

Citiți lecția din manual: *Acordarea feedbackului pozitiv*, notați schița lecției pe caiete și rezolvați fișele de lucru.

Acordarea feedbackului pozitiv

1. Despre feedback

- a le oferi celorlalți un răspuns astfel încât să le comunicăm exact ceea ce simțim, fără a le răni sentimentele, poartă denumirea de feedback (din limba engleză: „*răspuns*”);
- feedbackul reprezintă reacția pe care o persoană o are ca răspuns la comportamentul altei persoane, având ca scop reglarea, întărirea, reducerea sau eliminarea unor aspecte ale comportamentului acesteia;
- în relațiile cu cei din jurul nostru oferim și primim feedback în permanență;
- uneori, prin feedback, o persoană poate primi informații despre ceea ce nu ar trebui să mai facă, astfel încât să își poată schimba modul în care acționează;
- feedbackul pozitiv constă în exprimarea unei opinii prin care sunt apreciate anumite acțiuni și/sau comportamente ale unei persoane, cu scopul de a o încuraja să persevereze și de a o motiva să obțină rezultate mai bune;
- atunci când este oferit în timpul evaluărilor de performanță în cadrul activităților școlare și/sau extrașcolare, feedbackul pozitiv stimulează elevii să își continue munca și/sau să fie mai receptivi la îmbunătățiri.

2. Cum acordăm feedbackul pozitiv?

- pentru a comunica armonios trebuie să avem grijă cum formulăm mesajul.
- modurile în care feedbackul pozitiv poate fi exprimat sunt următoarele:
 - a. Verbal: profesorul de înot îi spune elevului cum a evoluat;
 - b. Nonverbal: mama îi arată fiului, prin expresiile feței și poziția corpului, că nu este de acord cu ce a făcut;
 - c. Scris: profesorul trimite un mesaj scris părinților cu privire la progresele fiicei lor.
- reguli de oferire a feedbackului pozitiv:
 - a. Feedbackul face referire la comportament, nu la persoană;
 - b. Feedbackul pozitiv este încurajator și apreciativ;
 - c. Feedbackul pozitiv propune îmbunătățiri;
 - d. Formulăm mesajele la persoana I, nu la persoana a II-a;
 - e. Transmitem ceea ce observăm, simțim și gândim;
 - f. Nu criticăm, nu acuzăm și nu rănim interlocutorul.

Pentru o mai bună înțelegere a subiectului studiat vizionați următoarele videoclipuri:

<https://www.youtube.com/watch?v=sPWRjjj2iok>

<https://www.youtube.com/watch?v=7wTeEF2UsrQ>

Fișă de lucru: Acordarea feedbackului pozitiv

Imaginați-vă că trebuie să îi scrieți o scrisoare personajului vostru preferat dintr-o carte, film, joc video și/sau viața reală. În redactarea scrisorii vă veți ajuta de enunțurile de mai jos:

a. O calitate pe care am observat-o la tine este ...

b. Mi-a plăcut de tine atunci când ...

c. Am învățat de la tine ...

d. Dacă ne-am întâlni față în față ți-aș spune că ...



BIBLIOGRAFIE:

1. Radu, Mădălina, Ciocâlțeu, Ioana-Andreea, Stănculescu, Aurelia, Florea, Robert-Florin, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Aramis, București, 2022.
2. Ipate-Toma, Cristina, Crivac, Bălcău, Ștefania, Badea, Ana-Maria, Iordănescu, Valeria, Gheorghe, Mariana Carmen, Mitroi, Marinela-Luminița, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Ars Libri, Argeș, 2022.
3. Cârstocea, Elena, Columban, Monica H., Kudor, Dorina, Sfirlea, Lenuța, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Art Klett, București, 2022.
4. Popescu-Argetoia, Oana, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Booklet, București, 2022.
5. Călineci, Marcela Claudia, Boca, Cristiana Ana-Maria, Barbu, Daniela, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura CD Press, București, 2022.
6. Oancea, Ana-Maria, Popescu, Doina, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Corint Logistic, București, 2022.
7. Bărbulescu, Gabriela, Gunea, Cristina Maria, Sima, Angelica, Sima, Elena-Cristina, Stoicescu, Daniela, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Litera, București, 2022.
8. Popa, Simona Elena, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a V-a*, Editura Active Learning, București, 2022.

