaginez orașe și oameni din viitor, le văd în mintea mea destul de diferite față de cele din prezent. Văd orașe mai mari, construite nu numai pe pământ, ci și în aer, clădiri ciudate și frumoase, modelate variat și mașini strălucitoare rapide care se întrec cu grație la o viteză incredibilă.

Exact ca o imagine frumoasă a unui basm. Vreau cumva să sar peste câteva secole și să mă regăsesc în viitor pentru că sunt curios.

Viața este foarte imprevizibilă și incertă. Nimeni nu poate spune ce este stocat pentru viitor. Dar putem să ne imaginăm cum va arăta viața în viitor din evoluția și din întâmplările care au avut loc până acum.

Oamenii plănuiesc multe lucruri pentru viitor, deoarece tuturor le place să vadă și să trăiască o viață generoasă în perspectivă. Există multă speranță, sunt multe aspirații ale oamenilor atunci când își privesc viața în viitor.

Nimic nu poate fi afirmat cu deplină certitudine, dar văzând evoluția tehnologică din ultimii ani, ne putem gândi cu siguranță la o viață cu mult mai multe progrese în diverse aspecte tehnologice.

Astăzi, internetul și gadgeturile extrem de mecanizate au adus viața noastră la un nivel diferit în comparație cu stilul de viață al oamenilor de acum câțiva ani. Astăzi, chiar și un copil mic poate opera un telefon mobil sau un laptop și un desktop. Tânăra generație nu are probleme în utilizarea cu ușurință a diverselor gadgeturi electronice.

Deci s-ar putea înțelege deja că viața în viitor va fi mai avansată tehnologic. Oamenii se pot conecta cu prietenii, rudele și alții cu ușurință doar printr-o atingere cu degetul. Deci distanța nu este o problemă.



Volumul nostru de lucru va scădea foarte mult datorită gadgeturilor moderne și poate chiar datorită roboților care vor fi disponibili pentru a ne ușura munca.

Odată cu avansarea tehnologiei, oamenii își pierd nevoia naturală de a socializa, de a simți compasiune pentru semenii lor aflați în nevoie.

Putem observa, astăzi, tendința de a avea o viață centrată doar pe propria persoană, pe propriile nevoi. Această tendință se va accentua în viitor, când existența va fi și mai centrată pe sine, unde sentimentele pentru ceilalți vor trece pe plan secund. Deci putem spune clar că numeroaselor progrese, în viitor, o mulțime de aspecte negative li se vor alătura. Din punct de vedere tehnologic, viața în viitor va fi mult îmbunătățită, dar va fi o viață fără de sentimente de prietenie.

În mod similar, o persoană va uita să facă muncă manuală, care este necesară pentru o

viață sănătoasă. Copiii vor fi mai înclinați către internet și mai puțin interesați de lectura cărților și activitățile în aer liber.

Noua generație în viitor va suferi de multe probleme de sănătate din cauza activităților intense în interior și mai multă înclinație către tehnologii. Prin urmare, viața în viitor ne va arăta câteva nuanțe pozitive și unele negative ale vieții și acest lucru este valabil și pentru generațiile care urmează.

Este fantastic să privim în viitor de pe acum, dar ar trebui să profităm la maximum de prezent pentru că nu știm niciodată ce surprize, bune sau teribile, ne va rezerva viitorul. Prezentul este un dar, de aceea ar trebui să-l savurăm și să ne trăim viața oricum credem de cuviință. Nimic nu ne împiedică să ne folosim puterea pentru a modela viitorul așa cum dorim noi.

## Stimează-te pe tine însuși și vindecă-ți viața

Gabriela Turtureanu

Dacă închid un ochi – văd lumea pe jumătate, dacă-i închid pe ambii – văd lumea mea, întreagă și nestingherită de cineva. Lumea din ochii mei e un vis feeric, în care paravanul dintre rațiune și sentiment dispăre. *John Naisbitt* spunea că „*Cele mai frumoase schimbări ale secolului XXI nu vor avea loc datorită tehnologiei, ci datorită extinderii conceptului a ceea ce înseamnă să fii OM*”.

Adolenții, adesea visează să fie o altă persoană. Nu le place ceea ce au, ceea ce sunt, întotdeauna considerând că ceilalți sunt mai buni decât ei. În condițiile actuale are loc o cotitură socială, asupra dezvoltării stimei de sine la vârsta adolescență. Unii considerând-o „vârsta crizelor, anxietății, marginalității, o problemă socială”, iar alții „vârsta marilor elanuri”. Paradoxal sau nu, dar și unii, și alții au dreptate. Acest proces stimulează dezvoltarea unor noi interese, aptitudini, a elementelor integrative ale

conștiinței, care constituie concepția despre lume și societate. Unul dintre cele mai importante procese la vârsta adolescenței este constituirea conștiinței de sine. Schimbările survenite în situația socială de dezvoltare, îi face pe adolescenți să se concentreze asupra lumii interioare. Ca urmare, începe descoperirea „Eu”-lui, considerată de psihologi drept una dintre cele mai importante realizări ale adolescenței.

Stima de sine este unul din acele concepte psihologice cu care ne întâlnim frecvent în viața cotidiană. Fiecare are o anumită idee despre ce este stima de sine. Părinții își doresc copii cu o stimă de sine cât mai mare, profesorii încearcă să-și ajute elevii să și-o îmbunătățească, avocații și politicienii se pare că au o stimă de sine prea ridicată. *William James*, unul din fondatorii psihologiei științifice, a fost un pionier al analizei psihologice a stimei de sine.

Scrierile sale conțin cel puțin două definiții ale stimei de sine care își mențin importanța până astăzi.

După W. James (1998), stima de sine reprezintă rezultatul raportului dintre succesul unor acțiuni și aspirațiile individului cu privire la întreprinderea acelei acțiuni. *“Dacă reducem aspirațiile la zero vom avea universul la picioare”*. O persoană va avea o stimă de sine ridicată în măsura în care succesele sale sunt egale sau superioare aspirațiilor. Și invers, dacă aspirațiile depășesc reușitele, stima de sine va avea un nivel scăzut.

Conceptul de stimă de sine ocupă un loc important în imaginarul occidental, în special în Statele Unite, unde conceptul de *self-esteem* face parte din limbajul curent. Expresia „stimă de sine” este una obiectivă. Verbul „a estima” provine de fapt din latinescul *oestimare*, „a evalua”, a cărui semnificație este dublă: în același timp, „a

determina valoarea”, și „a avea o părere despre”. Cea mai bună sinteză pe care am găsit-o despre stima de sine a furnizat-o un adolescent: „Stima de sine? Ei bine este felul în care ne vedem și dacă ne place ceea ce vedem sau nu.”.

Această privire-judecată despre noi înșine este vitală pentru echilibrul nostru psihologic. Atunci când este pozitivă, permite adolescenților să acționeze eficient, să se simtă bine în propria piele, să facă față dificultăților existenței. Dar când este negativă, provoacă numeroase suferințe și neplăceri, care vin să perturbe viața cotidiană.

În mâinile voastre se află semințele eșecului – sau semințele măreției: potențialul de creștere. Mâinile voastre sunt capabile dar ele trebuie folosite - pentru a face lucruri bune – pentru a strânge roadele de care sunteți capabili

## Cea mai înțeleaptă alegere

Mariana Mișcoi

Când înveți să te iubești pe tine însuți, cei care te vor folosi vor înceta să apară în viața ta.

Când te respecti suficient, soarta ta nu va mai fi vizitată de oameni care nu pot decât să-ți consume sentimentele și timpul.

Când îți dai seama că ești un miracol, o creație unică, demnă de tot ceea ce îți oferă această viață, îți va veni în cale cineva care îți va păstra credința în adevărul acestor senzații în fiecare zi.

Nu vor mai fi capricioși dezamăgiți de toată lumea și de tot, nici mai mulți consumatori care știu doar cuvântul "a da", nici proprietari de resentimente care au nevoie de o altă umbră a lor înșiși, și nu de o persoană din apropiere.

Vei înceta să fii momeală pentru ei, iar soarta te va răsplăti cu noi întâlniri. Cu cei care vă vor lumina calea. Cu cei care vor să-ți încălzească mâinile în timp ce se bucură de strălucirea sufletului tău. Cu cei care vor fi acolo doar atunci când aveți nevoie de ei.

Și cu cei care, ca și tine, cred și trăiesc în iubire. Nu există nimic sau cineva în viața ta care să nu te reflecte.

Este necesar să purifici oglinda sufletului tău, deoarece lumea începe să strălucească cu noi culori și îți oferă ceva la care nu puteai decât să visezi înainte. Doar nu te trăda și nu deveni o victimă a dorințelor de bază ale altor oameni... și vei fi fericit.

## Valentina Stan: „Să nu renunțăm la îndeplinirea visurilor noastre!”

*Interviu realizat de Marina Burulea*

Am avut plăcerea să o ascultăm pe Valentina Stan vorbind despre importanța visurilor noastre, cu speranța că le putem îndeplini într-o bună zi. Valentina Stan este absolventă a programului de studii „Comunicare și relații publice” și în prezent studiază la programul de master „Comunicare în spațiul public” în cadrul Facultății de Litere a Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău. Valentina Stan este și asistent medical la Spitalul Județean de Urgență din Bacău, și, de asemenea, moderează emisiunea „Fericire la superlativ” la EuroTv. La final, Valentina Stan ne-a răspuns la câteva întrebări

Marina Burulea: Ce preferați din punct de vedere profesional, cariera medicală sau cea de a lucra în televiziune?

Valentina Stan: Categori c prefer cariera în televiziune.

MB: Ce invitat al emisiunii pe care o moderați v-a plăcut cel mai mult? Dar cel mai puțin?

VS: Nu aș putea să aleg. De la fiecare invitat am de învățat câte ceva, iar într-o oră, cât ține emisia, abordăm diverse subiecte interesante.

MB: De ce ați ales specializarea de Comunicare și relații publice?

VS: În cariera de asistent medical am avut mare nevoie de comunicare. Fără această parte este imposibil să poți comunica cu pacienții și aceștia să te și placă. Consider că urmând această facultate m-a ajutat enorm să evoluez. Aș dori ca pe viitor să se implementeze în spital, pentru cadrele medicale, un curs de comunicare.

MB: De ce ați ales să urmați masterul?

VS: Nu am vrut să mă opresc doar la studiile de licență. Cât trăim avem ce învăța nou, în fiecare zi, putând evolua în mai multe domenii.

MB: Cine este mentorul dumneavoastră?

VS: Andreea Marin este mentorul meu. De foarte mult timp o admir și îi apreciez munca pe care o depune în domeniul în care activează. Am studiat-o foarte mult și am învățat cum să-mi construiesc interviurile cu invitații mei pe baza cursurilor online ale ei, care sunt gratuite, iar cel mai important lucru atunci când iau un interviu este ascultarea. Să asculți invitatul este cheia succesului unui bun interviu.

MB: Care a fost visul dumneavoastră?

VS: Tema pe care am abordat-o astăzi a fost să nu renunțăm la îndeplinirea visurilor noastre. Visul meu din copilărie a fost să fac o facultate. Eu provenind din mediul rural nu am avut posibilitatea financiară și nici

foarte mult sprijin din partea familiei să urmez o școală superioară. Momentul în care mi-am dat seama că vreau să urmez o facultate a fost cam pe la 14 ani, când profesorul meu de sport s-a apucat de studiile de licență, iar la cateva săptămâni când se întorcea în școală îl vedeam cu totul altfel, evoluând foarte mult din toate punctele de vedere, astfel m-a determinat să-mi doresc să urmez și eu o facultate.

MB: Care a fost cea mai mare peripeție pe care ați întâmpinat-o în cariera de moderator TV?

VS: Îmi aduc aminte când i-am luat interviu unei personalități importante din politică. Am așteptat trei luni pentru a face acest interviu la care am avut extrem de multe emoții și din păcate colegii mei au uitat să

pornească camera de filmat. Atunci am înțeles că anumite lucruri nu stau în puterea noastră și oricât de mult ne-am chinat să facem ceva să iasă bine, universul știe mai bine ce planuri are cu noi.

MB: Ce considerați că este mai greu, un interviu la televizor sau o prezentare în fața clasei?

VS: Am crezut că voi avea mai multe emoții în fața unei clase, dar sper că m-am descurcat. Sper că v-a plăcut subiectul prezentării de astăzi și că v-a dat curaj să vă urmați visurile.

I: Mulțumim pentru timpul acordat prezentării acestei teme și că ne-ați răspuns la aceste întrebări.

VS: Cu mare drag!



## Comunicare, comunicații, evoluție

*Cosmin-Eduard Lela*

Cu toții ne-am mirat cel mai probabil cu privire la modul în care comunicațiile umane au evoluat de la desene destul de primitive și probabil eficiente pentru perioada de timp, la o multitudine de limbi și apoi până în zilele noastre modalități de internet extrem de sofisticate.

A fi capabil să comunici eficient este una dintre cele mai importante abilități de viață, de învățat. Comunicarea în sine este definită ca transferul de informații pentru a produce o mai bună înțelegere.

Deținerea unor abilități puternice de comunicare ajută în toate aspectele vieții – de la viața profesională la viața personală și tot ceea ce se află între ele. Din punct de vedere al afacerii, toate tranzacțiile rezultă din comunicare. Bunele abilități de comunicare sunt esențiale pentru a permite altora și dvs. să înțelegeți informațiile mai precis și mai rapid.

Este procesul de schimb de cuvinte, semne sau informații cu ceilalți. Se face fie verbal, fie non-verbal. Comunicarea ne permite să transmitem informații. Îi înțelegem pe ceilalți datorită comunicării. Comunicarea eficientă aduce oamenii mai aproape și împreună.

A fi capabil să comunici bine este important pentru fiecare ființă umană. Comunicarea este importantă atât în viața personală, cât și în cea corporativă. Există diferiți oameni cu care să comunicați. Vocile noastre se aud doar prin comunicare.

În fiecare zi folosim diferite moduri de a comunica. De exemplu, de la e-mailul zilnic la radioul pe care îl ascultăm. Procesul de comunicare este în desfășurare. Viața fără comunicare ar fi imposibil de trăit. Înțelegem și percepem lucrurile doar din această cauză. Scopul principal este de a ne transmite în mod clar mesajele unul altuia.

Comunicarea verbală este cunoscută și sub denumirea de comunicare vorbită. Include interacțiunea față în față.

Televiziunea, radioul și alte mijloace media pot fi, de asemenea, numărate în acest tip.

De exemplu, în fiecare zi salutăm alți oameni la serviciu. Acesta este un exemplu de comunicare verbală. Este nevoie de abilități interpersonale. Neînțelegerile sunt rare când vorbim prin cuvinte. Comunicarea verbală joacă un rol esențial în menținerea relațiilor de succes și pozitive.

Comunicare nonverbală este tipul de comunicare care implică în general limbajul corpului și gesturi. Non-verbal nu folosește cuvinte pentru a comunica. Tipul de comunicare este foarte important în organizații. De exemplu, posturile și limbajul corpului sunt evaluate în interviuri și întâlniri. Această abilitate specială poate face sau rupe relațiile persoanei atât la nivel personal, cât și profesional.

Oamenii își împărtășesc evenimentele întregii vieți pe rețelele sociale. Platformele de rețele sociale îi ajută pe oameni să partajeze imagini, videoclipuri și aproape tot ce este pe internet. Este cel mai recent mod de comunicare din lumea digitală. Telefoanele inteligente au făcut acest lucru mai convenabil. Utilizatorii rețelelor sociale din această generație sunt obsedați de aceste platforme.

Ei împărtășesc viața lor zilnic în aceste aplicații. Rețelele de socializare au revoluționat modul în care comunicăm. Putem vedea ce fac alți oameni prin profilurile lor de pe rețelele sociale. Acum este ușor să-ți verifici prietenii care locuiesc departe. Comunicarea este mult mai ușoară. Distanța nu mai este o problemă. Puteți vorbi cu orice persoană doriți, fie că locuiește departe, fie aproape. O comunicare mai bună ne-a ajutat să dobândim abilități sociale mai bune.

De la discursul verbal la mesajele noastre text, comunicăm despre viață în fiecare zi. O caracteristică de confidențialitate prin criptare de la capăt la capăt a fost adăugată

comunicării noastre zilnice prin telefoane mobile și alte gadgeturi.

Nu putem nega faptul că această acțiune este un sistem central esențial al vieții noastre. Înțelegem și percepem lumea prin comunicare. Viața s-ar simți incompletă fără a interacționa cu ceilalți. Metodele mai vechi de comunicare au fost picturile, semnalele de fum, simbolurile, porumbeii călugători și telegraful. Cele mai recente și moderne modalități sunt mai convenabile și mai eficiente. De exemplu, televiziune, telefoane mobile, internet, e-mailuri, rețele sociale și mesagerie text. Evoluția tehnologiei comunicațiilor a făcut progrese de-a lungul a mii de ani. Această evoluție va continua să crească la fel cu lumea în schimbare.

Comunicarea este inima oricărei organizații. În timp ce vă dezvoltați cariera, veți afla de ce este importantă comunicarea. Abilitatea de a comunica informații cu acuratețe, claritate și conform intenției este o abilitate vitală de viață și ceva care nu trebuie trecut cu vederea. Nu este niciodată prea târziu să-ți lucrezi abilitățile de comunicare și făcând acest lucru, s-ar putea să descoperi că îți îmbunătățești calitatea vieții.

Sunt necesare abilități de comunicare pentru a vorbi în mod corespunzător cu o mare varietate de oameni, menținând în

același timp un contact vizual bun, pentru a demonstra un vocabular variat și pentru a vă adapta limba la publicul dvs., pentru a asculta eficient, pentru a vă prezenta ideile în mod corespunzător, pentru a scrie clar și concis și pentru a lucra bine în grup. Multe dintre acestea sunt abilități esențiale pe care le caută majoritatea angajatorilor.

Unii oameni par să înțeleagă cum să comunice fără măcar să încerce. Ei sunt capabili să-și adapteze limbajul, tonul și mesajul pentru publicul lor și să-și transmită punctul de vedere rapid și succint, într-un mod care este auzit. Ei sunt, de asemenea, capabili să preia rapid mesajele trimise lor, înțelegând atât ceea ce se spune, cât și ceea ce nu a fost spus.

Când comunicarea este eficientă, toate părțile implicate sunt mulțumite și se simt împlinite. Prin transmiterea clară a mesajelor, nu există loc pentru neînțelegeri sau modificarea mesajelor, ceea ce scade potențialul de conflict.

În situațiile în care apar conflicte, comunicarea eficientă este un factor cheie pentru a te asigura că situația este rezolvată într-un mod respectuos. Modul în care cineva comunică poate fi un factor decisiv în asigurarea unui loc de muncă, în menținerea unei relații sănătoase și în exprimarea de sine.

## Înapoi în timp la revista *Super Bravo Girl!*

*Denisa-Iuliana Cadăr*

*Cum am început să cumpăr această revistă?*

Într-una din zilele de vară am hotărât împreună cu una din prietenele mele din acea perioadă să ne vedem la locul nostru special din zona unde locuim. Discutând despre diverse subiecte, aceasta mi-a povestit despre noua ei descoperire care se presupunea că m-ar putea interesa. Prietena mea fiind pasionată de o formația de muzică pop One Direction, populară în acea perioadă printre adolescenți, era înscrisă

într-un grup pe Facebook numit Official1DRomânia, care susținea acești artiști și din care a aflat despre o revistă în care apar postere cu aceștia dar și cu alte vedete, anime-uri și filme. Povestindu-mi entuziasmată despre această publicație mi-a sugerat să achiziționez și eu măcar un număr al acestei reviste. Curioasă din fire și împinsă de la spate de prietena mea am cumpărat prima mea revistă *Super Bravo*

Girl! în data de 07.07.2015, ediția cu numărul 14 al aceluși an.

Mi-a plăcut revista în special pentru cele 8 postere pe care le primeam pentru fiecare număr achiziționat, postere pe care mama nu mă lăsa să le lipesc pe pereții din dormitor dar și pentru horoscop și rubrica de sfaturi, printre singurele secțiuni pe care chiar le citeam din revistă. Prin urmare am continuat să o cumpăr, iar în total am acumulat 10 reviste pe care le păstrez și în ziua de astăzi drept amintire.

Ce este revista Super Bravo Girl! ?

Super Bravo Girl! a fost o revistă bilunară românească pentru adolescenți ce



se adresa în principal fetelor cu vârstele cuprinse între 12 și 18 ani. A fost lansată pe 15 aprilie 2014 după ce Bravo și Bravo Girl și-au încetat apariția în România. Revista era deținută de către Bauer-Ringier SRL, o companie media din Elveția.

Această publicație și-a încetat apariția pe 14 martie 2017 din cauza numărului scăzut de exemplare vândute.

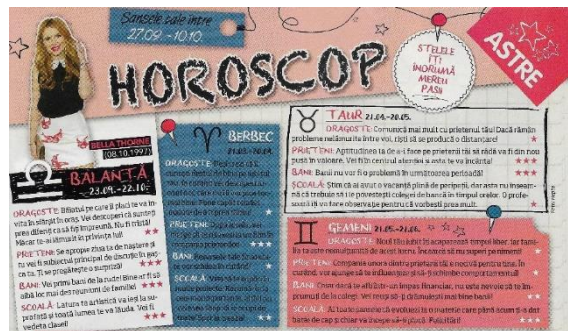


Ce conține revista Super Bravo Girl! ?

Coperta revistei are poziționat în centrul paginii artiștii sau filmul ce reprezintă subiectul principal al ediției respective alături de un titlu sugestiv care să atragă cititorul dar și câteva titluri secundare care anunță conținutul publicației. În partea de sus se găsește site-ul revistei, [www.BRAVOnet.ro](http://www.BRAVOnet.ro), numărul și data, România, bilunar și prețul de achiziție urmată de numele revistei. În partea de jos

al copertei sunt afișate poze cu posterele ce se găsesc în acel numărul.

Fiind o revistă adresată fetelor, această publicație conținea subiecte care se



presupunea că sunt de interes pentru acestea prin urmare fiecare numărul al revistei conține următoarele rubrici: **Trend News**- Cele mai tari știri din modă; **Beauty News**- Noutăți din domeniul frumuseții; **Star News** - Ce au mai făcut vedetele tale preferate; **Do it yourself** - Idei creative care îți vor colora viața; **Horoscop**- Află ce îți rezervă astrele; **Sfaturi**- Dacă ai o problema, poți să le scrii celor din redacție iar ei îți vor răspunde; **Girl Time**- Filme, cărți, DVD-uri, CD-uri și lucruri HOT; **Fun** - Situații penibile de la cititori, bancuri clever și concursuri; **Extra 4 You** - Integramă.

Posterele sunt poziționate la mijlocul revistei pentru a fi ușor de scos fără a afecta restul publicației. Pe o pagină se află doua postere, unul pe față și unul pe spate, ceea ce uneori poate fi deranjant dacă îți plăceau ambii artiști de pe respectiva pagină și voiai să agăți undeva posterul.

Uneori revista venea la pachet și cu un mic cadou, cum nu o cumpăram de fiecare dată când apărea, am ajuns să obțin doar o brățară de hârtie de la filmul „Orașe de hârtie”.

Super Bravo Girl! va rămâne pentru totdeauna revista copilăriei mele, o să-mi amintesc mereu cu ce entuziasm o rugam pe mama să îmi dea bani pentru a o putea cumpăra și cum verificam mereu pagina lor de Facebook pentru a vedea ce postere vor publica în numărul ce avea să apară pentru

a putea decide dacă o să cumpăr respectivul număr sau nu. Mi-a părut sincer rău când am aflat că nu se mai publică și cred că ar trebui

să se lanseze o nouă revistă de acest tip pentru noua generație.





## De ce să mai citim ziare? Ce putem crede și ce nu?

*Roberta Cruceanu*

În era tehnologiei în care trăim, unde avem acces la paleta largă de platforme, cum ar fi Twitter, Facebook, Instagram, YouTube, WhatsApp și multe altele, rolul jurnalismului profesionist s-a diminuat mult.

Cine mai are nevoie de o relatare calificată a faptelor când fiecare purtător de smartphone deține propriul adevăr?

Mass-media este un univers imperfect care oglindește societatea în care trăim. Problema apare atunci când fiecare cunoaște propriul univers și diferă de la individ la individ.

Nici nu vreau să vorbim despre ceea ce se difuzează la televizor, pentru că putem spune cu tărie că adevărul nu scoate profit și nici seriozitatea ci doar cancanul și scandalurile.

Revenind acum la ziare, cum te simți când citești un ziar? Bătrân? Învechit? Sau nu mai ești la modă?

Sau ce îți trece prin cap? Că este de domeniul trecutului și nu are nici o importanță? Poate că tehnologia are acest efect dar totul se întâmplă în mintea noastră și nimic nu este plauzibil. Mass-media socială a redus autoritatea presei profesionale, iar îndrumarea publicului a devenit extrem de orientată spre profit.

Spre exemplu, pagina de Instagram a cotidianului *New York Times* are 11,8 milioane de urmăritori. Dar oare de ce unul dintre cele mai mari cotidiene de referință din lumea democratică are de 10 ori mai puțini followeri decât o vedetă pop?

Paradoxal, rațiunea și spiritul critic au fost motoarele de dezvoltare ale științei care, la rândul ei, a creat tehnologia, care s-a întors azi împotriva rațiunii. Putem spune că este povestea lui Frankenstein într-un univers digital.

E adevărul, și poate îți creează un disconfort pentru că, uneori contrazice ceea ce ai crezut sau îți spune idolul tău din online. Cel mai bine e să vă feriți de cei ce au mai multe răspunsuri decât întrebări.

Cumva generațiile care vin din urmă sunt chemate să refacă acest echilibru pierdut care provoacă atât de mult rău în zilele noastre sau îl putem reface chiar noi?

*„Mass media autentică cotrobăie prin realitate, caută și adună frânturi de documente, întâmplări, declarații, le pune cap la cap pentru a reconstitui ca un detectiv o întâmplare care a avut consecințe asupra unui individ sau asupra comunității”.*

**Presa***Alexandra Bindileu*

Presa este peste tot

Fugi de ea

Ea nu stă-n loc

Te găsește, orice ar fi

Și la capătul lumii.

Poze, știri, cancanuri multe

Chiar și cele nemaivăzute

Tot ce vrei și ce-ți dorești

În presă o să găsești.

Și așa de încheiere

Eu îți spun la revedere

Și spor la citit ziare

Și la știri și la dosare

Că-s la mare căutare.

Ziarul... în catrene

Marina Burulea

Fie ziar, fie revistă,  
Mie îmi place să citesc.  
Și-n online, și-n presă scrisă,  
Eu pe toate le găesc.

Fie că sunt abonată  
Sau îl cumpăr zi de zi,  
Nu-mi lipsește niciodată  
Ziarul pe a doua zi.

Lumea online... în catrene

Alexandra Apetrei

Mic influencer într-o lume mare  
Multe like-uri îmi apar în cale.  
Fac parte din viața mea  
Și-așa îmi petrec eu ziua.

Știu că mereu mă pot baza  
Pe publicul ce, desigur, vrea  
Să mă cunoască cât mai bine.  
Vino în lumea online cu mine!



## Admiterea online, un val neașteptat de emoții

*Elena-Corina Răcilă*

Vise și speranțe s-au născut, calde, în sufletul meu o dată cu terminarea liceului și promovarea cu brio a examenului maturității, bacalaureatul. Având planul de viitor deja făcut, singurul meu gând era dacă voi fi sau nu acceptată la universitatea dorită, la facultatea și specializarea dorită. Trebuia să trec mai întâi de admitere, unde nu îmi făceam prea mari griji. Eram puțin stresată, neștiind modul de desfășurare a acesteia. Într-un final am susținut admiterea online la fel ca mulți alți viitori studenți, lucru ce a ușurat cu mult situația.

Pentru a fi admisă trebuia mai întâi să mă înscriu online cu toate documentele necesare și, mai apoi, în fișa de înscriere aveam să răspund la întrebările ce mă așteptau. Eu eram sigură că trebuie să susținem admiterea pe bază de eseu, și trimis online. De fapt totul a fost mult mai simplu. Mi-am încărcat documentele scanate, am răspuns la întrebări și eseu care m-a lăsat cu nopțile nedormite consta de fapt într-o întrebare. După ce toată această procedură legată de documente a ajuns la final, trebuia să aștept confirmarea dosarului.

Emoții mari, și rugăciuni și mai mari au avut loc zilnic din momentul înscrierii și până la momentul primirii răspunsului. Îmi doream foarte mult să începem facultatea în format fizic, din aceleași motive pentru care majoritatea tinerilor au această speranță. Petreceri, prietenii noi, cât mai multe amintiri frumoase și începerea vieții pe cont propriu departe de morala părinților și controlul acestora asupra noastră.

Ziua cea mare a sosit, și cu multă nerăbdare am luat telefonul în mână și am

intrat pe site-ul universității să îmi caut codul primit la validarea dosarului cu încredere că am fost admisă. Rezultatul a fost unul pozitiv, mai mult decât dorit, nu doar că am intrat unde am ales eu să aplic, dar am și ocupat un loc bugetat de statul roman, pentru mine facultatea cu taxă nefiind o opțiune. Sinceră să fiu, ochii deja îmi erau plânși de bucurie și emoții pozitive. Nu am stat pe gânduri și am plecat imediat a doua zi de dimineață pentru confirmarea locului.

După toate aceste noi etape, am ajuns în fața faptului împlinit, și anume începerea facultății. Dar lucrurile nu sunt atât de simple. Din păcate, decizia universității asupra modului de începere a cursurilor a fost anunțată foarte târziu, ceea ce mi-a dat peste cap multe planuri și mă făcea mereu să mă întreb care este cel mai bun mod de a mă pregăti în cazul unei decizii mai puțin dorite.

Online... acesta a fost anunțul făcut de către universitatea însăși. Dacă aș fi citit pe undeva pe internet sau mi-ar fi zis cineva, cu siguranță nu aș fi crezut acest fapt, dar cum informația a venit chiar de la sursă, trebuia să înfrunt adevărul și să accept situația. M-am simțit dezamăgită, dar mai mult decât atât, confuză. Unde și cum trebuie să mă conectez la ore, la ce oră, deoarece ziua o știam deja, cine avea să mă informeze corect și să îmi ofere răspunsuri la întrebările ce deja prinseseră contur în capul meu. Toate acestea făceau parte din primele mele gânduri de student online. Nu cunoșteam pe absolut nimeni, niciun cadru didactic și niciun coleg sau colegă alături de

care aveam să ne petrecem împreună următorii ani în calitate de studenți.

Verificam în permanență site-ul universității pentru a mă asigura că nu ratez nicio informație nou apărută. Am urmat cu seriozitate instrucțiunile publicate și în acest mod am ajuns în clasă. Mai exact pe platforma Microsoft Teams, unde urma să îmi petrec cea mai mare parte a timpului. Am observat cu atenție ce materii voi studia în primul an de facultate, pe atunci neștiind că acestea se schimbă semestrial, am văzut din ce grupă fac parte și ce colegi urma să am. Înainte de începerea oficială a primei zi de cursuri, trebuie să recunosc că aveam emoții și nu înțelegeam de ce. Eram deja familiarizată cu mediul online încă din perioada liceului. Poate pentru că eram singură într-un mediu complet necunoscut

și mă simțeam nelămurită de cum va fi să faci facultate online.

Emoțiile au trecut la fel de repede precum au apărut după ce am făcut cunoștință cu doamna îndrumătoare de an, care a fost mai mult ca o prietenă ce ne oferă ajutor și răspunsuri la întrebări, situație care nu semăna cu o discuție tipică între un cadru didactic și student. Prima zi s-a încheiat cu bine și toată confuzia de boboc a dispărut după scurt timp.

În concluzie, lucrurile s-au desfășurat normal, discuțiile au mers de la sine și pe parcurs m-am acomodat cu noul mediu, colegi și profesori. Indiferent de modul desfășurării cursurilor, seminarelor, activităților, online sau fizic, dacă îți dorești să faci o facultate și aceasta te ajută să îți îndeplinești visele, dorințele sau orice îți propui, atunci merită să mergi până la capăt.

## Viața de cămin

*Silvia Luca*

Mă numesc Luca Silvia, am 19 ani, vin din Republica Moldova, și sunt studentă a Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău, la Facultatea de Litere anul II, Specializarea Comunicare și Relații Publice. Cât despre mine, pot spune că sunt o tânără ambițioasă cu vise mari, care a venit într-o țară străină pentru a deveni cineva. Pentru a deveni mult mai independentă, atât pe plan personal, cât și pe cel financiar, pentru a deveni mai dezghețată și mai echilibrată din punct de vedere emoțional. Fiind basarabeancă, am știut din start că voi sta la un cămin studentesc, deoarece nu aveam cum să îmi permit o chirie din cauza unor prețuri enorme, comparativ cu bursa pe care o aveam.

„Nu ești student, dacă nu ai stat la cămin!” Am auzit expresia aceasta de zeci de mii de ori, însă acum am intrat și eu în tabăra pro-căminiștilor, și îmi pot face cu ușurință o părere destul de încheată în privința vieții de cămin.

Încă înainte să ajung la cămin, credeam că îmi va fi greu să mă acomodez cu toate cerințele și condițiile de acolo, mi se părea totul foarte dificil, deoarece fiind o persoană introvertită mi se dădea cam greu socializarea și interacțiunea cu alte persoane. Ajunsă pentru prima oară la cămin, departe de țară și familie, într-un mediu nou, pot spune că am căzut într-o mică depresie care nu a durat foarte mult timp, deoarece, având ocazia de a sta cu câteva fete în cameră, fete care erau, la fel

ca și mine, basarabence, mi-a fost ușor să trec peste dorul de casă pe care îl aveam. Locuitul în aceeași cameră cu alte 2-3 persoane este cel mai bun prilej pentru a socializa și a ieși din zona de confort, pentru a învăța ce este compromisul și a accepta oamenii așa cum sunt ei în diferite perioade și stări emoționale, cum ar fi: depresia, inhibarea sau buna dispoziție.

Viața de cămin te maturizează, te ajută să devii independent, dar și să poți comunica cu oameni care, în mod normal, nu s-ar regăsi în „gașca” ta. Locuind într-un cămin ceva timp, nu ai cum să nu începi să iubești și muzica clasică și trapul și chiar manelele care se aud sub geam la 12 noaptea. Iar, dacă atunci când ai venit la cămin, știai să gătești doar ochiuri și paste, care de cele mai multe ori ieșeau crude, poți fi sigur că la

plecare vei merita titlul de chef, pentru că, având o bucătărie în comun, nu ai cum să nu înveți diverse rețete din toate colțurile țării, sau și de peste hotarele acesteia. Acesta și este unul din farmecele căminului, ocazia de a avea o experiență multiculturală, de a ne face prieteni de o viață și, de ce nu, de a ne găsi dragostea.

Deci, un sfat de al meu ar fi să nu vă îngrijorați atunci când va veni timpul să trăiți într-un cămin studentesc, deoarece se merită din plin să petreceți cele mai frumoase și amuzante clipe din viața voastră, care nu cred că le veți mai trăi vreodată, căci doar acolo veți ieși din zona voastră de confort, veți face o mulțime de năzbâtii pe care o să vi le amintiți o viață întreagă, și veți da frâu liber emoțiilor de a trăi la maxim.

## Carantina

*Alexandra Bindileu*

Of, Of, Of... noi tot oftam  
De teme ne tot plâneam,  
La-nvățat ne fofilam,  
Școala nu o prețuiam,  
Viața nu o-nțelegeam.

Înainte te gândeai:  
Ce bine ar fi să stai...  
Fără să te mai trezești  
Și să te tot pregătești,  
Ori pentru școală,  
Ori pentru serviciu  
Parc-ar fi fost un sacrificiu.

Și când stai să te gândești  
Că, să stai să lenevești  
Și un film să urmărești  
Într-un weekend nesfârșit  
Te făcea chiar fericit.

Acum când stai și te gândești  
Parcă te cam răzgândești,  
Nu mai e așa de bine  
Și nu prea îți mai convine  
Să stai toată ziua-ncasă  
Și să nu mai pleci de-acasă.

Parcă era mult mai bine  
Cu prieteni lângă tine  
La o bârfă, o cafea  
Altfel mai trecea și vremea.

Acum că ne gândim mai bine  
Parcă ne vrem viața înapoi,  
Dar ca să -o vedem cum vine  
Asta depinde doar de noi.  
Când vezi că tot ce- ai avut  
Poate că tu ai pierdut.

Și-așa-nveți să prețuiești  
Viața pe care-o trăiești,  
Orice lucru chiar contează  
Oricât de mărunț ar fi  
Viața ta el o marchează.

Ar trebui să ne străduim  
Să-nvățăm să ne mulțumim,  
Cu tot ceea ce noi primim,  
De la viață în fiecare zi,  
Pentru că toate au un scop  
Iar noi nu le prețuim deloc.

Oricât de multe am avea  
Oricât de multe am primi  
Pe noi nu ne vor mulțumi.

Poate alții au mai puțin,  
Poate alții au mai mult,  
Dar noi trebuie să ne gândim  
Că ceea ce e de făcut  
Așa ca pentru început  
E să fim mai conștienți  
Și să fim mult mai atenți  
La ceea ce ne dorim  
Că s-ar putea să și primim.

## 9 sfaturi pentru a-ți face prieteni la facultate

*Livia-Ioana Sandu*

Timpul petrecut la facultate este unic, deosebit și plăcut. Studentul trebuie să studieze, dar în același timp să-și facă prieteni, să socializeze cu ceilalți colegi și profesori.

### **1. Studenți, profesori, toată lumea din facultate este nouă**

Dacă ești student în primul an, aproape toată lumea din clasa ta este complet nouă. Ceea ce înseamnă că toți încearcă să-și cunoască colegii și să facă prieteni. Ca urmare, nu există niciun motiv să te simți incomod sau timid pentru a discuta cu străini, pentru a te alătura unui grup sau pentru a te adresa cât mai multor oameni posibil. Încearcă să te faci util, ajută pe toată lumea! Chiar dacă ești în al treilea an de facultate, există încă experiențe noi pentru tine. Toată lumea din an este nouă pentru tine și invers. La fel și relația cu profesorii.

Așadar, întindeți mâna, socializați, vorbiți cu cei din jur la facultate ori de câte ori vă aflați într-o situație nouă; nu știi

niciodată unde se ascunde noul tău prieten cel mai bun.

### **2. Este o provocare să-ți faci prieteni la facultate**

Se știe că a ne face prieteni la facultate va necesita un mic efort din partea ta. Unele prietenii pot înflori în mod natural, dar altele se nasc mai greu. Așadar, trebuie să ne provocăm și să ieșim din zona de confort. La urma urmei, ne dorim să experimentăm un pic de incomoditate (evenimentul) pentru beneficii pe termen lung (întâlnirea cu oameni sau prietenia) sau dorim să experimentăm un pic de confort (să stau acasă, comodă în cameră), în schimbul dezavantajelor pe termen lung (întâlnirea cu colegi care s-ar putea transforma în prieteni). Trebuie să ne străduim dacă vrem să vedem roade mai târziu, când vine vorba de a ne face prieteni la facultate. Deci, provoacă-te să încerci ceva nou.

### **3. Ieși din camera ta**

Dacă simți că nu ai prieteni, poate fi tentant să mergi la curs, poate să mergi la serviciu și apoi să te îndrepti spre casă. Dar a fi singur în camera ta este cel mai rău mod posibil de a-ți face prieteni. Chiar dacă ești înconjurat de familia iubitoare, dacă nu ieși din casă ai 0% șanse să interacționezi cu oameni noi. Provoacă-te puțin să fii în preajma celorlalți colegi. Stai în centrul studenților, în mijlocul lor. Nu trebuie să fii cei mai buni prieteni imediat, dar vei ajunge să vă ajutați reciproc cu proiectele/temele de proiect obținând în același timp ceva timp pentru a vă cunoaște. Există o mulțime de moduri de a te pune în situații în care întâlnirea cu colegii și relaționarea cu prietenii se pot întâmpla în mod natural - dar a fi tot timpul în camera ta nu este unul dintre ele.

### **4. Profită de primele săptămâni de facultate**

Primele săptămâni de cursuri sunt cele în care vei întâlni cei mai mulți oameni noi, colegi, deci nu rata ocazia de a-ți cunoaște, poate, cea mai bună prietenă. Cei cu care vei avea o afinitate de la început, s-ar putea totuși să nu-ți rămână prieteni mereu, pentru că prima impresie te mai și înșală, dar acest lucru este perfect normal, nu trebuie să ne întristăm sau să ne îngrijorăm pentru asta.

#### **4.1. Continuă să încerci**

Bine, deci anul acesta ai vrut să-ți faci mai mulți prieteni, te-ai alăturat unui grup sau două, dar acum a trecut ceva timp și nimic nu face clic, nu te-ai împrietenit încă cu nimeni. Oferă-ți puțin timp să-ți dai seama ce fel de persoane ți-ar plăcea să ai la cursuri lângă tine, cunoaște-i mai bine înainte să-i recrutezi în cercul tău de prieteni. Când ești confuz, fii deschis, bun și curajos.

Nu renunța! Doar pentru că lucrurile pe care le-ai încercat nu s-au rezolvat, nu înseamnă că nici următorul lucru pe care îl încerci nu va funcționa. Tot ce înseamnă este că îți datorezi să încerci în continuare. Până la urmă rezultatele vor apărea, trebuie să fii perseverent.

### **5. Fii răbdător cu tine însuși**

Gândeți-vă la momentul în care erați la liceu și la prietenii pe care le-ați păstrat de acolo. Prietenia ta s-a schimbat și s-a transformat probabil din prima zi de liceu până la ultima ta zi de licean. Din acest punct de vedere, facultatea nu este diferită. Prietenii vin și pleacă, oamenii cresc și se schimbă și toată lumea se adaptează pe parcurs. Dacă îți ia puțin timp să-ți faci prieteni la facultate, ai răbdare cu tine însuși. Nu înseamnă că nu vă puteți face prieteni, înseamnă doar că nu a venit timpul de prietenii. Singurul mod în care veți ajunge cu siguranță să nu vă faceți prieteni la facultate este să nu mai încercați. Deci, oricât de frustrant te poți simți și oricât de descurajat ai fi, fii răbdător cu tine și continuă să încerci. Noii tăi prieteni sunt acolo și abia așteaptă să-i cunoști!

### **6. Implicați-vă în ceva care vă interesează**

Dorința de a vă face prieteni este factorul tău motivant, dar mai bine lasă-ți inima să îți deschidă calea. Găsește o organizație sau club din campus, sau chiar unul în comunitatea vecină și caută modalitatea de a te putea implica. Șansele sunt, împreună cu străduința, să găsești niște tineri cu aceleași dorințe/idei/preferințe. Și este probabil ca cel puțin una sau două dintre aceste conexiuni să se transforme într-o prietenie.

**7. Alătură-te unei organizații studențești**

Cel mai simplu mod în care poți găsi oameni cu aceleași interese ca și tine este să intri într-o organizație studențească. Poți face parte din redacția ziarului sau dintr-o organizație care pune la punct evenimente non-profit, dar trebuie să vezi ce este disponibil în campusul tău și eventual, dacă vrei, poți crea tu ceva mai pe gustul tău. Vorbește cu oameni la seminare și conferințe, fă-ți curaj să sugerezi o cafea după ore. Ține minte numele oamenilor, prezintă-te, folosește social media ca să consolidezi o prietenie nou creată și fii destul de direct să inviți oamenii la un pahar, o plimbare sau o sesiune de studiu dacă îți place de ei. Interacțiunile sociale pot fi grele, mai ales dacă ești timid, anxios sau introvertit, dar îți poți face prieteni pe viața la facultate dacă doar ai curajul să încerci.

**8. Interacționează prin conversație și complimente**

Începe o conversație, complimentează-ți colegii. *Îmi place geanta ta, de unde ai cumpărat-o?* este un mod bun ca să începi o discuție cu oricine și-ți dă și un subiect despre care să vorbești. Poate părea descurajant la început, dar te vei uita în urmă și vei realiza că nu a fost atât de rău. Cel mai important este doar fii drăguță și să nu îți dai aere. Nimeni n-are timp de mizerii, negativitate și falsitate.

**9. Folosește-te de social media**

În ziua de astăzi, cam toată lumea are cel puțin un cont de socializare pe una dintre rețelele mari, deci pentru a te conecta cu noii tăi colegi e nevoie doar să-ți faci profilul public. Astfel vei avea ocazia de a vedea cu ce se ocupă ei în afara timpului academic.

**Scrisoare pentru cea mai bună prietenă a mea.****Meriți lumea întreagă!**

*Mariana Mișcoi*

Ea crede în oameni, răi sau buni. Este acolo pentru ei chiar dacă ei nu au fost întotdeauna alături de ea. Și are grijă de ei înainte de a avea grijă de dânsa. Simt că este momentul să îmi deschid inima în fața ei și să îi spun ce simt cu adevărat.

Niciodată nu mi-a plăcut să folosesc apelativul „cea mai bună prietenă”. Pentru mine au fost prietene, cunoștințe, colege, etc. Si, totuși, ea este cea mai bună prietenă. Poate vă întrebați despre cine vorbesc, care este povestea noastră, și ce ne leagă, dar stați aici alături de mine și o le aflați pe toate, glumesc, o să aflați câte puțin din toate.

Cu ea ne-am cunoscut online, pe Whatsapp, chiar în prima zi de facultate, înainte de primul nostru curs pe platforma Microsoft Teams, locul unde s-au legat multe prietenii, din cauza pandemiei care s-a ivit asupra noastră și ne-a izolat pe toți. Îmi amintesc și acum acel moment în care primisem un așa mesaj de la un număr înregistrat în Republica Moldova... care suna atât de banal, dar cine știa că acest mesaj va juca un rol atât de important, cine s-a gândit măcar pentru o secundă că acest mesaj o să unească o prietenie atât de frumoasă! „Salut, și tu ești din Republica Moldova?”. Poate vă întrebați de ce a



folosit ea acest „și tu”, dar uite că l-a folosit pentru că și eu sunt moldoveancă, și mă mândresc cu asta. După asta au urmat cursurile și seminarele noastre în online, mesajele mele cu prietena mea, cu mesajele ei mă trezeam și cu ele mă puneam să dorm, sincer să vă spun, am simțit de când mi-a scris ea prima dată, că între noi se va lega cea mai frumoasă prietenie! Ne despărțeau câteva sute de kilometri, deoarece ea trăia într-o zonă a țării, eu în alta, dar pentru noi asta nu a fost o problema atât de dificilă, că oricum am mers să ne vedem.

Ea mai înaltă, eu mai micuța de înălțime, dar nu e asta cea mai mare problemă, deoarece se spune că cele mai frumoase prietenii se leagă între o persoană înaltă și una scundă. După ziua în care ne-am văzut pentru prima dată, face-to-face, mi-a lăsat o impresie foarte bună, am văzut în ea acea bunătate, m-a învățat pe parcurs ce este un suflet frumos și vă spun sincer că nu știu ce aș face dacă nu aș avea așa minunăție în viața mea. Cel mai mult voiam să începem facultatea cu prezența fizică, doar pentru a fi una lângă alta, și uite că am primit și vestea aceasta la începutul semestrului doi, prin luna martie, că trebuie să venim la facultate. Am fost luate pe nepregătite, dar totuși am plecat în România, fără să știm câte ne așteaptă acolo, de la momente frumoase până la momente mai puțin plăcute, dar ceea ce a contat este că le-am petrecut împreună.

Venind aici, am plecat împreună pentru cazare în cămin, iar doamna care ne-a oferit

loc a fost foarte drăguță, și ne-am cazat în aceeași cameră, nu știți cât de fericite am fost atunci. Și adevăratele amintiri abia începuseră, căci noi în două săptămâni am trecut prin atâtea momente prin care nu au trecut unii într-un an. Trecem acum prin clipe frumoase, senine și pline de noroi. Fără griji. Doar cu viața de student.

Perioada asta este aceea în care ea mi-a deschis ochii și urechile și m-a „târât” până în ziua de azi cu ea la teatru săptămână de săptămână. Acum merg cu ea să o admir, să îi spun că e perfect ceea ce face, și sigur o să fie cea mai bună dintre toți. Mergem împreună la facultate zi de zi, oră de oră ne vedeți împreună, iar dacă tot încă nu știți despre cine vorbesc, să știți că vorbesc despre o ființă cu sânge de moldoveancă, Gabriela.

Este un om puternic, o colegă frumoasă, o soră minunată, o fiică perfectă pentru mama ei și o prietenă cum nu poate exista alta. Să nu aveți impresia că la noi e totul roz, ne mai supărăm, ne certăm, dar ne trece, pentru că noi nu putem una fără alta, nu ne putem ignora, dacă facem asta viața nu mai are aceeași nuanță.

Dacă citești și tu scrisoarea, vreau să știi că ești minunată și că te iubesc enorm. Tu intri în viața oamenilor cu un scop și schimbi totul. Faci ca o persoană din jurul tău să se simtă mai bine fără să realizezi. Mă bucur ca ne-am cunoscut. Mă bucur ca te-am întâlnit. Mă bucur că am devenit prietene. Mă bucur că ne spunem orice. Mă bucur că m-ai făcut să te iubesc.

## Cum se face o lucrare de licență de nota 10

Livia-Ioana Sandu

Primul lucru pe care trebuie să-l știi este că nu există o rețetă general valabilă după care poți redacta și prezenta o lucrare de licență reușită. Poți lua în considerare câteva sugestii ce-ți vor aduce lucrarea de licență mai aproape de perfecțiune.

**1. Alege o temă care să-ți placă.**

În afara cazului în care ești geniu în aria respectivă, evită să abordezi aceleași subiecte care au fost tratate pe bandă rulantă în anii anteriori. Cu siguranță profesorii din comisie s-au plictisit să tot audă despre „efectele globalizării în România post-decembristă”, despre „politicile de integrare a romilor” și alte titluri pompoase, tocite și răs-tocite de câteva generații de studenți, despre care ei oricum știu mult mai multe decât tine.

Cel mai eficient pentru tine și promovarea cu o notă foarte bună, este să alegi o temă care să te reprezinte și cu care să te simți confortabil. Gândește-te că o lucrare bună de absolvire nu necesită doar luni de muncă și documentare, ci și o prezentare adecvată, în fața unei comisii în care este foarte posibil să întâlnești un profesor chițibușar, pregătit să te înfunde când ți-e lumea mai dragă.

**2. Trasează o schiță a lucrării de licență.**

Odată ce te-ai hotărât asupra temei, trebuie să ai în vedere că de acum încolo cu fiecare pas pe care-l urmezi, lucrarea ta va căpăta mai multă substanță.

Nu, nu vei începe deja s-o scrii, ci să-ți construiești structura după care o vei face. Acum este momentul în care definești

obiectivele pe care le vei urmări pe tot parcursul lucrării și în care alegi mijloacele prin care le poți atinge.

**3. Documentează-te temeinic.**

Probabil că nu-ți va fi ușor să treci direct la pasul doi, de aceea este esențial să cunoști cât mai bine tema pe care ai ales-o. Nici dacă o cunoști „pe de rost” nu este exclus ca și informațiile mai vechi să necesite o îmborsărire sau un puternic suport teoretic.

Învinge-ți teama de spațiile închise în care domnește o liniște mortuară și dă fuga la sala de lectură. Știu că este mai comod să împrumuți cărțile de care ai nevoie și să le răsfoiești acasă, dar sala de lectură are ceva magic pe care nu-l poți găsi în altă parte. Acest ceva magic se numește referințe bibliografice și sunt disponibile în fiecare dintre lucrările de diplomă ce se află expuse acolo. Poți verifica și pe internet, dacă ai norocul să găsești ceva asemănător.

Stai puțin! ... o să zici. Mă pui să caut în lucrările de licență de anul trecut? Ba mai mult, chiar prin toate lucrările de licență ale căror teme sunt asemănătoare cu a ta sau au o abordare similară. Nu este chiar atât de complicat precum pare, ba chiar în câteva ore îți poți construi o listă solidă de materiale pe care le poți consulta – da, de acasă – de acum încolo.

Când mi-am ales tema pentru lucrarea de licență, pe principiul enunțat în primul pas, nu mă așteptam să găsesc prea multe materiale despre ... , de exemplu „*Stiluri alternative de viață ale tinerilor*”. Cu un subtitlu ... „*Subcultura rock*”. Și am avut dreptate. Cele câteva volume pe care am

reușit să le găsec la bibliotecă nu abordau nici măcar tangențial subiectul care mă interesa.

Așa că m-am văzut nevoită să-mi împart tema în câteva sub-teme suficient de importante cât să poată fi regăsite în mai multe materiale bibliografice.

Gândește-te care sunt sub-temele tale și pornește de la ele. Din aproape în aproape, până când simți că ai strâns suficient material pentru a crea o imagine de ansamblu consistentă, credibilă, relevantă.

#### **4. Prezintă-ți tema profesorului coordonator.**

Acum că tema a prins contur și are în spate o listă de referințe (pe care le vei folosi ulterior) și o motivație puternică pentru a o studia, este momentul să-i faci o vizită profesorului coordonator. Probabil că acesta este un moment crucial pentru viitorul temei tale. Sau poate că nu.

Depinde foarte mult de profesorul pe care l-ai ales, cât de flexibil este față de o altă temă decât cele pe care le recomandă, cât de familiar îi este subiectul pe care i-l prezinți și cât de dispus este să contribuie cu expertiza sa în dezvoltarea acestuia. Unii profesorii nu sunt deloc interesați de tema pe care o aleg studenții lor, așa cum alții sunt implicabili în ceea ce privește subiectele pe care le poți aborda. Este irelevant. Cred că cel mai important este ca motivația pe care i-o prezinți să fie convingătoare, construită pe argumente solide.

Și aici revenim din nou la tine, căci, de tine depinde ca profesorul să fie convins de rezultatul lucrării tale, de contribuțiile pe care aceasta le poate aduce domeniului său. Eu m-am folosit de caracterul inedit al temei pentru cercetările sociologice românești, argumentând (cu suport științific) că, în străinătate, studiile pe această temă sunt foarte întâlnite. Și a funcționat de minune.

Evaluează-ți tema și posibilitățile pe care aceasta le oferă. Ce argumente poți aduce profesorului coordonator pentru a-l convinge că merită să-ți acorde sprijinul în acest demers?

#### **5. Construiește fundamentul teoretic.**

Ai feedbackul profesorului coordonator (dacă ești norocos, poate și câteva sugestii din partea lui sau chiar o strânsă colaborare), deții un capital bibliografic semnificativ și ai deja o idee despre cum ar trebui să arate lucrarea ta. Acum vine momentul cu adevărat dificil: tema trebuie aprofundată, scheletul lucrării trebuie îmbrăcat cu hainele potrivite, cu imaginea pe care vrem să i-o construim, iar la final, obiectivele lucrării trebuie atinse.

În primul rând, citești materialul bibliografic pe care l-ai obținut cu atâta căznă. Dar nu oricum, ci proactiv. Adică luând notițe. Indicată ar fi câte o fișă de lectură pentru fiecare lucrare consultată pentru ca mai apoi aceasta să poată fi citată corespunzător. Important este să nu uiți de unde ai luat fiecare informație la care vei face referire, pentru a putea specifica acest lucru în notele de subsol. Știu că este odios, dar lucrare academică fără note de subsol nu există. Decât dacă ești prim-ministru, altfel, se cheamă plagiat.

Cam așa s-ar caracteriza în câteva cuvinte suportul teoretic: colectare de informații, analiză, sinteză, redactare (fără a exclude contribuțiile personale).

#### **6. Nu crede, ci cercetează.**

Cercetarea trebuie tratată cu maximum de responsabilitate. Să nu uităm că de buna desfășurare a ei (alegerea metodei, a instrumentelor, a eșantionului, analiza datelor culese și extragerea informațiilor relevante), depinde atingerea obiectivelor

pe care le-ai stabilit la pasul 2 și implicit, succesul lucrării de licență.

Acordă-ți timpul necesar pentru a trece în revistă metodele de cercetare pe care le ai la dispoziție și a o identifica pe cea potrivită. Validarea ei cu profesorul coordonator este esențială, altfel riști să faci o alegere eronată (ceea ce este puțin probabil dacă știi deja cu ce se mănâncă fiecare metodă) sau să rănești niște orgolii (ceea ce nu este deloc exclus).

### **7. Jucăm puzzle.**

Odată cu finalizarea cercetării, este timpul să pui cap la cap toate piesele pe care le-ai șlefuit în tot acest timp: argumentele, obiectivele lucrării, suportul teoretic și partea practică. Nu-ți va mai rămâne decât să identifici concluziile lucrării.

Acestea trebuie să fie clare, concise și să răspundă obiectivelor pe care ți le-ai stabilit la început.

### **8. Gata de luptă!**

Tocmai ai pus punct la finalul ultimei fraze din lucrare, ai salvat documentul și te pregătești să-l imprimi pe hârtie. Sigur nu ai uitat ceva?

Asigură-te că lista completă cu referințe bibliografice se află la finalul lucrării, notele de subsol sunt la locul lor în josul paginii și citatele corect marcate (un manual despre cum se redactează o lucrare științifică este folositor în acest caz).

Apoi, poate vei vrea să mai citești o dată, de la cap la coadă, tot ce ai scris până acum pentru a putea identifica orice greșală de scriere, exprimare sau gramatică. Dacă tu nu ai timp, cu siguranță un prieten o poate face în locul tău. Ideal ar fi ca lucrarea să fie

parcursă cu atenție de cât mai multe perechi de ochi.

Ține cont de faptul că majoritatea oamenilor posedă detectoare pentru greșelile altora, iar profesorii nu par să facă excepție. Te poți proteja de ei prezentându-le o lucrare impecabilă!

### **9. Luptă pentru 10!**

Adevărata luptă începe abia după ce ai finalizat lucrarea și ai depus-o la secretariatul facultății cu semnătura profesorului coordonator pe prima ei pagină. Din acel moment va trebui să-ți pregătești prezentarea pe care o vei susține în fața comisiei de examinare, construindu-ți discursul, anticipând întrebările și capcanele și pregătindu-te să faci față tuturor provocărilor.

Cei mai mulți absolvenți au trac când sunt puși în situația de a vorbi în public, însă nu ai nici un motiv să te numeri printre ei. Vei putea susține oricând o lucrare documentată, concepută și redactată în totalitate de tine dacă ai încredere în munca pe care ai depus-o și în cunoștințele pe care le-ai acumulat.

### **10. Poate fi al tău.**

Ieși la o plimbare prin parc, bea o băutură care îți place, întâlnește-te cu prietenii. Fă asta după fiecare sesiune de lucru, pentru a te destinde și a-ți pune ordine în gândurile. Vei vedea că ideile încep să se sedimenteze și să genereze noi conexiuni, dacă te relaxezi.

**Webografie:** <https://e-profit.ro/cum-sa-construiesti-o-lucrare-de-licenta-de-nota-10/>

## Muzica în viața noastră

Mădălina-Alexandra Butacu

Nu te-ai întrebat niciodată de ce tinerii sunt mai mereu „cu căștile în urechi”?

Cu toții știm că muzica este o artă a combinării notelor muzicale într-o formă satisfăcătoare și relaxantă. Muzica nu numai că este o artă, dar este și „un medicament”, mai ales în rândul tinerilor. Deși unii sunt de părere că muzica nu este importantă, iar alții o ascultă doar atunci când sunt plictisiți, eu cred că muzica este esențială în viața noastră. Ea poate fi un

refugiu atunci când totul pare prea greu, „un loc al amintirilor” care stârnesc zâmbete sau regrete, „un spațiu” în care ne putem regăsi, care ne definește. Fredonăm melodia în ton cu sentimentele noastre, fredonăm persoanei dragi pentru a-i schimba dispoziția, pentru a o înveseli, fredonăm pur și simplu pentru că iubim o melodie etc.

Dacă încă nu ai procedat la fel, încearcă! Muzica este parte din viața noastră!



## Cronică de teatru: Zile de monodramă

Andreea Bostan

*Festivalul Internațional al Recitalurilor Dramatice – Bacău Fest Monodrame*, unicul festival de monodramă din România și marcă a Teatrului Municipal „Bacovia” Bacău, se profilează încă de la începuturile sale – aproximativ 1973; denumit *Gala Recitalurilor Dramatice*, mai apoi *Gala Națională a Recitalurilor Dramatice* și câțva timp *Gala Star* – ca un eveniment cultural de mare amploare, nu neapărat prin statutul său de „festival internațional”, ce aduce laolaltă actori de-ai locului, din alte orașe ale țării ori din diverse colțuri ale

lumii, nici prin grandoarea sălilor și a numărului de spectatori, ci datorită faptului că pune în lumină o varietate de momente surprinzătoare, amuzante, dar și tragice.

Ajuns în acest an, 2022, la cea de-a XXVIII-a ediție, după doi ani în care s-a derulat în format online din cauza contextului pandemic, *Bacău Fest Monodrame*, a reușit să atragă în rândurile audienței, în cele șapte zile de „dramatizare” (17-23 octombrie), persoane (mai mici sau mai mari) ce nu au mai resimțit de multă vreme atmosfera teatrală

ori au uitat cu desăvârșire sentimentul de bucurie pe care îl poate conferi urmărirea unui spectacol, care ne face să uităm pentru un timp de grijile vieții cotidiene.

Debutând pe 17 octombrie și încheindu-se pe 23 octombrie 2022, festivalul a evidențiat „magia” teatrului prin includerea mai multor programe: *Concursul de Monodrame* – la care accesul publicului este gratuit – și *Concursul de Dramaturgie – Monodramă*, ce cuprinde colocvii și spectacole de lectură, în regim gratuit pentru toată lumea, recitaluri extraordinare (cu bilet plătit) și o serie de evenimente outdoor, gratuite pentru publicul interesat: spectacole și concerte.

#### **Când teatrul adună comunitatea**

Ultimele trei zile ale *Festivalului Internațional al Recitalurilor Dramatice – Bacău Fest Monodrame 2022* – au marcat apropierea de sfârșitul *Concursului de Monodrame*. Competiția ajunsă la ediția cu numărul IX în acest an, a avut ca juriu pe criticul Alina Epîngeac, actorul și profesorul Adrian Titieni și pe actorul și regizorul Alex Bogdan.

Deși am vizionat doar patru spectacole în genul celor consacrate drept „one-man show” și „one-woman show” din cele șapte prevăzute în cadrul programului concursului, experiența re trăită de a fi un simplu spectator la teatru mi-a adus aminte de atunci când mergeam împreună cu clasa la teatru și rămâneam captivată de jocul actoricesc și de forța vocilor actorilor, dar nu numai. De asemenea, această experiență a constituit și o oportunitate de „detox” de la mediul online, cu precădere, fiindcă rețelele social media alături de platformele digitale acaparează aproximativ jumătate din timpul dintr-o zi. Astfel, acele zile au ilustrat, totodată, și hotărârea și promisiunea de a mai trece pragul teatrului

și altădată, fie vorba de acest eveniment ori de alte spectacole, obișnuite, din viitor.

#### **Actorul, scena și audiența; dincolo de aparențe**

„V-ați întrebat vreodată ce fac actorii înainte de spectacol?” Ei bine, răspunsul la această întrebare ni l-a oferit Blanca Doba în cadrul spectacolului concurs „Eu rămân”, ce a avut loc vineri, 21 octombrie 2022, între orele 14:00-15:00, la Teatrul Municipal „Bacovia” Bacău, Sala Petru Valter. „Eu rămân” – scenariu de Blanca Doba și Luana Hagiu, cu Blanca Doba, regia Luana Hagiu, producător: Teatrul „Maria Filotti” Brăila – prezintă printr-un „mise-en-scène” simplu, însă nu superficial, ci plin de emoție, ce se întâmplă în „spatele cortinei” când un actor se pregătește pentru o reprezentație, fie pe scena teatrului, la casting sau în orice altă împrejurare; munca, sentimentele, gândurile și emoțiile, temerile și frământările – lucruri care nu pot fi cunoscute din rândul audienței. Astfel, aflăm într-o formă mult mai comică, mulțumită interpretării pline de entuziasm și suflet a actriței, Blanca Doba, că actorii sunt la fel ca mai toți oamenii (lăsând la o parte faptul că ei sunt acolo, pe scenă, jucând în fața lumii...dacă au acest noroc...); au emoții și frustrări, au nevoie de un „magneziu pentru energie” și un cappuccino pentru a „funcționa” în dimineața dinaintea spectacolului, se gândesc dacă nu cumva vor uita replicile...oare îi va plăcea publicului? Toate acestea constituie o parte esențială din viața artistului de teatru, indiferent că e vorba de aspecte pozitive ori negative; el face tot posibilul să întreaacă așteptările auditoriului, printr-o prestație demnă de aplauzele acestuia. Tot așa, fiind atât de „îmbărbătat” de patima teatrului, în final, va

sta sub lumina reflectoarelor spunând hotărât: „Eu rămân”.

„Ați fost atenți până aici?” Întrucât, mai departe vom vorbi despre reprezentarea lui Nicholas Cațianis jr. „Râd, nervos” după Christopher Durang, cu și de Nicholas Cațianis jr., producător: Teatrul „Maria Filotti” Brăila, s-a desfășurat în aceeași zi de vineri, 21 octombrie 2022, între 16:00-17.00, și în aceeași locație – Teatrul Municipal „Bacovia” Bacău, Sala Petru Valter. Având un comic răsunător, actorul a făcut sala să râdă de nenumărate ori, grație umorului și zelului său. Totuși, printre toate replicile și momentele hazlii și uneori caraghioase, s-au regăsit, în paralel, și afirmații, care prin esența lor, odată descifrate, denotă anumite adevăruri despre existența banală: „Nu tot timpul reușim să ne depășim condiția și tindem să fim judecați după aparențe, iar norii din când în când dau răspunsuri, deși ne uităm la lună” și de multe ori „râdem nervos la crunta disperare”.

Trecând la ziua de sâmbătă, 22 octombrie 2022, aceasta a inclus în plan vizionarea unei piese de felul celor nonconformiste. „Agamemnon” – după Rodrigo Garcia, cu Puskás László, regia: Alejandro Duran, producător: Teatrul „Csíki Játékszín” Miercurea Ciuc – a survenit la Teatrul de vară „Radu Beligan” Bacău, de la 16:00 până la 17:00. Decorul, de această dată, s-a dovedit a fi mai complex, imitând ambianța unui supermarket, cu raioane confecționate din carton, iar „blocurile”/„clădirile” (realizate din același material) având amplasate logouri ale unor brand-uri, dar și a unor platforme sociale foarte cunoscute (Starbucks, Pepsi, Adidas, Louis Vuitton, Facebook, WhatsApp, Instagram etc.); spectatorii fiind așezați pe scaune între și în jurul „raioanelor” improvizate de pe scenă.

În plus, s-a putut vedea, în timp real, traducerea, din limba maghiară în română pe ecranul din partea opusă a scenei. Revenind la piesă, aceasta a redat, cu subînțeles, o aluzie și o critică față de consumerism, vulnerabilitatea indivizilor privind influențarea și manipularea de către marile companii, obsesia, unei bune părți a oamenilor, pentru rețelele social media și, de asemenea, față de graba zilnică resimțită astăzi, totul fiind parcă „pe fugă”. În plus, sunt de părere că poate fi și o pledoarie cu privire la incapacitatea și ignoranța unor indivizi (președinți, alți oameni cu funcții mari în stat, „influențeri” etc.) ori organizații – cu resurse și putere – în distingerea dintre bine și rău în acțiunile lor sau nepăsarea de a se implica pentru a transforma lumea într-un loc mai favorabil. În corelație cu numele spectacolului, „Agamemnon”, personajul întruchipat relevă imaginea unui om empatic, dar în același timp egoist, care cu toate că vrea să aibă un impact pozitiv asupra lumii provoacă suferință asupra celor din jur, în special, a celor cunoscuți, prin comportamentul său impulsiv.

În continuare, ziua de 23 octombrie 2022, a adus în fața publicului – la Teatrul de vară „Radu Beligan” Bacău, în intervalul 14:00-15:00 – pe actrița originară din Spania, Carlota Berzal, în spectacolul „Ofelia Vegetariana”. Ce mod mai minunat de a-ți petrece după-amiaza de duminică decât prin urmărirea unui spectacol inspirat, într-o oarecare măsură, din una dintre cele mai cunoscute opere shakespeariene: „Hamlet”. Piesa „Ofelia Vegetariana” – cu și de Carlota Berzal, regia și dramaturgia: Ricardo Mena (Spania) – înfățișează o abordare unică și modernă a firului dramatic, perindându-se, deopotrivă, influențe contemporane în materie de dans, muzică, gestică și mimică ș.m.a. Decorul

scenic a beneficiat de un nivel mediu de complexitate, constând într-o înșiruire în formă de semi-cerc a unor morcovi în spațiul destinat jocului teatral al actriței, efecte de fum/ceață și un joc de lumini de diferite culori proiectate în momentele importante, iar publicul a stat, din nou, pe scaune amplasate pe scenă. În mod egal, trebuie menționată și vestimentația protagonistei: o rochie în alb și albastru și un văl alb cu diverse detalii, ce amintește de epoca descrisă în opera lui Shakespeare. Oferind un spectacol aproape trilingv – engleză, spaniolă și ici-colo câteva cuvinte în română, „Ofelia Vegetariana” transpune personajul feminin din „Hamlet” – o tânără inocentă și naivă – „aducându-l” până în zilele noastre: Ofelia este fără îndoială „o prințesă descompusă”, reanimată doar pentru a-și descătușa mânia din sufletul ei, în timp ce zăbovește între viață și moarte în căutarea motivului existenței sale: „I am, I was and I will always be... Ofelia [...]” (Sunt, am fost și voi fi întotdeauna...Ofelia [...]). Încă legată de trecut, aflându-se într-o „eternă toamnă”, trecând printr-o multitudine de stări (confuzie, anxietate, durere și tristețe, mânie, jale și nebunie etc.) și pierzându-se în episoade de transă și de uitare, se lasă purtată de amintiri. Totodată, Ofelia își explică motivele sale pentru vegetarianism prin diverse mijloace: dans, rugă și cântat; principalul motiv fiind acela de a mânca pentru a uita momentele nefericite ale vieții sale deja îndepărtate: „I will eat these carrots until I eat my fingers [...]” („Voi mânca acești morcovi până îmi mănânc degetele [...])”

### S-a tras cortina. Sfârșitul spectacolului

Așadar, vă îndemn și pe voi să (re)descoperiți frumusețea și splendoarea teatrului, atât ca mijloc cultural, cât și ca mijloc de entertainment, mai ales în contextul actualmente digitalizat. Întocmai cum *Bacău Fest Monodrame 2022* a reprezentat, în cazul meu, o cale de (re)deschidere a orizontului spre lumea teatrală, așa am speranța că va fi și pentru voi dacă alegeți acest festival să vă fie „cheie” de deschidere către acest univers. Cu siguranță, următoarele ediții ale festivalului vor fi la fel de interesante precum anul acesta, dacă nu cumva mai presus.



Surse:

- <http://teatrulbacovia.ro/>
- <https://www.tmf.ro/>



## Bun venit în lumea anime-urilor

*Adina Petrică*

Pentru început pot spune că mă declar o fană înrăită a anime-urilor. Cred că toți am avut în copilărie un desen animat preferat de la care nu lipseam pierdeam niciun episod. Poate că mama ne chema să mâncăm sau ne întrebuița cu diverse sarcini, însă niciodată nu eram mai punctuali ca atunci când era difuzat desenul nostru preferat. Iată, astfel am marcată copilăria de mai multe desene animate care, mai târziu am aflat că, de fapt, sunt mai speciale și se numesc anime-uri.

### **Ce sunt anime-urile?**

Anime reprezintă animație japoneză. Cuvântul *anime*, în sine, nu este altceva decât o abreviere japoneză pentru animația engleză, iar termenul în sine a apărut relativ recent. Înainte de aceasta, s-a folosit expresia *manga-eiga* („benzi desenate de film”), care este încă folosită de fanii generației mai vechi de anime. Cuvântul *manga* a fost inventat de celebrul artist Katsushika Hokusai în 1814 pentru o serie de amprente ale sale. Înseamnă „grotesc”, „imagini ciudate (sau amuzante)”, deci termenul „manga” se referă exclusiv la benzi desenate japoneze. Și în 1917, au început să fie produse primele desene animate numite anime. După cum știți, în Japonia oamenii citesc de la dreapta la stânga. Manga de la dreapta la stânga este citită peste tot în lume.

Folosirea ochilor mari ai personajelor pentru a transmite emoții nu a fost inventată în Japonia. Osamu Tezuka, care este considerat fondatorul tradiției anime-ului, nu a negat că a împrumutat această tehnică de la Walt Disney. Tezuka aflase că ochii mari permit personajelor să arate emoții distincte.

Actorii vocali din anime sunt numiți cuvântul japonez *seiyu*. Meseria de actor de voce este populară și dezvoltată în Japonia, datorită căreia interpretarea vocală a seriilor anime se compară favorabil cu lucrări similare din alte țări. Mulți actori vocali sunt, de asemenea, interpreți de varietate.

### **Anime-urile sunt doar pentru copii?**

Mereu când vizionăm vizionăm un anime într-un spațiu public se găsea cineva sa zică „Uite, se uită la desene de copii” sau ceva asemănător, ei bine, anime-urile nu sunt doar pentru copii. Plus că nu toate anime-urile sunt potrivite pentru copii, dar unele dintre ele sunt. Există serii de anime și filme făcute pentru toate demografiile de vârstă ca seriile precum Doraemon, Glitter Force și Pokemon care vizează sub vârsta de șapte ani și altele precum Attack on Titan, Fairy Tail și Naruto Shippuden fiind făcute pentru a face apel la adolescenți și la vârstnici.

Părinții ar trebui să fie avertizați că există unele filme anime și serii create special pentru persoanele 18+ datorită violenței, tentelor pornografice sau subiectului abordat. Părinții și tutorii ar trebui să verifice întotdeauna evaluările unui anime înainte de a lăsa copilul să îl urmărească, dacă vizionează ceva nepotrivit ar putea avea coșmaruri sau chiar traume pe o perioadă de timp.

### **Cel mai lung anime**

Cea mai lungă serie anime, *Sazae-san*, a început să fie difuzată în 1969 pe baza manga de Matiko Hasegawa, iar difuzarea sa nu s-a terminat până acum. Câteva generații de japonezi au crescut urmărind aventurile lui Sazae și ale familiei sale.

### Cel mai vechi anime

Ecranizarea celui mai vechi anime, *Namakura-gatana* ("An Obtuse Sword"), a avut loc în 1917, filmul cu durata de două minute prezintă un samurai, care a fost păcălit să cumpere o sabie ruginită. Acesta încearcă să atace trecătorii, pentru a examina capacitățile sabiei, însă oamenii săraci s-au luptat cu el și l-au doborât.

### Cel mai cunoscut anime

Opera regizorului Hayao Miyazaki este considerată idealul anime-ului clasic. *Spirited Away* a fost primul și singurul film de animație care a câștigat Premiul Festivalului de Film de la Berlin pentru cea mai bună imagine, nu pentru cel mai bun desen animat. Anime-ul a ajuns în anul 2001 să întrecă filmul *Titanic*. De asemenea, tehnicile anime sunt utilizate în seriale televizate, producții cinematografice și video, jocuri pentru computer, publicitate etc.

### Genuri ale anime-urilor

În funcție de vârsta publicului, anime-ul este împărțit în:

- **Kodomo** - este un manga și anime destinat copiilor (până la 12 ani). O trăsătură distinctivă a acestui gen – nu există conținut ideologic (uneori doar foarte simplificat). Un model caracteristic poate fi adăugat și aici. Animeul Kodomo este adesea foarte aproape de școala europeană sau americană de animație și este foarte diferit de alte tipuri de anime, nu numai în desen, ci și în construcția seriei.

- **Shounen** - este un anime pentru băieți mai mari și tineri (de la 12 la 16-18 ani). Principalele caracteristici ale genului sunt: dezvoltarea rapidă și dinamismul pronunțat al complotului (mai ales în comparație cu shojo). Lucrările conțin numeroase scene umoristice, bazate pe teme

de puternice prietenii masculine, orice fel de rivalitate în viață, sport sau arte marțiale.

- **Shojo** – anime și manga pentru fete și femei mai în vârstă (de la 12 la 16-18 ani). În complotul animei shojo, de regulă, există relații de dragoste de diferite grade de intimitate, în funcție de vârsta publicului țintă, se acordă multă atenție dezvoltării imaginilor personajelor.

- **Seinen** - este un anime pentru bărbați adulți (între 18 și 25-40 de ani). Trăsăturile caracteristice acestui gen sunt elemente de psihologie, satiră, erotism, se acordă mai multă atenție dezvoltării personajelor.

- **Josei** - este un anime sau manga pentru femei. Intriga descrie cel mai adesea viața de zi cu zi a unei femei care trăiește în Japonia.

- După gen: în plus față de comedia standard, acțiune, istorie, arte marțiale, dramă, detectiv, science fiction, există mai multe:

- **Mecă** – mecanisme complexe, de regulă, autopropulsate, neavând prototipuri reale. De obicei, acest termen se referă la „roboți umanoizi de luptă gigantici”, vehicule imense de luptă controlate de oameni.

- **Cyberpunk** - este lumea viitorului, a cărei viață este complet determinată de tehnologiile informatice. În același timp, imaginile viitorului apar posomorâte și distopice.

- **Dobutsu** - este un anime despre creaturi umanoide „cu blană”. Derivat de la cuvântul japonez „dobutsu” (dobutsu), care înseamnă „animal”. Dobutsu include anime cu creaturi „neko” (felină), „kitsune” (vulpi), „usagi” (iepure) etc.

- **Idols** – este un anime care este asociat cu starurile pop și cu industria muzicală.

- **Hentai / Etty** - este un anime sau manga pornografic sau erotic, respectiv. Lucrările pot fi, de asemenea, la intersecția dintre hentai și alte genuri și au un complot destul de bine dezvoltat.

- **Yaoi** - este un gen anime care descrie relațiile homosexuale masculine, de obicei adresate femeilor și fetelor.

- **Yuri** - este un gen anime care descrie relațiile lesbiene feminine, de obicei adresate femeilor și fetelor.

- **Shootakon** - este un gen anime care descrie relațiile sexuale care implică tineri de vârstă școlară primară și preșcolară.

- **Lolicon** - este un gen anime care descrie relațiile sexuale care implică fetițe.

- **Shojo-ai** - este un gen anime care descrie dragostea unei fete pentru o fată. Diferă de yuri în absența scenelor explicite.

- **Shounen-ai** - este un gen anime care descrie dragostea unui tânăr pentru un tânăr. Diferă de yaoi în absența scenelor explicite.

P.S. Sper că v-am stârnit interesul și că veți acorda o șansă anime-urilor. Nu sunt doar niște desene animate, ci un amalgam de emoții și artă bine combinate ce construiesc o poveste complexă.



*Educația din România – dileme și provocări actuale**Cristina Giorgiana Andon*

Pornind de la întrebarea „Cum poate răspunde sistemul educativ din România nevoilor și provocărilor actuale pe care le manifestă dezvoltarea noilor generații?”, ei bine, cred că răspunsurile sunt multiple.

Dacă ar fi să ne gândim la ceea ce ar trebui schimbat, modificat sau adăugat la nivelul sistemului educativ din România, cred că ar trebui în primul rând să luăm exemple din alte țări unde sistemul educativ chiar răspunde așteptărilor noilor generații și totodată se văd și rezultatele. În acest fel, ar trebui să reușim să extragem ceea ce ne lipsește nouă în România. În al doilea rând cred că ar trebui ca sistemul de educație să se concentreze mult mai mult pe nevoile elevilor și pe viitorul lor, să li se acorde mai mult sprijin și aripi ca să poată ajunge cât mai sus, să poată da din ei ce este mai bun.

Din punctul meu de vedere, școala din România și nu numai de aici, acordă prea puțină importanță unor probleme importante ale lumii de astăzi.

O astfel de problemă este discriminarea, care nu ar trebui să existe în sistemul școlar. Orice comportament discriminatoriu sau orice diferență este simțită de elevi și produce doar efecte negative, provoacă sentimentul de a fi dați la oparte, marginalizați și nebăgați în seamă. Iar după cum bine știm, starea emoțională este foarte importantă în tot ceea ce facem, deci este important să acordăm atenție acestor situații și să facem în așa fel încât să nu se mai repete.

La fel de important este să se acorde atenție fiecărui elev în parte, ceea ce poate este greu, având în vedere că este doar un singur profesor care trebuie să se ocupe, de

obicei, de o clasă cu douăzeci sau chiar cu treizeci de elevi. Deci ceva ce trebuie schimbat ar fi numărul elevilor pentru fiecare profesor. Dacă numărul de elevi ar fi unul mai mic, atunci sigur și profesorii le-ar veni mult mai ușor să acorde o mai mare atenție fiecărui elev în parte.

Fiecare elev are ritmul său de învățare și de a asimila informații noi: unii sunt mai rapizi, alții mai înceți. Dacă celor din urmă li s-ar acorda o mai mare atenție, atunci poate ar reuși și ei să ajungă la un alt nivel. Dar din moment ce aceștia nu sunt încurajați și nu sunt ajutați să fie mai buni de atât, aceștia n-o să crească, și cel mai probabil vor rămâne la același nivel.

Cred că profesorul are puterea de schimbare, el poate chiar să-i inducă unui elev plăcerea de a studia sau măcar să-l facă să înțeleagă importanța studiului.

Un alt aspect important este reprezentat de orele cu dirigintele, care joacă și el un rol important în educarea elevilor.

Ar trebui introduse ore unde elevii pot vorbi deschis despre problemele lor pe care le întâmpină la școală și în viața de zi cu zi. Un psiholog în cadrul unei școli, la fel este foarte important dacă ne gândim cât de mulți elevi sunt care au nevoie de intervenția unuia. Vedem destul de des cazuri cu copii depresivi din diferite motive, anxioși sau copii care ajung chiar la suicid și asta poate pentru că nimeni nu a observat nimic la timp pentru a putea interveni. Dar dacă în toate școlile s-ar introduce cel puțin un psiholog bun care să-și facă treaba bine, sunt convinsă că aceste cazuri s-ar diminua.

La fel de important ar fi ca fiecare elev să meargă în cabinetul acestuia măcar odată

pe săptămână și să discute cu el, pentru că așa cum știm, fiecare persoană dintre noi are nevoie într-o oarecare măsură de un psiholog în viața lui. Eu nu cred că o persoană ar trebui să meargă la psiholog doar atunci când simte că totul în jurul său e negru, cred că ar trebui să meargă cu o oarecare regularitate, în felul acesta se pot evita diverse sentimente negative și stări mai puțin plăcute. Eu merg pe ideea că este mai bine să previi decât să combați, de aceea rolul unui psiholog, mai ales în viața unui adolescent care întâmpină foarte multe schimbări, este foarte important, și ar trebui pus la dispoziția acestuia pe toată perioada școlară.

Alt aspect ar fi acela că la școală un elev ar trebui să fie ajutat să-și descopere talentele, să fie încurajat, să fie susținut și validat, pentru că doar așa are mai multe șanse să se dezvolte cât mai mult. Acestea sunt lucruri care îl formează pe el ca persoană și la care școala poate contribui cu adevărat. Elevii ar trebui să participe la ore unde fiecare își poate descoperi talentele sau aptitudinile, unde să fie încurajați să se descopere și să facă ceea ce le place.

Elevilor trebuie să li se ofere tot ceea ce este necesar în vederea dezvoltării lor, iar când spun dezvoltare, mă refer la o dezvoltare generală, din toate punctele de vedere, intelectual, psihic, emoțional, pentru că toate aceste aspecte contribuie la formarea lor. Aceștia ar trebui să participe la ore unde să fie învățați valorile vieții, să fie învățați ce înseamnă respectul, iubirea, prietenia și cum să se comporte cu persoanele din jur, să învețe ce înseamnă onestitatea și să participe la ore de educație sexuală unde pot primi răspunsuri la toate întrebările și nedumeririle pe care le pot avea și la care nu au deja un răspuns.

O lacună în sistemul educațional din România este că școala te învață prea puțină

teorie care te-ar putea ajuta pe viitor, iar practică deloc. Elevii au nevoie și cred că i-ar ajuta mult să facă practică pe un domeniu ales de ei, să facă ceva ce ei cred că vor să facă pe viitor. În felul acesta poate când ar termina liceu și ar vrea să lucreze undeva, nu i s-ar mai răspunde că este incompetent și că nu are experiență. Piața muncii cere pregătire atestată și un minim de experiență, deci dacă asta se cere, atunci asta ar trebui să se învețe printre altele.

Sistemul educațional trebuie să atragă elevii să termine o școală și ar trebui să le asigure pregătirea necesară pentru anii ce vor urma, ar trebui scăzută rata elevilor care renunță la școală care este destul de mare, iar ca să se facă asta, ar trebui schimbat sistemul atât cât este nevoie și depus efortul necesar pentru a atinge acest obiectiv, este nevoie de implicare din partea tuturor.

Este de precizat, însă, faptul că nu este bine nici ca sistemul să fie schimbat prea des, pentru că are nevoie de timpul său de acomodare și pentru a putea vedea rezultatele schimbărilor.

Temele pentru acasă sunt un subiect de discuție des întâlnit în rândul elevilor, dar și al părinților acestora. Consider că se exagerează puțin cu numărul temelor date elevilor, sistemul educațional ar trebui să-i permită elevului să aibă mai mult timp liber și pentru alte tipuri de activități. Un elev care merge la școală și petrece cinci sau șase ore, apoi merge acasă și are teme de făcut pentru încă trei-patru ore, depinde de fiecare elev cât de rapid este sau nu, atunci timpul liber practic acesta nu-l mai are deloc. Educații ar trebui să aiba timp pentru a sta cu familia, cu prietenii, să socializeze și să se dezvolte și în afara școlii. Ar trebui să aibă timp pentru diverse activități extrașcolare, iar sistemul educativ ar trebui să le ofere și asta, pentru că o activitate precum înotul de exemplu, ajută la o mai

bună dezvoltare a copilului, deci consider că orice ține de educarea și dezvoltarea acestora pe parcursul anilor școlari ar trebui să depindă de sistemul educațional. Sistemul ar trebui să ofere elevilor toate oportunitățile necesare în dezvoltarea lor, ar trebui să participe activ, iar acesta să fie principalul său scop, dezvoltarea și oferirea de oportunități elevilor.

Analizând mai multe sondaje de opinie, ne putem da seama cu ușurință ce vrea noua generație de la sistemul educațional..

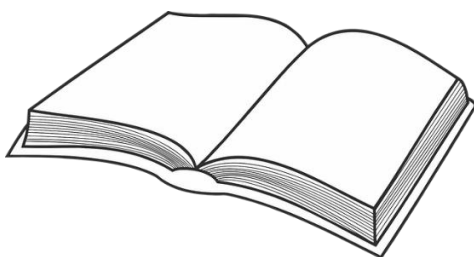
Mare parte dintre elevi spune că-și dorește metode de predare inspirate din viața reală, evaluări bazate pe proiecte individuale, ceea ce cred că este o bună idee, în felul acesta poate fi evaluat fiecare elev în parte și totodată li se oferă șansă tuturor de a-și arăta capacitățile individuale. Dar și proiectele în echipă sunt de considerat, bineînțeles, acestea îi pot ajuta să-și dezvolte spiritul de echipă, creativitatea și îi pot învăța să colaboreze cu ceilalți mai bine, ceea ce este necesar pentru toți.

O altă parte din elevi vorbește chiar despre ceea ce spuneam mai sus, și anume că raportul dintre profesor-elev ar trebui să

fie unul bine definit și să nu se creeze situații care ar putea influența în vreun mod buna educare a elevului și respectul acestuia față de profesor. Elevii spun că și-ar dori să se schimbe metodele de predat pentru că au nevoie să înțeleagă mai bine, iar imaginile proiectate pe monitoare spun ei că i-ar ajuta mai mult. La fel aceștia preferă să învețe prin diverse jocuri sau activități și prin discuții libere. Din punctul meu de vedere ar trebui analizate toate aceste sondaje de opinie și să se țină cont de părerile elevilor și de dorințele lor, căci numai așa putem schimba ceva cu adevărat.

Elevii își doresc să fie ascultați, să li se permită să-și exprime propriile opinii și să fie luați în considerare mai mult decât au fost până acum. Atunci, consider că ar trebui să fie ascultați, încurajați și să le dea de aripi ca să poată zbura și să facem în așa fel încât elevii să folosească scutirile medicale doar atunci când au cu adevărat nevoie și nu pentru a putea absentă de la ore.

Dacă cinci din zece elevi ar face asta, înseamnă ca sistemul educațional este pe calea cea bună. Viitorul ne va arăta validitatea deciziilor de astăzi.



## Educația morală. Comportament și conduită morală

*Mihaela Buluc*

Educației îi revine rolul de a forma modele de comportament și conduită morală. Tipul de educație pe care încercăm să-l oferim elevilor este unul raportat la societatea de azi. Descoperirile tehnicii și concepțiile sociale se schimbă cu repeziciune chiar de la un an la altul și atunci este foarte important să se pună accentul pe latura formativă a educației, să-i formăm elevului capacitatea de a se adapta la noi provocări, pe capacitatea lui de adaptabilitate și de gândire analitică și interpretare a realităților sociale.

Educația morală este o latură a educației care are ca scop formarea profilului moral al personalității și al comportamentului socio-moral al individului. Specificul său este determinat, pe de o parte de particularitățile moralei, ca fenomen social, iar pe de altă parte, de condițiile socio-psihologice ce sunt implicate în realizarea ei. Raportarea la societate și raportarea la subiect sunt cele două cadre de referință indispensabile unei fundamentări pedagogice a educației morale.

Etica are un caracter aplicativ materializat în elaborarea și recomandarea unor soluții științifice, pentru soluționarea optimă a problemelor morale. Morala, însă, este o formă a conștiinței sociale, care reflectă și fixează în principii, norme, reguli, cerințele de comportare privind raporturile dintre indivizi și dintre individ și colectivitate (națiune, societate, familie). Normele de comportament moral nu sunt cuprinse în articole de lege, ele constituie cerințe de conduită.

Comportamentul moral, obiectivul final al educației morale și condiție a exercitării

relațiilor interumane, este determinat și filtrat de actele intelectuale, declanșat și stimulat de mecanisme motivațional-energetice, reglat voluntar. Cunoașterea și înțelegerea cerințelor sociale, anticiparea sensului adecvat al relațiilor cu ceilalți, reglarea comportamentului sunt posibile datorită conștiinței morale a individului.

În proiectarea și desfășurarea acțiunilor specifice educației morale se impune respectarea unor principii specifice, cerințe cu caracter legic, care reflectă caracteristicile dezvoltării morale, relația dintre învățarea și dezvoltarea morală, mecanismele învățării morale.

Aceste principii sunt fundamentate științific (în acord cu cele mai noi date despre învățarea și dezvoltarea morală și socială), au un caracter flexibil, dinamic (conținutul lor se îmbogățește și se restructurează permanent), sistemic (impunându-se respectarea tuturor), normativ (impun educatorului anumite modalități de intervenție educativă).

Principiul diferențierii morale în funcție de determinările sale particulare (vârsta, context educațional, experiența acumulată) și individuală (structura fiecărei personalități) reflectă caracterul stadial și individual al dezvoltării morale ca și relația dintre cerințele externe și condițiile interne în procesul complex al devenirii morale, întrucât motivele conduitei morale, atitudinea față de regula morală, posibilitățile de înțelegere a cerințelor morale, reacțiile afective, complexitatea experienței personale diferă de la o vârstă la alta și de la o persoană la alta, se impune ca, în ierarhizarea obiectivelor, în selectarea

conținuturilor, în utilizarea metodelor și a formelor de motivație, în formularea cerințelor, să se țină cont de particularitățile stadiului de dezvoltare și de particularitățile individuale.

Conștiința morală permite omului să înțeleagă cerințele sociale, să descopere sensurile pozitive ale situațiilor de viață socială, să anticipe consecințele conduitei proprii, să se autosupravegheze și să supravegheze relațiile în care este implicat, să se adapteze suplu la solicitările societății. În esență, conștiința morală permite individului să-și manifeste libertatea în condițiile necesității morale. Ea orientează, stimulează, reglează conduita morală care la rândul ei îi obiectivează, valorifică și împlinește conștiința morală.

Formarea sentimentelor morale constituie o premisă și o condiție necesară (dar nu și suficientă) pentru manifestarea cunoștințelor morale în conduită întrucât trăirile emoționale oferă suportul energetic, reorganizează, redirecționează energiile susținând comportamentul. Prin orientarea lor categorială selectivă, prin stabilitatea și profunzimea lor, sentimentele morale sunt adevărate blocuri de autoreglare. Ele se formează treptat prin mecanisme deosebite de complexe de aglutinare, generalizare a emoțiilor pe care copilul le trăiește în raport cu fapte de viață. Sentimentul responsabilității, al respectului, al devotamentului, al onoarei, al patriotismului, al demnității constituie vectori majori pentru conduitele morale.

Metodele de educație morală sunt căi (modalități) specifice de cunoaștere a principiilor (etice) și de formare a conștiinței morale (cunoștințe, convingeri și sentimente morale), precum și de transpunerea lor în practică, sub forma conduitei morale (priceperi, deprinderi și obișnuințe morale). Metodele de educație

morală se fundamentează pe principiile de educație morală. Ele au un specific al lor determinat de domeniul etic, dar sunt în interacțiune cu metodele de instrucție, cu cele didactice. Metodele de educație morală au, în primul rând, un rol educativ-formativ, constructiv, de formare nemijlocită a unei conștiințe și conduite etice demne, civilizate.

Principalele metode de educație morală sunt:

- a) **convingerea**- este o metodă fundamentală de educație morală. Convingerea este metoda care asigură înțelegerea necesității cunoașterii și respectării normelor morale. Convingerea înseamnă conștientizare, înțelegere, acceptare, adeziune, motivație intrinsecă, atitudine pozitivă în plan cognitiv și afectiv față de normele morale. Ea înseamnă demnitate, umanism și responsabilitate etică și civică. Convingerea este stadiul libertății, al unei libertăți pozitive, conștientizate, ca un reflex al unei conștiințe a libertății, stadiu superior de dezvoltare, responsabilitate și afirmare a personalității. La realizarea convingerii contribuie celelalte metode de educație morală: explicația, convorbirea, exemplul, evaluarea etică și exercițiul.
- b) **exemplul**; Exemplul este o metodă de educație morală care folosește modele etice, ca mijloace de a ilustra ceva și care trezește interesul unora de a le imita, de a le urma. Exemplul are o mare forță educativă, de convingere, datorită unor caracteristici (calități) specifice: concretețe, intuitivitate, plasticitate, afectivitate (trăire emoțională, sentimente), posibilitate de imitație.



Aceste caracteristici îl fac ușor de înțeles; el acționând în plan cognitiv, dinamizează, în același timp, și trăirile afective, emoțiile, sentimentele, determinând copilul la imitație.

- c) **aprobarea și dezaprobarea** (evaluarea morală); **aprecierea etică** (sub formă de aprobare și dezaprobare) este legată de semnificațiile normelor etice și de cerințele dezvoltării morale a societății și personalității. Evaluarea etică în statul de drept presupune exigență față de respectarea legilor țării și principiilor eticii demne, civilizate, dar în același timp presupune înțelegere și toleranță, respectarea drepturilor individuale ale omului, așa cum este vorba de libertatea conștiinței asigurată de Constituția României. Evaluarea

etică se manifestă sub două forme: aprobarea și dezaprobarea.

- d) **exercițiul**. Aplicarea repetată a normelor sub forma de fapte morale, pentru formarea priceperilor, deprinderilor și obișnuințelor morale reprezintă esența metodei exercițiului. Exercițiul este și o metoda de educație foarte importantă. Este prezentată în cadrul metodelor de învățământ, de unde se pot face extrapolări la educația morală.

### Bibliografie/Webografie:

Banu Gheorghe, *Educație și repere morale în societatea contemporană*  
<http://www.rasfoiesc.com/educatie/didactica/gradinita/EDUCATIA-MORALA.php>  
[www.referatele.com](http://www.referatele.com), *Metodele de educație morală*

## Vizită la castel

Andra-Ioana Radu

Nu știu câți dintre noi mai sunt pasionați de istorie. Eu am început să o iubesc din liceu, dar sincer nu știu dacă aş putea să vă explic exact ce m-a făcut să o iubesc. Poate pentru că mă poate propulsa cu două milioane de ani în urmă și poate în același timp să mă aducă în prezent, trecutul să fie prezent, iar prezentul viitor. Până și noi vom constitui istorie la un moment dat pentru urmașii noștri.

Pentru mine, orele de istorie deveneau o bulă a timpului unde fiecare dintre noi se putea teleporta într-o eră care îl captiva sau într-o eră unde ar fi vrut să trăiască. Unii puteau fi vistiernici, spătari sau paharnici ai lui Ștefan cel Mare, pe când alții puteau visa la viața din castelele din vestul Europei.

Europa este plină de castele, unele chiar conservate în totalitate, dar fiecare spune o poveste și ar fi păcat să nu o descoperim. Eu una, ador să vizitez locuri încărcate de istorie, așa că de fiecare dată când mi se ivește o ocazie, nu o ratez.

Pot spune că am reușit să bifez pe lista mea de atracții câteva dintre castelele Marii Britanii în ultimii doi ani. Și aş dori să vă împărtășesc și vouă două dintre experiențele mele să puteți vedea prin ochii mei, mici colțuri de rai.

Voi începe cu castelul Tintagel, care este renumit prin asocierea sa cu legendarul rege Arthur. Rege în jurul căruia au luat naștere nenumărate legende, unele dintre ele chiar vorbind despre locul nașterii și asociindu-l cu acest castel. De aceea aici se poate găsi o statuie stilizată a regelui Arthur, din metal, care ține în mâini sabia magică numită Excalibur, ca în legendele care au făcut înconjurul lumii. Din prisma acestei personalități, castelul are o mulțime de vizitatori anual, dar nu acest fapt îl face un monument special, ci peisajul pe care ți-l oferă locul. Situat în Cornwall, o zonă de vis a Marii Britanii, din perspectiva mea, are în jurul său o vegetație superbă care se

împletește perfect cu ruinele, care pe alocuri sunt doar pereți singulari care și-au pierdut restul ansamblului, dar care îți stârnește imaginația și parcă, în mintea ta, poți vedea întreaga construcție. Stânca pe care este construit ansamblul, este înconjurată de o apă limpede, de un albastru ireal, care îți răpește adesea privirea de la ruine.



Acum voi trece la un castel care ar putea fi încă locuit și în zilele noastre, gradul de degradare fiind unul scăzut, păstrându-și astfel gloria de-a lungul timpului. Acest

castel se poate confunda ușor cu Mont Saint-Michel, din Franța, acestea fiind despărțite de canalul Mânecii. Numele castelului este St. Michael's Mount și se află de asemenea în regiunea numită Cornwall. Acest castel este special prin modul în care a fost construit. Acesta, aflându-se la mare, trece zilnic prin procesul de flux și reflux care rupe legătura directă cu uscatul. Accesul în castel în momentul refluxului se face pe o potecă. O potecă foarte aglomerată la momentul în care eu l-am vizitat. Iar atunci când vine fluxul, această potecă se inundă, iar accesul la castel se face cu ajutorul bărcilor. O dată ajunși la insula pe care este amplasat castelul, vezi o grădină superbă, plină de plante de tot felul care te încântă pe tot parcursul drumului spre castel. O dată ajunși în castel ~~pari~~ ~~ea~~ parcă te-ai întors în timp și ești parte a poveștii, timpul se oprește în loc, auzi nenumărați pași în jurul tău și fețe uimite de ceea ce văd. Drumul duce la un balcon unde poți avea o privire inversă a ceea ce ai văzut până atunci, și mai ales castelul înconjurat de apă, pentru că timpul a trecut mai repede decât ai fi crezut, iar fluxul își făcuse deja apariția. O dată plecați din balcon, mai parcurgem câteva încăperi și ajungem de data aceasta la grădina din spate care era cu mult mai bogată în vegetație decât ce văzusem până atunci. Dar pentru a vă transpune în lumea de basm vă voi lăsa câteva poze care să vorbească de la sine.



## Cum sunt (văzuți) românii?

*Delia Raisa Poede*

Fiecare țară are deja o imagine care există în mințile altor oameni, ca fiind o entitate cu trăsături atât pozitive, cât și negative. Țările care au trecut prin transformări politice și economice masive au nevoie de re poziționarea imaginii lor de țară pentru a le ajuta să intre în competiție la nivel internațional. Acesta este și cazul României. Orice proces de re poziționare a imaginii pleacă de la imaginea deja existentă la un moment dat.

În Franța, coexistă două imagini ale României. Prima este una culturală, iar a doua – politică. Aceste două imagini nu se suprapun armonios, nu comunică între ele. Am putea spune că avem de-a face cu două Români. Există, înainte de toate, o Românie a artiștilor, a creatorilor, apreciată și aclamată. Zeci de manifestări, în numeroase orașe ale Franței pun în lumină o Românie efervescentă, în care se nasc enorm de multe talente, în care spiritul critic este viu ca și capacitatea sa de a se exprima prin literatură, teatru, film.

Românii au mai fost prezenți și la festivaluri de dans, la cetatea vinului de la Bordeaux. Toate aceste valori, aceste reușite, succese, aceste exemple de talent, construiesc o imagine tonică a României, vorbim despre o Românie care te invită să o iubești, să o apreciezi, să o descoperi.

Când vine vorba de politică, de disputele interne, de prestațiile mediocre ale unor responsabili români în străinătate, de presiunile exercitate asupra justiției și de alte aspecte din aceeași sferă, o altă Românie se construiește în imaginarul european. O Românie ambiguă, care nu reușește să scape de corupție, în care învârtelile și combinațiile dubioase sunt fără sfârșit, în care elitele și-au trădat de mult misiunea lor naturală, aceea de a se pune în serviciul țării, al populației, al celor nevoiași și marginalizați.

Cultura nu poate face totul, cultura nu poate salva singură România, nu poate duce numai pe umerii ei imaginea României în lume.

Văzută din afară, România este o țară cu câteva atuuri de necontestat: potențial turistic extraordinar, frumuseți naturale unice, resurse naturale, tradiții și obiceiuri bine conservate, dar și o moștenire culturală care dăinuie peste timp. Sunt valori care au făcut ca țara noastră să urce 20 de locuri în cel mai recent index de brand de țară al companiei Future Brand.

Punctele slabe ale României rămân în continuare educația și cercetarea. Se spune că la educație stăm prost spre foarte prost. Abia am intrat în câteva indexuri globale, universitățile noastre sunt dezastruoase. În cercetare avem foarte puține proiecte de vizibilitate mondială.

Sprrijinirea tinerilor pentru a intra pe piața muncii și a rămâne pe aceasta constituie o parte esențială a politicilor care promovează creșterea economică și condiții de viață mai bune. Această activare și integrarea durabilă a tinerilor contribuie, de asemenea, la atingerea obiectivului Strategiei Europa 2020 cu privire la ocuparea forței de muncă.

Tranziția tinerilor de la învățământ la locul de muncă este îngreunată de dificultăți specifice. Prin urmare, se înregistrează rate de ocupare relativ scăzute, o rată ridicată a șomajului și rate ridicate ale tinerilor care nu sunt încadrați profesional și nu urmează niciun program educațional sau de formare. Șomajul în rândul tinerilor este mai sensibil la ciclul economic decât șomajul în rândul adulților. Întrucât sunt persoane nou intrate, cu experiență profesională limitată, este mai puțin probabil ca tinerii să găsească un loc de muncă, sunt adesea angajați în baza unor contracte temporare sau cu fracțiune de normă, ori urmează un stagiul și sunt mai

ușor de concediat atunci când ciclul economic este precar.

Având în vedere realitățile în continuă schimbare din lumea muncii, este posibil ca sistemele de protecție socială adaptate la piețele muncii tradiționale să nu poată acoperi toate persoanele care au nevoie de protecție. Toate aceste evoluții pot afecta tinerii mai mult decât persoanele aflate într-un stadiu mai avansat al carierei lor sau persoanele aflate la pensie și ar putea avea implicații la nivelul realizării proiectelor de viață ale acestora.

Garanția pentru tineret a fost dezvoltată pe baza unui angajament politic asumat de către toate statele membre ale UE, și anume acela de a pune la dispoziția tinerilor sub 25 de ani o ofertă de angajare, de continuare a educației, de intrare în ucenicie sau de efectuare a unui stagiu, în termen de patru luni din momentul în care devin șomeri sau

părăsesc sistemul de învățământ formal. Aceasta a fost rapid implementată în UE datorită unei combinații fără precedent dintre un puternic impuls politic, resurse financiare semnificative disponibile prin Inițiativa privind ocuparea forței de muncă în rândul tinerilor și Fondul social european, precum și mecanisme solide de monitorizare la nivelul UE.

Promovarea încadrării în muncă a tinerilor și îmbunătățirea tranzițiilor de la învățământ la locul de muncă au constituit o prioritate importantă pe agenda UE. Cu Garanția pentru tineret, statele membre s-au angajat să asigure faptul că toți tinerii cu vârste până la 25 de ani primesc o ofertă de angajare de bună calitate, beneficiază de educație continuă, ucenicie sau de perioade de stagiu în termen de patru luni de la părăsirea sistemului de învățământ sau de la intrarea în șomaj.

„Noi-gândim: inovație de masă, nu producție de masă”  
de Charles Leadbeater, Editura Publica, 2010, București, traducere din  
limba engleză de Laura Karsch, 290 pagini



„Noi-gândim: inovație de masă, nu producție de masă” este una dintre cărțile lui Charles Leadbeater – autor britanic, jurnalist de financiar la bază și în prezent consultant pe probleme de inovație

– publicată pentru prima dată, în format definitiv și complet, în anul 2008, la Editura Profile Books, la Londra. Manuscrisul dezvăluie modurile în care colaborarea de masă în această eră digitalizată informațional ne schimbă cu totul percepția asupra muncii, comunicării și, implicit, a relaționării cu ceilalți, mediilor de relaxare/entertainment și nu numai.

Începându-și cariera în presa scrisă (*Marxism Today*, *Financial Times*, *Independent*) și devenind mai apoi consultant pe probleme de inovație (BBC, Vodafone, Microsoft etc.) Charles Leadbeater și-a formulat de-a lungul timpului anumite teorii cu privire la inovația, creativitatea și colaborarea de masă în contextul zilelor de astăzi, în mod special, referitor la inovația organizațională și cea digitală – a lumii tehnologizate a secolului XXI – acestea putând fi considerate punctul de pornire și, de asemenea, elementele-cheie utilizate în „așternerea pe hârtie” a ideilor pentru conceperea acestei cărți.

Ajungând la un număr de 290 de pagini, cartea prefigurează la început cu o prefață și însumează șapte capitole, fiind o scriere de tip non-ficțiune, de specialitate, axată pe domeniul sociologiei. Autorul dorește să pună în lumină amănunte referitoare la viața cotidiană și interdependența dintre oameni și mediul virtual și tehnologie, dezvoltată odată cu câștigarea unei arii de acoperire tot

### *Recenzie de Andreea Bostan*

mai mari a Internetului și a platformelor digitale – website-uri și rețele social media și de social networking (YouTube, Facebook, MySpace, Cyworld etc.) jocuri, în special, cele multiplayer (I love Bees, World of Warcraft etc.) enciclopedii online (Wikipedia, Britannica ș.m.a.). Interesantă și ușor de citit, poate fi accesibilă chiar și pentru un public nespecializat sau puțin specializat, adresându-se publicului doritor să afle informații sau să conteste afirmațiile autorului cu privire la procesul și la progresul constant al inovației digitale a Internetului. Cu alte cuvinte, scriitorul oferă cititorilor săi un adevărat ghid privind inovarea în sfera web-ului și importanța adoptării, dacă se poate spune astfel, unor modele organizaționale sau chiar individuale de tip „noi-gândim” (Linux, Google, Wikipedia, jocuri precum I love Bees etc.) în vederea obținerii succesului sau notorietății în mediul online, dar nu numai. Întocmai, autorul încurajează, cu subînțeles, pe toți cititorii ori, mai bine zis, pe toți „colaboratorii” inovatori să „nu stea pe gânduri, să-și exprime părerile și să participe” la transformarea lumii de azi și de mâine.

Încă din prefața cărții ne sunt aduse la cunoștință ideile de necesitate și de facilitate a participării și a lucrului laolaltă în îndeplinirea unui ori mai multor obiective diverse. În acest fel, Leadbeater se destăinuie, în special față de cititorii necunoscători, în ceea ce privește circumstanțele realizării cărții. Înainte de publicarea sa, în 2008, aceasta a fost supusă unui „mic experiment”, fiind postată inițial, în anul 2006, într-o primă versiune, pe website-ul scriitorului cu intenția de a fi „descărcată, printată, citită și comentată de alții”, pentru ca fiecare „colaborator” să-și adauge partea sa de contribuție în manieră inovatoare prin propriile idei/informații și,

desigur, pentru a primi din partea acestora feedback – de unde și mențiunea de pe prima pagină: „și alți 257 de colaboratori”. Totodată, acest experiment, sugerează Charles Leadbeater, a fost folosit și pentru a testa și, în același timp, favoriza „creativitatea colaborativă” din această societate informațională – aspect principal al conceptului de inovație de masă ori de „noi-gândim” al autorului. Toate aceste sugestii ale contribuitorilor fiind mai apoi colectate, verificate, șterse și adăugate, și nu în ultimul rând corectate și îmbunătățite de scriitorul însuși alături de editorul acestuia; lucru ce îl consider impresionant, deoarece nu oricine are curajul de a publica în mediul online ceva atât de valoros, precum un manuscris la care a muncit din greu, pentru ca mai apoi să se lase criticat de niște necunoscuți aflați în spatele unor dispozitive electronice.

În continuare, din primul capitol aflăm printr-o prezentare de ansamblu semnificația și fundamentele acestei noi culturi a inovației de masă. Astfel, „noi-gândim”, după cum specifică autorul, cuprinde felul în care gândim, lucrăm, creăm și ne jucăm toți împreună cu ajutorul Internetului. Acesta permite partajarea eficientă la o scară aproape inimaginabilă a numeroase feluri de informații și conținuturi (idei, păreri, articole, imagini, videoclipuri etc.), fapt care în trecut nu se putea întâmpla, creând, așadar, un nemaipomenit univers (virtual) al „creativității colaborative” datorită posibilității de interconectare și interacționare cu alți oameni de oriunde și oricând și, îndeosebi, mulțumită dreptului la liberă exprimare (în cele mai multe colțuri democratice ale lumii). Totuși, ce avem de câștigat în urma acestei comuniuni creative? Tocmai recunoașterea și validarea personală de către ceilalți; aspecte rezultate din dorințele profund ancorate, încă din cele mai vechi timpuri, în firea indivizilor: de a fi conectați, de a împărtăși și de a socializa. „Noi-gândim” înglobează în acest chip o nevoie minimală de organizare și câteva

componente esențiale: participare, apreciere și colaborare.

Mai departe, autorul evidențiază o comparație, în linii mari, între modul în care ideile ingenioase erau create și vehiculate în spațiul public în secolul anterior și maniera de concepere a acestora actualmente odată cu dezvoltarea culturii „noi-gândim”. Dacă în secolul XX ideile proveneau, îndeobște, de la oamenii așa-zis înzestrați intelectual și competenți ce lucrau în locuri aparte, spre exemplu „scriitorul în mansarda lui, artistul în atelierul lui, savantul în laboratorul lui”, în zilele noastre ideile își au proveniența „dintr-o masă de interacțiuni creative între oameni diferiți, care combină concepții diferite, dar potențial complementare”. Deci, în epoca Internetului orice individ are oportunitatea de a colabora și împărtăși idei sau informații și, totodată, de a se folosi de acestea pentru diverse scopuri – informare, documentare, entertainment etc.– datorită accesibilității webului.

Tot așa, Charles Leadbeater scoate la iveală sursa acestei culturi web în care viețuim. Esența lui „noi-gândim” își are rădăcinile, deci, în resursele comune – vechi și noi – întâlnite în societate, dar modelate de Internet conform contextului actual. În acest sens, scriitorul acordă drept explicație imaginea amestecului dintre concepțiile și aptitudinile deținute de un „fanatic al computerului, un profesor universitar, un hipiot și un țăran” care conlucrează în vederea demarării și îndeplinirii unui scop comun. În contrast cu acest aspect, organizarea unor asemenea grupuri umane în zilele noastre, unde fiecare este atât de diferit și uneori înclinat spre divergențe, poate fi o provocare, dat fiind faptul că unii oameni urmăresc, deseori, interesul propriei bunăstări înainte de toate (la fel ca unele corporații mari de azi).

În ceea ce privește producerea și funcționalitatea eficientă a bunurilor și a sistemelor de genul „noi-gândim” și, firește, împlinirea „triumfului” tehnologiei/webului și al organizării sociale, este necesară operarea a cinci principii indispensabile: nucleul, care să aibă puterea de a atrage o

comunitate diversă și largă de colaboratori capabili, contribuire, colaborare, conectare și creare. Exemplele furnizate de autor – proiectul de cercetare al genomului viermelui (1965-1998) și programul „open-source” pentru computer, Linux (1991) – sunt doar câteva dintre acele produse de succes create cu ajutorul acestei noi perspective.

Pe deasupra, Leadbeater susține, în cartea sa, că mecanismele „noi-gândim” funcționează în anumite circumstanțe ce determină sau nu succesul ulterior. Acestea funcționează atunci când există un nucleu operant și competent care poate aduna o sumedenie de indivizi cooperanți, în cadrul unor proiecte interesante, feedback-ul este neîntârziat, sarcinile sunt împărțite pe bucăți, iar regulile sunt clare; un mediu favorabil schimbului și evaluării ideilor. În consecință, „noi-gândim” nu este funcțional în împrejurări precum: centru incapabil, costuri exorbitante, feedback tardiv și limitat, procese complexe și reguli complicate; adică un mediu constrângător pentru exprimarea și distribuția eficace a ideilor. În mod asemănător, autorul opinează în legătură cu modelele de afaceri adoptate în cercul organizațional, considerând structurile instituționale deschise și înclinate spre colaborare (Wikipedia, Linux etc.) a avea un succes imens în promovarea inventivității, organizarea sarcinilor de lucru și în implicarea publicului, spre deosebire de acele instituții închise și cu o organizare ierarhică strictă (Microsoft, BBC etc.).

„Noi-gândim” înfățișează, fără îndoială, un impact considerabil asupra modalității în care privim accesibilitatea și sistematizarea informațiilor. Îndeosebi, din moment ce digitalizarea neîntreruptă și dibăcia „profitării” de aceasta comportă diverse aspecte notabile. Unul dintre aceste aspecte,

demn de prezentat, îl manifestă promovarea și apropierea (indirectă) de public a instituțiilor și, implicit, a unor sectoare publice sau private de activitate (informativă, de comunicare, educație, afaceri etc.) grație web-ului; fiindcă o bună parte a indivizilor frecventează mediul online. Multe din acestea au adoptat – ori vor adopta în viitorul apropiat – un format digital, mai mult sau mai puțin, în funcție de domeniu. De pildă, majoritatea ziarelor au trecut la un format online, bibliotecile sunt sau devin virtuale, precum în cazul Bibliotecii britanice (The British Library) din Londra ș.a.m.d. Nu este cu puțință să negăm, totuși, și partea mai puțin agreabilă a conceptului de „noi-gândim”. Copyright-ul și alte probleme legale, imposibilitatea protejării totale a vieții private, situațiile problematice de însușire a conținuturilor media, furtul de informații ori date, conținuturile nepotrivite/ilegale etc. sunt doar câteva din aspectele negative ale colaborării și participării colective online.

În concluzie, „Noi-gândim: inovație de masă, nu producție de masă”, de Charles Leadbeater, propune o paradigmă deosebită asupra inovației de masă produsă odată cu evoluția tehnologiei și, deopotrivă, a formelor de colaborare. Cu toate că ar putea fi considerată o carte oarecum depășită, dat fiind că a apărut acum mai bine de un deceniu, aceasta cuprinde însă amănunte relevante referitoare la funcționalitatea mediului digital, putând constitui și o referință cu privire la ceea ce a reprezentat web-ul atunci, când tehnologia era în plin proces de dezvoltare. Astfel, ne dă de gândit despre modul în care societatea contemporană și generațiile viitoare vor putea „recalibra”, probabil prin cooperare, cultura orânduită de Internet, întrucât „ești ceea ce împărtășești, nu doar ceea ce posezi”.



## Generația App.

Cum navighează tinerii prin universul digital al identității, intimității și imaginației

*Recenzie de Andreea Dimofte*

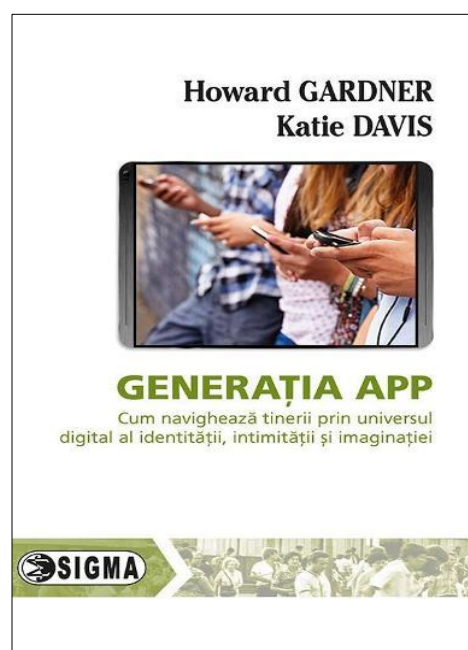
Cartea „Generația App. Cum navighează tinerii prin universul digital al identității, intimității și imaginației” aparține autorilor Howard Gardner și Katie Davis, făcând parte din Editura Sigma, 2015.

Tema acestei lucrări o reprezintă impactul generat de utilizarea platformelor media asupra identității, intimității și a dezvoltării imaginației a tinerei generații.

Prima parte a lucrării oferă denumirea tinerei generații, și anume: „Generația App”, cea care își ocupă marea parte a timpului în mediul online și utilizează aplicații pentru a-și derula activitatea în fața unui număr mai mare de urmăritori. Este menționată utilitatea aplicațiilor, acestea putând fi surse de inspirație, însă, din cauza folosirii acestora în exces, oamenii pot cădea pradă dependenței digitale.

Cu alte cuvinte, este descrisă legătura aplicațiilor privind identitatea, intimitatea și imaginația. Identitatea poate fi conturată sub diferite aspecte prin intermediul aplicațiilor, autorii afirmându-și opinia despre acest concept: „S-ar putea să ajungi cu o identitate mai puternică și mai puternică, sau s-ar putea să cedați o identitate preambalată sau la difuzarea nesfârșită a rolurilor”. Aplicațiile materializează relațiile interpersonale, putând influența personalitatea și acțiunile în relația cu ceilalți utilizatori, intimitatea fiind de astfel cea care influențează relațiile

virtuale. Imaginația este un alt factor influențat de tehnologie, atât în mod pozitiv



cu privire la aplicații: „pot deschide cu totul nou lumi imaginare, creare, producere, remixare, chiar forjând noi identități și permițând forme bogate de intimitate”, cât și în mod negativ: „Aplicațiile te pot face leneș, descurajează dezvoltarea de noi abilități, te limitează la mimetism sau mici ajustări triviale sau tweet-uri”.

Lucrarea conține și o delimitare a generațiilor, în care autorii susțin ca primă delimitare latura biologică, însă indivizii se află într-o continuă schimbare, în privința generațiilor, dar în care pot apărea și conflicte. Un alt punct de vedere susține faptul că generațiile pot fi delimitate și în

funcție de experiențele comune. Comparativ cu generațiile anterioare, generațiile tehnologice se află într-o schimbare rapidă, având în vedere dispozitivele tehnice și mediul virtual care avansează în salturi mari spre viitor.

În altă ordine de idei, este analizat și impactul rețelelor sociale asupra tinerilor, în care identitatea acestora este orientată spre exterior și este influențată și de latura individualistă a societăților actuale, îndreptându-se spre conceptul de narcisism. Așa cum este menționat și în lucrare, narcisismul este însoțit de „neliniște, îngrijorare, tristețe și sentimente de izolare”, acest fapt venind în completarea opiniei cu privire la dezavantajele folosirii tehnologiei dar fiind menționate și anumite avantaje: „Noile tehnologii media pot deschide noi oportunități pentru auto-exprimare”.

Este abordat și factorul intimității în relația tinerilor cu platformele digitale. Platforma online „Facebook” oferă posibilitatea interacțiunii virtuale între indivizi, însă folosirea acesteia de către unii utilizatori poate conduce la înstrăinarea față de mediul social: „Într-adevăr, unii cercetători au descoperit că oamenii tineri,

cei care petrec mult timp cu dispozitivele digitale, experimentează mai puțin succesul social”. Un exemplu concret îl reprezintă cazul din unele articole din reviste de specialitate, în care: „americani au devenit din ce în ce mai singuri și izolați social”.

Pe de altă parte, este detaliat și rolul aplicațiilor în dezvoltarea imaginației, fiind ilustrate exemple de aplicații folosite în domeniul artistic (desen, muzică, realizatori de filme). Media digitală le oferă tinerilor posibilitatea de a-și lărgi capacitatea de gândire, prin actul de imaginație și de creare a unor materiale personale ce le oferă rezultatul dorit, acest fapt fiind legat de termenul identității, important în realizarea unei imagini personale pozitive.

În ultima parte a lucrării, autorii prezintă o concluzie sintetică asupra conceptului de media digitală și a accesibilității aplicațiilor, concluzionând cu cele trei componente importante, și anume: religia, etica și educația, sperând ca tehnologiile digitale să fie în viitor dezvoltate în aceste domenii. Așadar, lucrarea oferă o perspectivă amplă asupra mecanismului de funcționare a tehnologiei, descoperindu-se în aceasta o analiză cuprinzătoare a capacității cognitive a tinerilor în utilizarea platformelor online.

## Degradarea imaginii unui sportiv

*Ioan Cocu*

Nu contează ce performanțe ai avut, câte titluri ai cucerit până în acest moment, dacă faci o greșeală cât de mică, ești sancționat drastic și pus la zid, chiar dacă nu s-au demonstrat acuzațiile. În această situație nefericită se află și Simona Halep, o campioană și un simbol pentru România care trece prin momente grele datorită acuzațiilor de dopaj care i se aduc.

Luna octombrie vine cu o veste șocantă din lumea sportului, o îndrăgită și cunoscută jucătoare de tenis din România este testată pozitiv la testul antidoping de la US Open. Simona Halep, locul 10 mondial, este acuzată de dopaj. Acest anunț a invadat întreaga presă din România, dar nu numai. În jurul acestui caz s-au strâns nenumărate comentarii și opinii, dar și susținători și opozanți.

Personalități cunoscute de la noi, din domenii diferite, și-au arătat susținerea față de Simona Halep, iar printre aceștia se numără și fotbalistul Gheorghe Hagi, tenismenul Ilie Năstase, gazetarul Cristian Tudor Popescu, dar și cântărețul de muzică pop Smiley.

Simona Halep nu este un caz izolat, de-a lungul timpului și alți sportivi de performanță din România au fost acuzați de dopaj. Printre aceștia, numărându-se și gimnasta Andreea Răducan, care a fost

acuzată de dopaj la olimpiada de la Sydney din 2000. Un alt sportiv acuzat de dopaj, și cel mai celebru caz de la noi este cazul lui Adrian Mutu care a fost depistat pozitiv în 2004 cu cocaină, iar în 2010 depistat cu sibutramină.

Și lista nu se termină aici, alte cazuri de dopaj ale sportivilor români mai sunt: halterofilii Răzvan Martin și Gabriel Sîncrăian în 2013 la europenele din Albania, după ce au cucerit medalii; în anul 2016 întreg lotul de caiac-canoe al României a fost suspendat pentru un an, datorită dopajului sistematic; în același an, Eva Tofalvi (biatlon) și Mirela Lavric (atletism) au fost de asemenea suspendate pentru dopaj.

Iar în 2022, presa din întreaga lume este zguduită de un nou scandal de dopaj. Simona Halep locul 10 mondial, este depistată pozitiv cu roxadustat. Această substanță este folosită în general pentru tratarea unor anemii simptomatice asociate cu bolile cronice de rinichi, iar în ceea ce îi privește pe sportivi, îi ajută în a avea o mai bună oxigenare a mușchilor și crește rezistența la efortul fizic.

Pentru aceste acuzații Simona Halep riscă patru ani de suspendare care pot însemna și finalul carierei sportivei.

## Ce tip de comunicator sunt?



Acesta este un test pentru a afla ce tip de comunicator ești. Citește întrebarea și încercuiește numărul 1 dacă răspunsul este „DA”, 2 pentru „UNEORI” și 3 pentru „NU”. La final adună punctele și verifică în ce categorie te încadrezi. **SUCCES!**

	<i>DA</i>	<i>UNEORI</i>	<i>NU</i>
1. Ți place să vorbești cu toată lumea din jurul tău?	1	2	3
2. Ți este rușine să ceri înapoi lucrul pe care i l-ai împrumutat unui prieten?	1	2	3
3. Te simți ușor amețit și simți că locul tău nu este acolo atunci când te afli printr-o mulțime de oameni?	1	2	3
4. Ți este conformabil să vorbești în fața unui număr mare de persoane?	1	2	3
5. Vă exprimați mai ușor opinia/sentimentele în scris decât oral?	1	2	3
6. Dacă nu înțelegi ceva preferi să nu spui și să te lămurești mai târziu?	1	2	3
7. Înaintea unui conversații importante îți crezi în cap diferite scenarii care se pot întâmpla?	1	2	3
8. Dacă părerea ta este singulară într-un grup preferi să nu o împărtășești?	1	2	3
9. Poți cu ușurință să îți recunoști greșelile?	1	2	3
10. Preferi mai mult să stai acasă singură decât să ieși în oraș cu prietenii?	1	2	3
11. Ți este ușor să vorbești cu persoane străine?	1	2	3
12. Într-o temă ce trebuie realizată în echipă preferi să lucrezi mai mult cu colegii decât singură?	1	2	3
13. Ți place să-ți împărtășești experiențele tale cu oamenii din jurul tău?	1	2	3
14. Ți place să ascuți părerea celorlalți și să ții cont de aceasta?	1	2	3
15. Ești frustrat când cineva îți cere ajutorul?	1	2	3

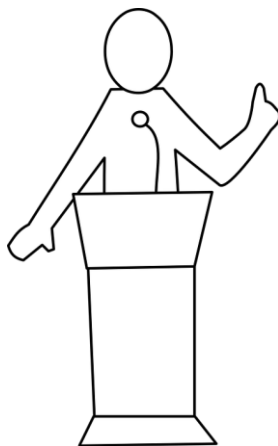
16. Poți să asculți cu răbdare fără a vorbi peste cealaltă persoana?	1	2	3
17. Știi cum să-i faci pe oameni să te asculte?	1	2	3
18. Preferi să stai în umbră decât să te faci remarcat?	1	2	3
19. Preferi să eviți situațiile care te pun într-o lume neplăcută?	1	2	3
20. În cazul unui dezacord poți să ajungi la un compromis cu persoana în cauză?	1	2	3

**Interpretarea scorului:**

<b>Scor</b>	<b>Comentariu</b>
<b>50-60 puncte</b>	Bravo!! Înțelegi rolul de comunicator, știi să îți exprimi punctul de vedere într-un mod în care cei din jurul tău te vor asculta. Ți place să fii în lumina reflectoarelor și îți stă bine în această poziție. Oamenii te respectă pentru calitatea ta de a comunica și pentru faptul că ești un bun ascultător.
<b>35-49 puncte</b>	Ești un comunicator capabil dar uneori întâmpini probleme în acest segment. Trebuie să îți acorzi mai mult timp dezvoltării abilității de comunicare pentru că aceasta stă la baza lumii, interacțiunea umană. Lucrează la modul în care percepi și transmiți mesajele dar și la încrederea de sine.
<b>20-34 puncte</b>	Trebuie să lucrezi mai mult la abilitățile tale de comunicare. Nu reușești să te exprimi clar și de multe ori interpretezi greșit mesajul primit. Partea bună este că măcar încerci și cu multă răbdare o să ajungi un comunicator de primă clasă.

***Acest test este un pamflet și trebuie tratat ca atare !!***

*Denisa-Iuliana Cadăr*



*Andreea Răchiteanu***Portretul unui suflet**

Mi-am făcut curaj  
 să-ți strig numele în tăcerea serii.  
 Cine știe? Poate vei auzi zgâriatul peniței  
 ce te scrie atât de frumos,  
 nu vocea-mi stinsă...

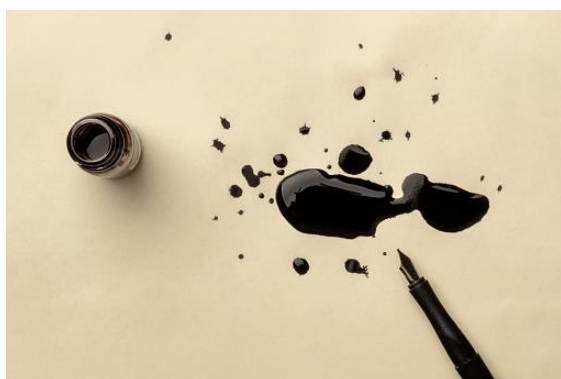
Vei încolți în călimara cu cerneală  
 din emoții și lacrimi de înger,   
 Apoi înflori-vei în silabe de cântec ceresc.

Iar eu, poet, voi renunța la scris  
 și-am să-ți desenez zâmbetul pe o foaie.-  
 Ce surâs vulnerar!

În cele din urmă, am să fac liniște  
 pentru a-mi putea auzi gândul ce  
 te-mbracă în lumină.

Știu, am început scriind, dar sfârșesc  
 prin a creiona portretul unui suflet...

Unii ar spune: „Cât talent!”,  
 dar nu-i decât dor!

**Arșiță literară**

Ți-am spus că mi-e sete,  
 dar tu stai înaintea mea cu  
 o ceașca de ceai cu aromă de mentă.  
 Privirea mea a refuzat gestul tău.  
 Și te-ai întors, ținând în mână  
 un pahar cu apă...

Nu ai înțeles nimic.

Dacă Adrian Păunescu ar fi fost aici  
 m-ar fi invitat, printr-o metaforă subtilă,  
 să beau cu el,  
 în poezie, toată apa lumii.

Tu, în schimb, mi-ai mai adus  
 un pahar cu apă...

Te rog, udă cu ea florile!  
 Iar mie, adu-mi din bibliotecă  
 o carte!

Trebuie să opresc setea asta cumva.  
 Și te mai rog ceva.

Nu uita stiloul și caietul meu clasic!  
 Vreau să-mi pun o dorință din cerneală,  
 să li se facă și altora sete.

Acum ai înțeles?

Andreea Dimofte

## Flori de primăvară

Viața mult o-nveselesc,  
Mii și mii de flori...poveste!  
Peste tot e bucurie, ce să fie? E magie!  
Mici și mii ele mai sunt,  
Sunt un dar, asta se știe!

Sunt plăpânde, colorate,  
Cu parfum încântător,  
Ele sunt Zeițe care  
Îmi hrănesc sufletul gol.

Sufletu-mi e ca o cușcă  
Întristat de atât amar,  
Ce în lume orice lucru  
Nu-l mai poate alina.

Ele sunt o feerie,  
Ce mă îndeamnă să le spun  
Să spun vorbe dulci în care  
Să le alint cu orice, mult!

Sunt asemeni unei Mame,  
Mă cuprind în vraja lor,  
Îmi dau sentiment de care  
Mă calmez și uit de dor.

Tot mă mir și mult admir,  
Jocul lor plin de magie,  
Eu inspir și le cuprind,

Simt o mare bucurie.

Ce mă fac să mai zâmbesc,  
Și să uit de tot ce-i rău?  
Sunt bujorii ce mă îndeamnă  
Să-i ating ușor, cu seamă.

Curcubeu din mii de flori  
Reies fel și fel culori,  
Sunt culori din flori alese  
Sufletului e poveste.

Toată vraja lor continuă,  
Lista e lungă și nu-i simplă:  
Sunt lalele, panseluțe,  
Zambiluțe parfumate,  
Florile sunt o emblemă,  
Sunt ca viața după moarte,  
Mici prințese înmiresmate  
Sufletului preferate.

Și narcise colorate,  
Sunt de mine răsfațate.

Primăvară tot aș vrea  
În al meu suflet să fie,  
Cu iubire și credință,  
Pe cărarea vieții întinsă



# CUPRINS

## TOTUL ESTE COMUNICARE

- Ana Apostu – *Suntem înconjurați de comunicare* / 5  
Natalia Bordian – *Despre voluntariat* / 6  
Andreea Bostan – *Comunicarea construiește realitatea* / 8  
Mariana Mișcoi – *Aripi frânte* / 11  
Alexandra Bindileu – *Dulce copilărie* / 12  
Mariana Mișcoi – *Dragostea adevărată, e numai una* / 13

## PRO ȘI CONTRA...

- Adina-Elena Vînau – *Shopping online sau în magazin?* / 14  
Antonia-Petruța Andronache – *Cei care cred numai în bani nu sunt prea cinștiți* / 15  
Mara-Nicola Galeru - *Dezavantajele folosirii internetului de către copii* / 15  
Andreea Bostan - *Copiii ar trebui să aibă acces limitat la internet?* / 16  
Maria Ojog - *De ce obezitatea crește progresiv la unele popoare?* / 18  
Bianca Dodan - *Rețelele sociale – aspect constructiv sau distructiv al vieții noastre?* / 19  
Cosmin Neacșu - *Telefoanele inteligente–binecuvântare sau blestem?* / 20  
Ioana-Anisia Hanganu - *Avantajele și dezavantajele deținerii unui telefon la vârste mici* / 22  
Corina-Ioana Prisecaru - *Reclamele - informare sau dezinformare* / 23  
Cosmin-Eduard Lela - *O viziune despre viitor* / 24  
Gabriela Turtureanu - *Stimează-te pe tine însuși și vindecă-ți viața* / 25  
Mariana Mișcoi - *Cea mai înțeleaptă alegere* / 26

## INTERVIU

- Marina Burulea – *interviu cu Valentina Stan* / 27

## FORME DE COMUNICARE

- Cosmin-Eduard Lela - *Comunicare, comunicații, evoluție* / 29  
Denisa-Iuliana Cadăr - *Înapoi în timp la revista Super Bravo Girl!* / 30  
Roberta Cruceanu - *De ce să mai citim ziare? Ce putem crede și ce nu?* / 33  
Alexandra Bindileu – *Presa (poezie)* / 33  
Marina Burulea – *Ziarul în ... catrene* / 34  
Alexandra Apetrei - *Lumea online în ... catrene* / 34

## JURNAL DE STUDENȚIE

- Elena-Corina Răcilă – *Admiterea online, un val neașteptat de emoții* / 35  
Silvia Luca – *Viața de cămin* / 36  
Alexandra Bindileu – *Carantina* / 37  
Livia-Ioana Sandu – *9 sfaturi pentru a-ți face prieteni la facultate* / 38  
Mariana Mișcoi – *Scrisoare pentru cea mai bună prietenă a mea. Meriți lumea întreagă!* / 40  
Livia-Ioana Sandu - *Cum se face o lucrare de licență de nota 10* / 42



## EDUCAȚIE ȘI COMUNICARE

Cristina Giorgiana Andon – *Educația din România – dileme și provocări actuale* / 52

Mihaela Buluc – *Educația morală. Comportament și conduită morală* / 55

## ARTĂ ȘI COMUNICARE

Mădălina-Alexandra Butacu – *Muzica în viața noastră* / 45

Andreea Bostan – *Cronică de teatru. Zile de monodramă* / 45

Adina Petrică – *Bun venit în lumea anime-urilor* / 49

## JURNAL DE CĂLĂTORIE

Andra-Ioana Radu – *O vizită la castel* / 58

Delia Raisa Poede – *Cum sunt (văzuți) românii?* / 60

## JURNAL DE LECTURĂ

Andreea Bostan – *Recenzie* / 62

Andreea Dimofte – *Recenzie* / 65

## CRONICĂ SPORTIVĂ

Ioan Cocu - *Degradarea imaginii unui sportiv* / 67

## TEST

Denisa Cadăr – *Test: Ce tip de comunicator sunt?* / 70

## LIRICE

Andreea Răchiteanu – *Poezii* / 70

Andreea Dimofte – *Flori de primăvară (Poezie)* / 71