

OPTIMIZAREA ABILITĂȚILOR SOCIO-EMOȚIONALE ȘI DE COMUNICARE ALE ADOLESCENȚILOR ÎN CONTEXT PANDEMIC PRIN INTERMEDIUL JOCURILOR TEATRALE

ADELINA GEORGIANA DOBREA*, ANDREEA DIANA JICMAN
Universitatea Națională de Artă Teatrală și Cinematografică „I.L. Caragiale”, București

Abstract

This research aimed to investigate how theatrical games can improve teenagers' socio-emotional and communication skills in the pandemic context generated by the SARS CoV 2 virus. The research methodology included a questionnaire survey of a group of 131 adolescents – being a quantitative method, applied at the beginning and end of a series of four workshops with theatrical games. The theatrical games helped to meet some needs that the young people expressed through the answers to the questionnaires, such as desire to easily integrate in a group or being able to express what they feel and what they think. The results showed, on one hand, that the participation of the 131 subjects in the proposed activities led to a significant increase in the level of empathy, understanding and acceptance of their emotions, cooperation and integration and, on the other hand, reduced the stress factor in terms of public speaking, expressing a point of view and communicating directly.

Cuvinte-cheie: comunicare, educație teatrală, joc didactic, adolescenți, pandemie COVID-19

Keywords: communication, theatrical education, didactic game, adolescents, COVID-19 pandemic

1. INTRODUCERE. ASPECTE TEORETICE

În ultimii ani, utilizarea în exces a tehnologiei, uneori până la dependență, a determinat efecte de înstrăinare și distanțare socio-emoțională în plan individual, cu implicații directe asupra comportamentului prosocial (Doron și Parot, 2006). Comunicarea mediată de spațiul virtual a devenit disfuncțională, favorizând apariția unor interacțiuni superficiale care creează iluzia de a fi în contact cu ceilalți, implicit cu propria persoană. Conexiunile stabilite în context virtual nu pot lua locul relațiilor construite prin interacțiune directă, bazată pe sinceritate, încredere și afecțiune. Cu toate acestea, odată cu izbucnirea pandemiei COVID-19, comunicarea online a constituit singura opțiune de a continua activitatea curentă a majorității populației la nivel global. În acest context, generația nativilor digitali a făcut mult mai ușor tranziția spre acest model de funcționare în sistem online. Relaționarea prin intermediul platformelor sociale prezintă, așadar, avantaje și dezavantaje.

* Universitatea Națională de Artă Teatrală și Cinematografică „I.L. Caragiale”, București, Departamentul de Studii Doctorale, Strada Matei Voievod, nr. 75–77, sector 2, 021452, București, România.

Începutul pandemiei a permis oamenilor să-și ofere mai mult timp pentru introspecție, să valorifice mai mult compania rudelor și a prietenilor, să descopere pasiuni noi, să-și acorde mai mult răgaz pentru relaxare și să intre în contact cu alți oameni de pe glob prin participarea la activități online educaționale și culturale organizate pe rețele sociale sau platforme de videoconferință. În ciuda acestor aspecte pozitive, impactul general al izolării din timpul pandemiei COVID-19 este unul cu consecințe negative, atât în ceea ce privește sănătatea fizică, cât și cea mentală, potrivit unui studiu actual la care a luat parte un grup de tineri din Regatul Unit (Jester și Kang, 2021).

Unul dintre factorii relevanți în analiza influenței pe care izolarea a avut-o asupra adolescenților este mutarea cursurilor în sistem online. Subiect controversat al ultimilor doi ani, școala online a generat multe întrebări referitoare la consecințele pe termen lung asupra performanței elevilor. Închiderea instituțiilor de învățământ a presupus o privare a interacțiunii cu ceilalți, ceea ce afectează atât palierul cognitiv al dezvoltării, cât și pe cel social, prin potențiale întârzieri în îmbogățirea vocabularului și prin dificultățile apărute în gestionarea relațiilor cu ceilalți. Conform unui îndrumar propus de UNICEF, privitor la provocările aduse de suspendarea cursurilor față în față, școala are un rol determinant în formarea personalității tinerilor, pentru că nu este „doar un loc pentru educație academică, ci și pentru învățarea abilităților sociale și emoționale, pentru interacțiune și sprijin social” (Biroul Regional UNICEF pentru Europa și Asia Centrală). Cadrul educațional pune la dispoziție însuși contextul optim al dezvoltării tânărului spre maturitate, după cum am constatat și în cazul grupului-țintă pe care l-am avut în vedere prin cercetarea derulată.

În adolescență se produce comutarea de la relațiile de tip diadă, în care interacțiunea este cu precădere de unu la unu, la cele de grup. Deși se păstrează legătura mai strânsă față de o anumită persoană, liceenii resimt nevoia de a face diverse activități în grupurile de prieteni. Acest tip de pluralitate în relaționare poate fi metaforic privită ca „obiect al tranziției” adolescentului spre maturitate, oferindu-i sursa de înțelegere și afecțiune pentru dobândirea încrederii de sine și obținerea autonomiei față de părinți (Papalia, Olds și Feldman, 2010, p. 411). Școala reprezintă spațiul unde adolescenții pot stabili legături și pot explora diverse situații în care învață și testează principiile vulnerabilității personale și ale intimității. Fiecare își dorește, subconștient, să atingă intimitatea în relaționarea cu celălalt, caz ideal și cel mai puțin întâlnit, în care ființa umană se simte apreciată de ceilalți pentru ceea ce este (Berne, 2014). În școala online, lipsește chiar acest cadru de experimentare și definire a propriei persoane în raport cu ceilalți.

Această nouă variabilă, cu implicații asupra prosocialității, are variate consecințe în rândul elevilor – creșterea episoadelor depresive, a stărilor de anxietate, a atacurilor de panică și chiar a gândurilor de suicid. Un factor care potențează aceste trăiri de factură negativă este faptul că, în mare măsură, chiar și părinții se confruntă cu o simptomatologie asemănătoare (Viola și Nunes, 2021). Timpul îndelungat petrecut în fața ecranelor, corelat cu expunerea la lumina albastră, generează diferite disfuncționalități, precum diminuarea coordonării motorii, deficitul de atenție,

evitarea contactului vizual, tulburările de somn, simptomele corelate cu sedentarismul, cu impact asupra punerii în valoare a potențialului creativ (Barca, 2020). Cercetătorii au constatat că noile cerințe apărute în rutina cotidiană, cum ar fi respectarea normelor de igienă, purtarea măștilor, cursurile online, izolarea și distanțarea fizică, au determinat modificări substanțiale la nivel biologic, emoțional și social (Viola și Nunes, 2021).

Schimbările la nivel individual au generat implicit blocaje la nivel comunicațional atât între indivizii acelui grup, cât și între cei ai grupurilor diferite. La fel cum purtarea măștii de protecție anulează parțial expresivitatea facială, așa și activitatea desfășurată online limitează manifestarea corporală. În aceeași măsură, ambele situații condiționează în mod specific folosirea vocii. În comunicarea mediată de calculator, atât limbajul nonverbal, cât și cel paraverbal sunt alterate. Conform teoriilor științelor comunicării, transmiterea eficientă a unui mesaj presupune îmbinarea echilibrată a celor trei tipuri de limbaj: verbal, nonverbal și paraverbal. Mediul virtual și masca de protecție fracturează modalitatea în care suntem structurați să comunicăm, pentru că nu permit exprimarea aspectelor nespecific lingvistice ale comunicării. În mod normal, în timpul comunicării față în față, în timpul verbalizării, receptorul intuiește adesea ce urmează a-i fi comunicat, prin studierea limbajului nonverbal și paraverbal al emițătorului. În spațiul virtual sau în situația în care fața este acoperită de mască, receptorul se bazează majoritar pe limbajul verbal pentru a decodifica mesajul. Cu atât mai mult, această dificultate se manifestă în situația în care camera este oprită în activitățile online și se poate auzi doar vocea. Sincopile apar nu numai la nivelul de receptare, ci și la cel de emisie. Vorbitorul nu mai depune efort pentru folosirea echilibrată a celor trei tipuri de limbaje și, implicit, se dezobișnuiește să integreze nonverbalul și paraverbalul în existența din afara online-ului. Această comunicare deficitară are implicații și în planul unor procese psihice esențiale, cum ar fi empatia. Neuronii oglindă se activează atunci când o persoană observă acțiunile alteia, „inclusiv dansul complicat de gesturi și mișcări ale corpului, care face parte din orice conversație” (Goleman, 2018, p. 450). În lipsa indiciilor de ordin nonverbal și paraverbal, empatia se stabilește mult mai dificil, ceea ce îngreunează crearea unei conexiuni profunde între oameni.

Ținând cont de aspectele puse în discuție, se întrevede nevoia de a compensa carențele generate de contextul pandemic prin organizarea unor activități educaționale „de recuperare a totalității umane” (Cojar, 1999, p. 11). Atelierul de teatru, bazat pe un tip de educație nonformală care folosește jocul teatral ca instrument principal de lucru, creează contextul pentru experiențe de învățare. Asemănător jocului didactic, care permite antrenarea unor deprinderi prin acțiune și simulare (Catalano și Albușescu, 2018), jocul dramatic integrează abilități de factură cognitivă, afectivă, socială și psihomotorie, creând o realitate ce răspunde la întrebarea *ce-ar fi dacă?* (Goleman, 2018; Stanislavski, 2021). Participanții la atelierul de teatru explorează situații imaginare, în care ajung să gândească, să simtă și să se miște împreună, urmărind un scop comun (Rosenberg, 1987). Fiecare joc propus în cadrul unui atelier respectă un set de reguli, pe care participanții și le asumă, înțelegând în mod

subtil că numai în acest fel obiectivul grupului poate fi atins. Treptat, împreună, vor conștientiza că însuși timpul petrecut laolaltă se desfășoară urmând reguli impuse de ei la nivel interpersonal. Augusto Boal a afirmat că jocurile întrunesc două trăsături esențiale ale traiului în societate – *regulile*, corespondent al legilor necesare din societate și *libertatea creativă*, fără de care atât jocul, cât și viața s-ar transforma într-o obediență servilă (Boal, 2017). Jocul creează deci condițiile pentru exersarea abilităților de comunicare și socio-emoționale de care individul are nevoie pentru a putea funcționa în cadrul comunității.

Există cercetări care evidențiază efecte pozitive asupra comportamentului uman corelate cu folosirea jocului teatral. În cadrul Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică din București, prin Centrul Internațional de Cercetare și Educație în Tehnologii Inovativ Creative, în perioada 2016–2021, s-a desfășurat o cercetare amplă care a vizat dezvoltarea unei metodologii de intervenție pentru consolidarea comportamentului prosocial și gestionarea stresului prin intermediul teatrului. Unul dintre experimente a folosit exercițiul „Oglinda” (Viola Spolin, 2008, pp. 110–112) pentru a observa dacă apropierea fizică și interacțiunea imitativă pot modifica comportamentul părților implicate. Rezultatele au indicat că interacțiunea prin imitație poate avea un efect terapeutic, de relaxare și de creștere a nivelului stării individuale de bine, prin reducerea stresului și facilitarea conexiunii la celălalt (Pistol *et al.*, 2018). Cercetarea realizată în cadrul acestui centru este susținută și de alte demersuri ce evidențiază beneficiile educației teatrale în raport cu creativitatea și competențele socio-emoționale (Batdi și Elaldi, 2020; Reading *et al.*, 2015; Hainselin *et al.*, 2018; Celume *et al.* 2019). Proiectul european „Drama Improves Lisbon Key Competences in Education” a demonstrat că participarea în ateliere de teatru dezvoltă nu numai competența de ordin cultural, ci și pe cea de comunicare, pe cea de a învăța să înveți, pe cea de natură socială și civică, cât și pe cea corelată cu spiritul de inițiativă (DICE Consortium, 2010).

2. METODOLOGIE

2.1. IPOTEZĂ

Având în vedere cercetările realizate de practicienii din domeniul teatrului aplicat, care au evidențiat beneficiile pe care metodele cu specific teatral le pot avea asupra dezvoltării competențelor comunicaționale și socio-emoționale (Winship, 1954; EACEA P9 Eurydice, 2009; DICE Consortium, 2010; Water, McAvoy și Hunt, 2015; Prendergast și Saxton, 2013/2016), prezentul studiu își propune să analizeze calitatea vieții adolescenților în urma școlii online și a altor reguli impuse de contextul pandemic, precum și eficiența mijloacelor cu specific teatral în recuperarea abilităților sociale și de comunicare.

Ipoteza care a stat la baza acestui studiu a fost aceea de a verifica dacă participarea la atelierele de teatru influențează dezvoltarea competențelor prosociale ale adolescenților. Competențele au vizat atât emoțiile dezvoltate de adolescenți în context pandemic, cât și abilitățile lor de comunicare.

2.2. SUBIECTI

În studiu au fost implicați 131 de adolescenți, cu vârste cuprinse între 15 și 19 ani, din care 94 fete și 37 băieți, care au oferit răspunsuri valide la chestionarul administrat. Participanții au reședința în mediul rural din județele Iași, Vaslui, Bârlad, Ialomița, Buzău, Craiova, Dolj, Râmnicu Vâlcea, Cluj-Napoca, fiind beneficiari direcți ai fundației World Vision România. Majoritatea tinerilor chestionați provin din cămine familiale tradiționale (67.2% locuiesc cu ambii părinți, 15.3% cu părinții și bunicii, 6.9% numai cu mama, iar 1.5% numai cu tata), cu cel puțin doi copii (49.6% declară că mai au un frate/o soră, 38.9% au mai mulți frați, doar 11.5% fiind copii unici). Adultul cu care comunică cel mai des despre preocupările personale este mama (67.2%), urmată de un frate sau o soră (26%) și de tată (22.1%). În ceea ce privește relația cu cei din jur, 22.9% au răspuns că își doresc să aibă prietenii de lungă durată, 16.8% să reușească să comunice ce își doresc, 16% să aibă mulți prieteni, 13.7% să fie plăcuți de cei din jur. În raport cu perspectivele de viitor, 70.2% își doresc să urmeze studii universitare, 15.5% își doresc să se angajeze după absolvirea liceului, 9.2% își doresc să absolve liceul. Dintre respondenți, 88.5% nu au mai participat anterior la un atelier de teatru.

2.3. METODĂ

Cercetarea s-a desfășurat în cadrul a trei serii de tabere organizate de World Vision¹, prin Progressive Sports, în perioada august–septembrie 2021, în Poiana Brașov. O tabără s-a derulat pe parcursul a patru zile și a avut ca obiectiv general să ofere adolescenților din diferite zone ale țării, defavorizați din punct de vedere educațional, oportunitatea de a participa la o serie de activități cu caracter instructiv-aplicativ. Acestea au vizat, pe de o parte, încurajarea tinerilor spre continuarea studiilor în direcția universitară sau alegerea unei meserii, prin abordarea unor teme care au pus în discuție aptitudinile și interesele participanților, rolul social al diverselor profesii și desfășurarea potențială a unui interviu de angajare. Pe de altă parte, activitățile au urmărit descoperirea și antrenarea abilităților comunicaționale și socio-emoționale, prin exerciții practice care au pus în evidență rolul semnificativ al fiecărui participant în cadrul unui grup. Formatul taberei a cuprins ateliere de teatru, activități montane și de agrement (bowling și escaladă de interior) și a fost gândit astfel încât să existe complementaritate la nivel de activități.

În cercetare ne-am propus folosirea unui design cantitativ pentru a măsura modificările apărute la adolescenți în urma participării la activități cu specific teatral. Date fiind numărul mic de respondenți și faptul că am lucrat direct cu tinerii implicați, studiul poate avea valențele unui tip de design calitativ, prin analiza realizată pe metoda observației, din ipostaza de instructori. Am administrat un chestionar online adolescenților care au participat la cele trei ediții de tabără, pentru care au fost înștiințați și și-au exprimat consimțământul. Chestionarul a fost

¹ World Vision este o fundație care oferă copiilor șanse egale la educație de calitate, pentru ca ei să-și îndeplinească visurile și să aibă parte de viitorul pe care îl merită. Sursa: <https://worldvision.ro/>

aplicat test-retest, înaintea începerii primului atelier de teatru, respectiv după încheierea ultimului atelier, cu scopul de a observa posibilul progres al tinerilor adolescenți. Chestionarul a fost aplicat la 149 de persoane, din care au putut fi validate doar 131 de formulare. Restul de 18 protocoale cu răspunsuri au fost eliminate, din cauza inconsecvenței sau a lipsei unora dintre răspunsuri.

Chestionarul cu 30 de itemi, elaborat de noi, a urmărit măsurarea abilităților socio-emoționale și de comunicare în context pandemic. Primele 12 întrebări au conținut date generale pentru a stabili profilul respondentului, următorii 10 itemi au făcut referire la dimensiunea socială, iar ultimii 8 la cea de comunicare.

Pentru componenta socio-emoțională, am ales următorii indicatori: cooperarea, integrarea, limitele personale, încrederea în ceilalți, emoțiile, adaptabilitatea, pe care i-am transpus în următoarele afirmații măsurabile: *Cooperez ușor cu cei din jurul meu; Mă integrez ușor într-un grup nou; Pot să spun „nu” atunci când mi se cere să depășesc o limită personală care mă face să mă simt în disconfort; Pot să stabilesc relații sănătoase cu cei din jur, bazate pe încredere și lipsite de dependență; Îmi înțeleg emoțiile; Îmi accept emoțiile; Reușesc să nu mă las copleșit/ă de emoții în interacțiunea cu ceilalți; Înțeleg emoțiile celorlalți; Accept emoțiile celorlalți și Reușesc să mă adaptez ușor la o situație imprevizibilă din interacțiunea cu ceilalți.* Subiectul și-a exprimat acordul față de afirmațiile propuse, selectând un răspuns pe o scală Lickert cu cinci trepte, unde: 1 a reprezentat acord total cu afirmația și 5 – dezacord total față de aceasta.

Pentru componenta de comunicare, am stabilit următorii indicatori: relaționarea cu celălalt, frica de a vorbi în public, exprimarea verbală, ascultarea activă, gestionarea verbală a conflictelor, sinceritatea, comunicarea în online și comunicarea față în față, pe care i-am transpus în următoarele afirmații măsurabile: *Am dificultăți să vorbesc cu persoanele necunoscute; Am dificultăți să vorbesc în fața unui grup mai mare de persoane; Comunic cu ușurință ce simt și ce gândesc; Sunt un bun ascultător; Reușesc să rezolv conflictele apărute în interacțiunea cu ceilalți; Aleg să comunic sincer cu cei din jurul meu; Mă simt în confort când comunic cu ceilalți în mediul online; Mă simt în confort când comunic cu ceilalți față în față.* Subiectul și-a exprimat acordul față de afirmațiile propuse, selectând un răspuns pe o scală Lickert cu cinci trepte, unde: 1 a reprezentat acord total cu afirmația și 5 – dezacord total față de aceasta.

3. ATELIERELE DE TEATRU

Atelierele de teatru au oferit cadrul pentru expunerea, analiza și însușirea abilităților menționate. Programul taberei a prevăzut un atelier de teatru în fiecare zi, cu o durată aproximativă de 3 ore. Datorită numărului mare de beneficiari, s-au alcătuit mai multe grupe, de câte 12–18 participanți, care lucrau prin rotație. Fiecare grupă a fost coordonată de cel puțin un instructor cu experiență în domeniul aplicării teatrului în educație, iar instrumentul folosit a fost jocul teatral. Provocarea acestor ateliere a fost aceea de a crea, în timpul scurt avut la dispoziție,

un spațiu de explorare și învățare, în care fiecare participant, chiar dacă nu se cunoștea cu ceilalți, să ajungă să se simtă în siguranță și inclus în grup. Suita de exerciții propuse a fost structurată astfel încât procesul de asimilare să fie compact și eficient. Coordonații au avut permanent grijă la nevoile și interesele tinerilor, încercând să creeze o relație bazată pe încredere și respect, premisă pentru desfășurarea în condiții optime a atelierelor. Astfel, orice activitate de învățare este primită cu mai multă deschidere atunci când cel implicat „simte că are un liman sigur și că se poate relaxa în prezența unei persoane de încredere care îi poartă de grijă” (Goleman, 2018, p. 254).

Primul atelier a avut ca obiectiv principal coeziunea de grup, prin îmbunătățirea comunicării și a interacțiunii dintre participanți. Am aplicat jocuri de cunoaștere care favorizau descoperirea celui alt, a similitudinilor și diferențelor la nivel de grup. Participanților li s-a creat mediul propice atât pentru a se familiariza cu specificul unui atelier teatral, cât și pentru a crea conexiuni cu ceilalți membri. Următoarele trei ateliere au avut ca obiectiv antrenarea abilităților de comunicare și socio-emoționale. Atelierele doi și trei au urmărit să pună în discuție modalitatea de interacțiune optimă la nivel de comunitate și perspectivele de viitor în raport cu cariera profesională, prin jocuri de: improvizație, creativitate, spontaneitate, imaginație, coordonare în grup, concentrare a atenției. Tinerii au explorat mijloace de comunicare prin care s-au pus în valoare cele trei tipuri de limbaj, verbal, nonverbal și paraverbal. Ultimul atelier a inclus un moment de reflecție asupra propriei persoane și a relației cu celălalt. Am propus exerciții de scriere prin care fiecare participant a fost încurajat să-și exprime gândurile, descoperirile, încurajările, aspirațiile către Eul său din viitor și aprecierea, recunoștința către un membru din grupul taberei.

La finalul atelierelor și al jocurilor mai solicitante s-a alocat un timp special pentru analiză și dezbateri. Discuțiile au fost facilitate de către instructori prin folosirea întrebărilor deschise, cu intenția de a-i provoca pe participanți să reflecteze la ceea ce au experimentat pe parcursul exercițiilor și să conștientizeze ce pot îmbunătăți la ei, pe baza observațiilor făcute de ceilalți.

4. INTERPRETAREA REZULTATELOR ȘI IMPLICAȚIILE DIDACTICE ALE ACESTORA

Din cele zece afirmații asociate cu indicatorii stabiliți pentru măsurarea abilităților socio-emoționale, se pot remarca modificări apărute în urma desfășurării activităților la următorii itemi: *Cooperez ușor cu cei din jurul meu; Mă integrez ușor într-un grup nou; Îmi înțeleg emoțiile; Îmi accept emoțiile; Reușesc să nu mă las copleșit/ă de emoții în interacțiunea cu ceilalți; Înțeleg emoțiile celorlalți; Accept emoțiile celorlalți și Reușesc să mă adaptez ușor la o situație imprevizibilă din interacțiunea cu ceilalți.* Pentru o evidențiere mai eficientă a diferențelor apărute în urma desfășurării atelierelor, graficele corelate cu rezultatele chestionarelor au fost incluse sub formă de tabel în anexă.

În cazul afirmației *Cooperez ușor cu cei din jurul meu*, în chestionarul administrat preactivitate, 63 din respondenți și-au exprimat acordul, din care 17 – acord total, iar 46 – acord parțial. După ateliere, se poate sesiza o creștere în privința acordului total, 46 de respondenți, urmat de acordul parțial cu 40 de respondenți. Corelat cu capacitatea de a coopera, la *Mă integrez ușor într-un grup nou*, 71 de persoane au apreciat că reușesc să o facă în etapa de preactivitate. După ateliere, 98 de adolescenți au apreciat că dețin această abilitate, din care 51 cu acord total, iar 48 cu acord parțial.

Recunoașterea și acceptarea emoțiilor proprii se remarcă, de asemenea, printr-un progres semnificativ. La afirmația *Îmi înțeleg emoțiile*, în etapa de chestionare preactivitate, 64 de subiecți și-au exprimat acordul, din care 19 – acord total, iar 45 – acord parțial. Încheierea atelierelor a revelat optimizarea procesului emoțional, întrucât 41 au răspuns cu acord total și 46 cu acord parțial, adică un total de 87. Capacitatea de gestionare a propriilor emoții, înainte de participarea la ateliere, a fost evaluată de către 86 de tineri ca fiind una pe care o posedă, prin exprimarea acordului total a 31 de respondenți și a acordul parțial a 45 dintre aceștia. În urma atelierelor de teatru, numărul celor care admit că au această abilitate a crescut la 96 de respondenți, dintre care 46 – acord total, iar 50 – acord parțial.

La afirmația *Reușesc să nu mă las copleșit/ă de emoții în interacțiunea cu ceilalți*, răspunsurile sunt favorabile, după cum arată graficele. În etapa incipientă, acordul total oferit de 11 subiecți, iar acordul parțial de către 40 de subiecți se modifică în etapa finală, înregistrând o creștere până la 22 de subiecți cu acord total și 52 de subiecți cu acord parțial. Mai mult, exprimarea dezacordului a scăzut de la 35 de subiecți la 23, în etapa de postactivitate.

Relevantă este, în analiza optimizării componentei socio-emoțională, observarea graficelor afirmațiilor *Înțeleg emoțiile celorlalți* și *Accept emoțiile celorlalți*. Am constatat că, în etapa de preactivitate, rezultatele celor două enunțuri prezintă inconsecvență, întrucât acordul total de la prima afirmație (23 de subiecți) nu este egal cu acordul total de la a doua afirmație (39 de subiecți). De aici, se poate interpreta că diferența de 16 participanți declară că acceptă emoțiile celor din jur, deși nu le înțeleg. Dacă un individ nu are capacitatea de a înțelege pe deplin emoțiile altcuiva, nu poate deveni sprijin pentru celălalt, astfel că, în cel mai bun caz, este doar tolerant. Recunoașterea și acceptarea emoțiilor celorlalți, în etapa de postactivitate, arată o reglare a acestei inconsecvențe, chiar mai mult, o îmbunătățire a acestei componente. De aici rezultă că, prin participarea la ateliere, abilitatea socio-emoțională poate fi optimizată.

Se poate observa o îmbunătățire a capacității de adaptare a participanților la o situație nouă. În pretestare, 39 de respondenți au ales poziția care reprezintă nici acord, nici dezacord, iar la finalul atelierelor, conform răspunsurilor, numărul respondenților care au ales această variantă a scăzut la 25. Rezultatul poate fi explicat prin faptul că, în urma atelierelor, tinerii au făcut un progres în ceea ce privește cunoașterea de sine. Spațiul de explorare le-a oferit posibilitatea să descopere că se pot adapta mai repede decât autoevaluau inițial. Acordul a crescut, astfel, de la 73 de participanți la 94.

Din cele opt afirmații asociate cu indicatorii stabiliți pentru măsurarea abilităților comunicaționale, se pot remarca modificări apărute în urma desfășurării activităților la următoarele: *Am dificultăți să vorbesc cu persoanele necunoscute; Am dificultăți să vorbesc în fața unui grup mai mare de persoane; Comunic cu ușurință ce simt și ce gândesc; Reușesc să rezolv conflictele apărute în interacțiunea cu ceilalți; Mă simt în confort când comunic cu ceilalți în mediul online; Mă simt în confort când comunic cu ceilalți față în față.*

Ușurința de a interacționa cu persoane noi s-a arătat a fi incertă în etapa de preactivitate, în care 49 de subiecți au ales o poziție neutră față de această afirmație, 35 au exprimat acord parțial, iar 40 au specificat, prin dezacord parțial (24) și dezacord total (16), că nu au dificultăți în acest sens. Graficul din postactivitate se remarcă printr-o creștere majoră a subiecților care își exprimă abilitatea de a interacționa cu persoane noi, numărul fiind de 101, dintre care 58 de subiecți au declarat dezacord parțial, iar 43 dintre ei dezacord total față de enunțul *am dificultăți să vorbesc cu persoanele necunoscute*.

Conform acestor rezultate, se poate concluziona că jocurile de cunoaștere și de coeziune ale grupului au contribuit la dobândirea siguranței de sine în inițierea dialogului cu persoane noi. Corelat cu diminuarea fricii de a vorbi în fața unui grup mai mare de persoane, după cum dovedesc rezultatele studiului, în prima etapă 60 de respondenți s-au declarat de acord în privința acestei temeri, iar 36 dintre ei s-au declarat neutri și doar 35 au răspuns în dezacord cu enunțul. În urma activităților propuse, datele prezintă următoarele modificări: 23 de respondenți au răspuns cu acord, pe când 82 dintre aceștia au declarat dezacord și dezacord total. Se poate constata deci că teama de a se expune în fața unui grup mare a fost redusă.

În chestionarul preactivitate aplicat, la afirmația *în relația cu cei din jurul meu*, parte din secțiunea date generale, 22 dintre liceeni au menționat că ar vrea să comunice ușor ce-și doresc. Această nevoie s-a evidențiat și în secțiunea măsurării componentei comunicaționale prin răspunsurile alese de subiecți la afirmația *Comunic cu ușurință ce simt și ce gândesc*. Inițial, 55 dintre participanți au declarat nici acord, nici dezacord, 38 dintre ei și-au exprimat acordul parțial și tot un număr de 38 de participanți, dezacordul. În analiza postactivitate, exprimarea acordului a fost la 88 dintre participanți, asociată cu diminuarea numărului celor care arată dezacordul, mai exact a 22 dintre ei, ceea ce relevă că abilitatea de exprimare a gândurilor și emoțiilor s-a îmbunătățit.

Un progres am înregistrat și în privința gestionării conflictelor. Cea mai relevantă creștere s-a înregistrat în privința acordului total, de la 15 răspunsuri acordate, în preactivitate, la 33 de răspunsuri în postactivitate. De asemenea, dezacordul a scăzut de la 23 de răspunsuri valide la 11, ceea ce rezultă că jocurile aplicate pentru experimentarea viitoarelor situații posibile de viață într-un context imaginar și-au atins obiectivul.

În acest context pandemic, am dorit să aflăm sub ce formă, online sau fizic, elevii se simt mai confortabil să se exprime. Am comparat graficele corespunzătoare preactivității și, conform lor, se remarcă preferința mai ridicată pentru mediul

online, în detrimentul interacțiunii față în față. La finalul programului de tabără, graficele arată contrariul. Valorile pentru mediul online au crescut în postactivitate pe scala de răspuns 3, adică nici acord, nici dezacord. De cealaltă parte, la comunicarea față în față, se înregistrează o creștere a acordului de la 74 la 94 de subiecți.

CONCLUZII

Având în vedere datele colectate, se poate aprecia că există o relație pozitivă între atelierele cu specific teatral și dezvoltarea comportamentului prosocial. Acest lucru este evidențiat nu numai de răspunsurile pe care adolescenții le-au oferit la chestionar, ci și de monitorizarea realizată de instructori pe parcursul zilelor de lucru.

La primul atelier, adolescenții transmiteau o senzație de stânjeneală, deconectare față de propriul corp și lipsa de disponibilitate față de cei din jur. Pentru depășirea acestui disconfort, a fost necesară crearea unui spațiu sigur și intim, premisă pe care se bazează desfășurarea oricărui atelier cu specific teatral. Cu sprijinul coordonatorilor, participanții au explorat propria raportare la celălalt și au devenit mult mai conștienți de propriul lor corp, de gândurile și trăirile lor afective. Treptat, angajându-se activ în jocurile propuse, au devenit mult mai disponibili față de propria persoană, implicit față de cei din jurul lor. Am observat că nivelul empatiei a crescut pe măsură ce fiecare microgrup prezenta, de exemplu, în fața celorlalți participanți, rezultatul creației dintr-un exercițiu. În acest fel, au fost înlăturate blocajele de ordin comunicațional și au fost încurajate exprimarea vulnerabilității și acceptarea celui alt. Această legătură intimă creată între adolescenți facilitează exprimarea emoțiilor și gândurilor personale și „reflectă deopotrivă dezvoltarea cognitivă și pe cea emoțională” (Papalia, Olds și Feldman, 2010, p. 412).

În concluzie, studiul reflectă intervenția pe termen foarte scurt asupra unui grup de tineri prin educație teatrală, oferind un argument în sprijinul folosirii metodelor teatrale în modelarea individuală. Pentru a putea asigura beneficiile pe termen lung, este necesară participarea constantă la acest tip de ateliere, astfel încât descoperirile făcute prin joc teatral să fie cu succes valorificate și asimilate în practica educațională.

Primit în redacție la: 9.12.2021

BIBLIOGRAFIE

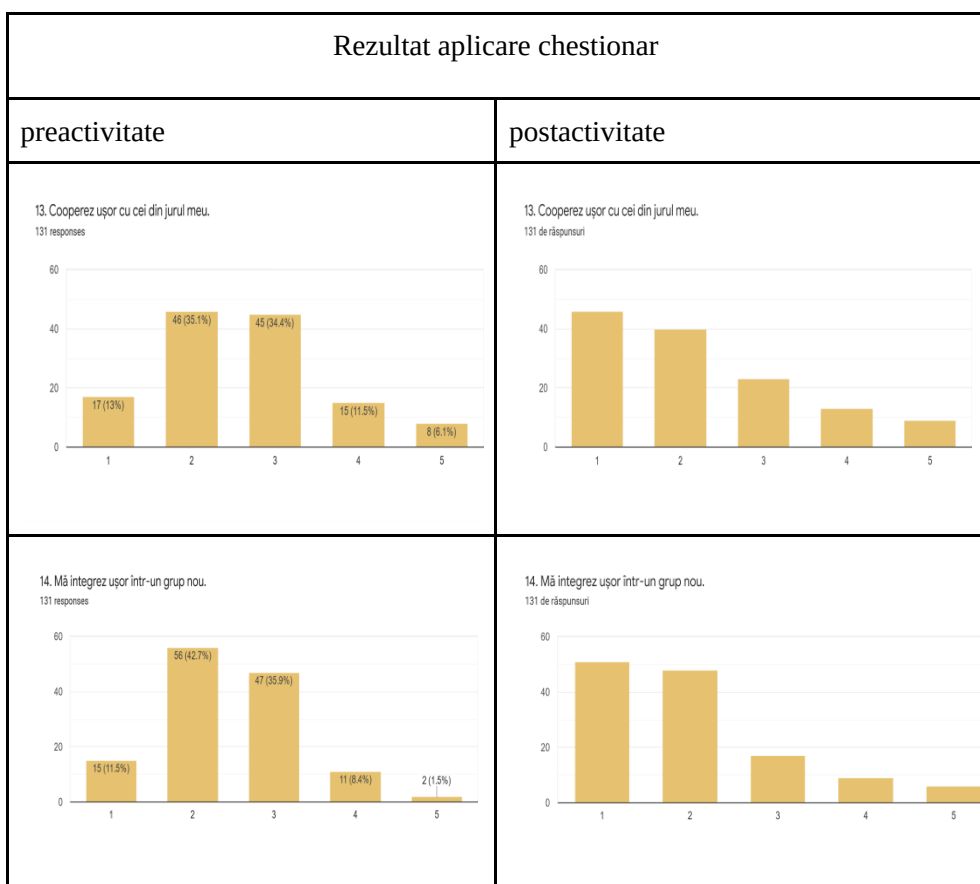
1. BARCA, I., *COVID-19 și școala online: impactul ecranelor digitale asupra vederii*, 2020, link acces: <https://www.reginamaria.ro/articole-medicale/covid-19-si-scoala-online-impactul-ecranelor-digitale-asupra-vederii>.
2. BATDI, V., ELALDI, Ș., *Effects of Drama Method on Social Communication Skills: A Comparative Analysis*, International Journal of Research in Education and Science, **6**, 3, 2020, p. 435–457.
3. BIROUL REGIONAL UNICEF PENTRU EUROPA ȘI ASIA CENTRALĂ, *Crearea unor sisteme de educație reziliente în contextul pandemiei de COVID-19: Considerente pentru factorii de decizie de la nivel național, local și de unitate școlară*, 2020.

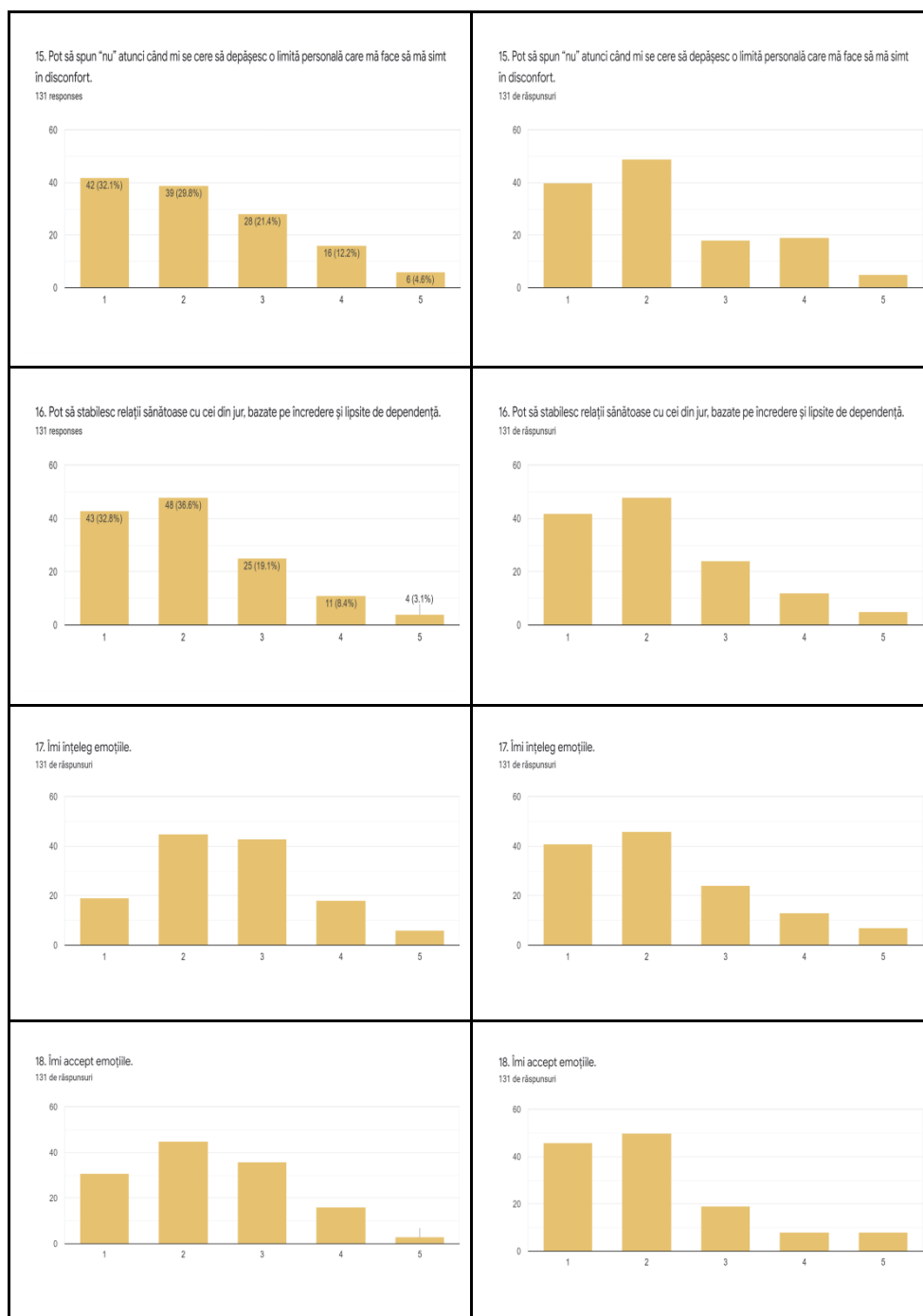
4. BEARE, D., BELLIVEAU, G., *Theatre for Positive Youth Development: a Development Model for Collaborative Play-creating*, <https://www.intellectbooks.com/asset/517/atr-8.4.pdf>.
5. CELUME, MACARENA-PAZ; BESANÇON, M., ZENASNI, F., *Fostering Children and Adolescents' Creative Thinking in Education. Theoretical Model of Drama Pedagogy Training*, *Frontiers in Psychology*, 2019, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02611>.
6. DICE CONSORTIUM, *Making a World of Difference. A DICE resource for practitioners on educational theatre and drama*, 2010.
7. EACEA P9 EURYDICE, *Educația artistică și culturală în școala europeană*, Bruxelles, 2009.
8. GOLEMAN, D., *Inteligența socială. Noua știință a relațiilor umane*, ediția a doua, București, Curtea Veche, 2018.
9. HAINSELIN, M., AUBRY, A., BOURDIN, BÉATRICE, *Improving Teenagers' Divergent Thinking with Improvisational Theater*, *Frontiers in Psychology*, 2018, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01759>.
10. HUGHES, JENNY, *Playing a part: the impact of youth theatre on young people's personal and social development*, *Research in Drama Education*, **9**, 1, 2004, p. 57–72, <https://doi.org/10.1080/1356978042000185911>.
11. JENNINGS, SUE, *Dramatherapy with Children and Adolescents*, Routledge, 1995.
12. JESTER, N., KANG, P., *COVID-19 pandemic: Is teenagers' health in crisis? An investigation into the effects of COVID-19 on self-reported mental and physical health of teenagers in secondary education*, *Public Health in Practice*, **2**, 2021, p. 1–15, <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2021.100099>.
13. KATO, D., *Improving Social Skills through Collaborative Artwork and Group Activity*, în MORESE, ROSALBA; PALERMO, SARA; NERVO, J. (coord.), *Socialization – A Multidimensional Perspective*, IntechOpen, Londra, 2018, 10.5772/intechopen.74789.
14. NESI, JACQUELINE; CHOUKAS-BRADLEY, SOPHIA; PRINSTEIN, M., *Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 2 – Application to Peer Group Processes and Future Directions for Research*, *Clinical child and family psychology review*, **21**, 3, 2018, p. 296–319, <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0262-9>.
15. PAPALIA, D.E., OLDS, S.W., FELDMAN, R.D., *Dezvoltarea umană*, București, Trei, 2010.
16. PISTOL, C., BERCEANU, A., PAPASTERI, C., SOFONEA, ALEXANDRA, BOLDAȘU, ROMINA; PICU, CĂTĂLINA; TITIENI, A., MURGU, H., PODINA, IOANA; CÎRNECI, D., NEDELCEA, C., BARBORICĂ, A., MÂNDRUȚĂ, IOANA; FROEMKE, R.C., CARCEA, IOANA; *Imitation Behavior in Stress Management and Prosocial Attitudes – Neural and Endocrine Mechanisms*; San Diego, Poster S4SN, 2018.
17. PRENDERGAST, M., SAXTON, J. (coord.), *Applied Drama. A Facilitator's Handbook for Working in Community*, Bristol/Chicago, Intellect, 2013.
18. PRENDERGAST, M.; SAXTON, J. (coord.), *Applied Theatre. International case studies and challenges for practice*, ediția 2, Bristol/Chicago, Intellect, 2016.
19. READING, SUZANNE; READING, J., PADGETT, R.J., READING, SAMANTHA; PRYOR, P., *The Use of Theatre to Develop Social and Communication Behaviors for Students with Autism Spectrum Disorders: A Preliminary Investigation*, *Journal of Speech Pathology & Therapy*, 2016, 10.4172/2472-5005.1000102.
20. RILEY, SHIRLEY, *Art therapy with adolescents*, *The Western Journal of Medicine*, **175**, 1, p. 54–57, <https://doi.org/10.1136/ewjm.175.1.54>.
21. STANISLAVSKI, K.S., *Munca actorului cu sine însuși*, București, Nemira, 2021.
22. SPOLIN, VIOLA, *Improvizație pentru teatru*, București, UNATC Press, 2008.
23. VAN DE WATER, M.; MCAVOY, M.; HUNT, K., *Drama and Education*, New York, Routledge, 2015.
24. VIOLA, T.W.; NUNES, M.L.; *Social and environmental effects of the COVID-19 pandemic on children*, *Jornal de Pediatria*, 2021, p. 1–9, <https://doi.org/10.1016/j.jped.2021.08.003>.
25. WINSHIP, F.L., *Educational Theatre: a definition*, *The Southern Journal*, **19**, 4, p. 317–323.
26. WOOSTER, R., *Contemporary Theatre in Education*, Bristol/Chicago, Intellect, 2007.

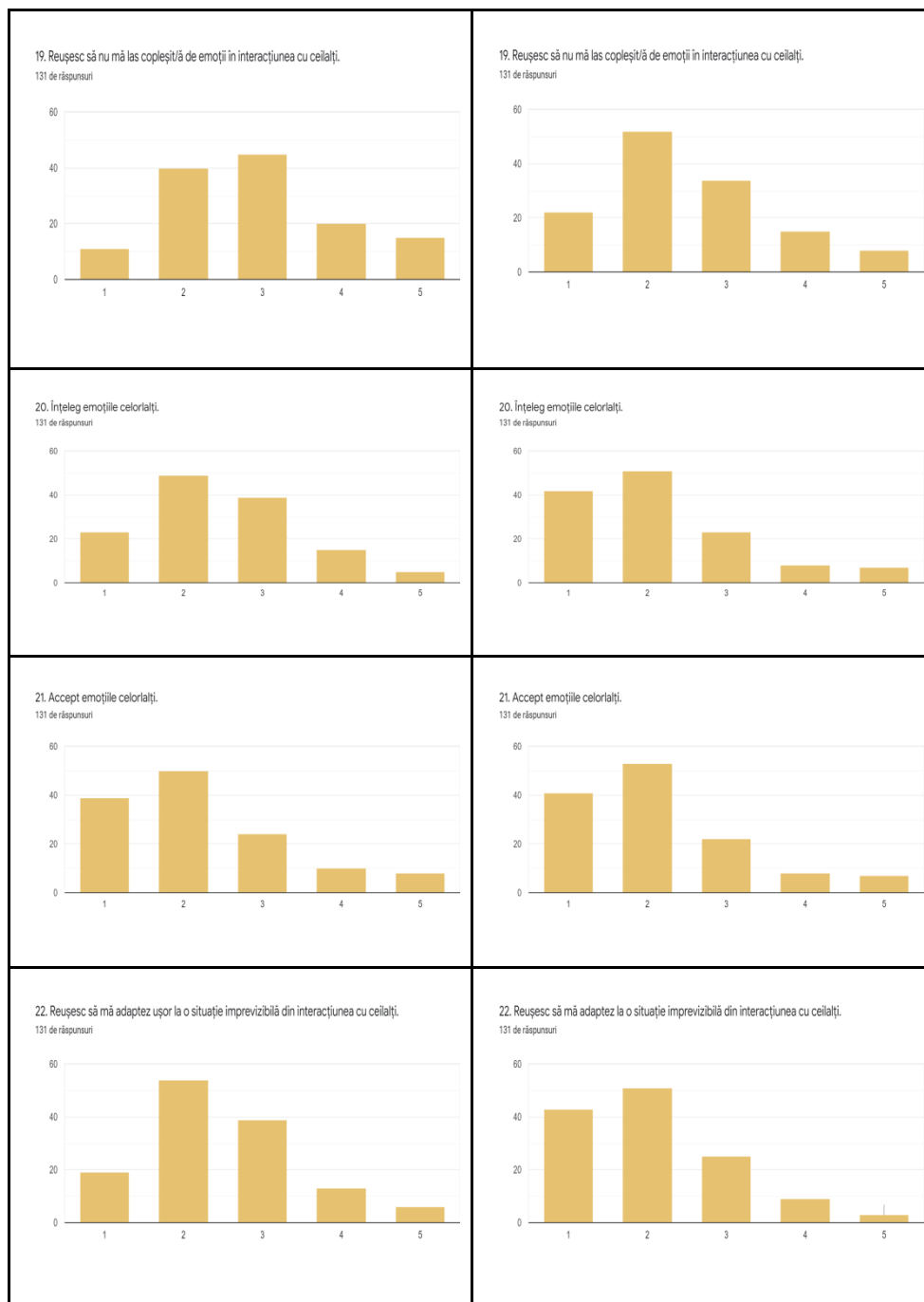
REZUMAT

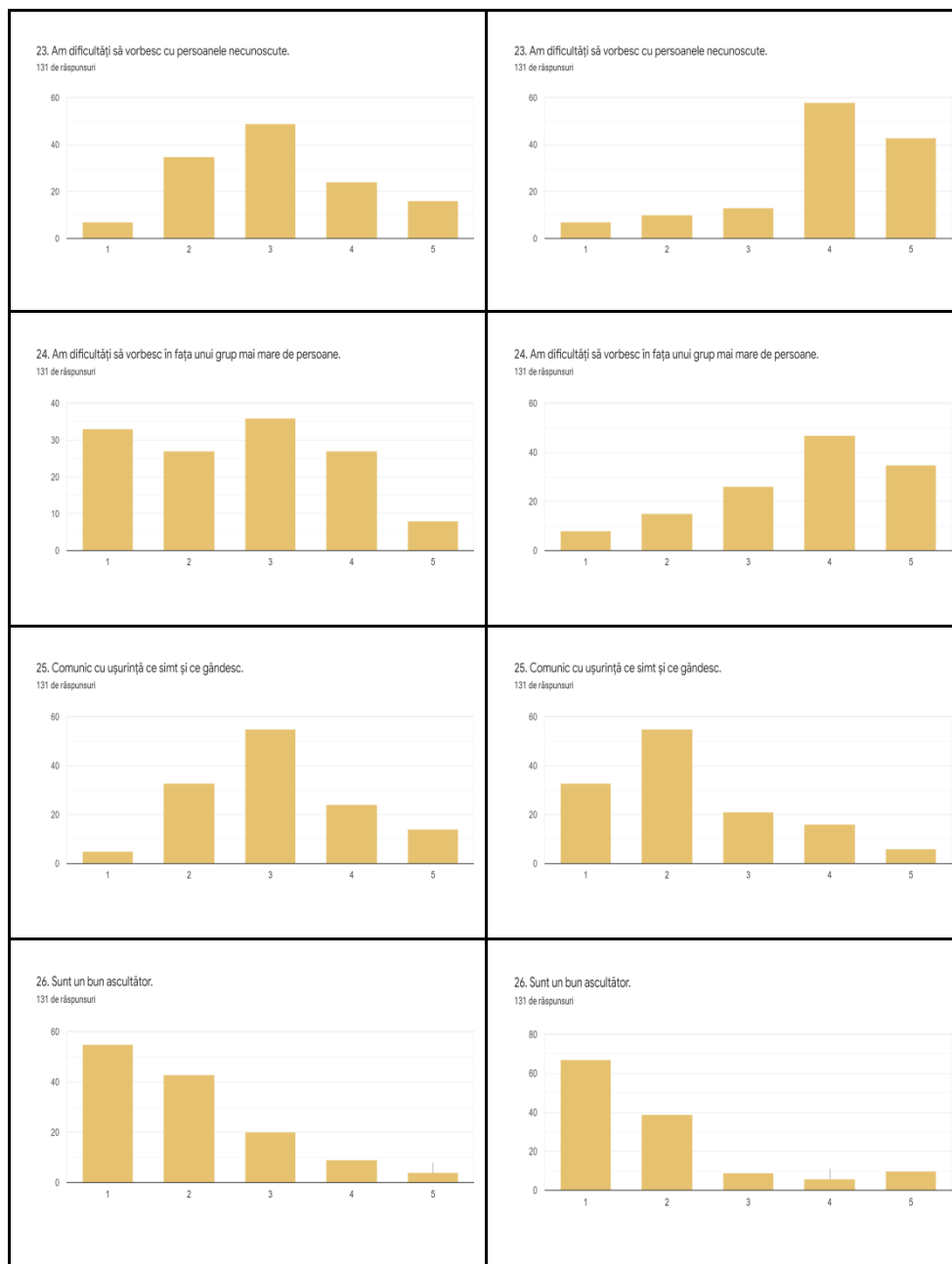
Cercetarea a vizat investigarea modului în care jocurile cu specific teatral pot îmbunătăți abilitățile socio-emoționale și de comunicare ale adolescenților, în contextul pandemic generat de virusul SARS-CoV-2. Metodologia cercetării a inclus o anchetă pe bază de chestionar administrat unui lot de 131 de adolescenți – o metodă cantitativă, aplicată la începutul și la sfârșitul unei suite de patru ateliere de jocuri teatrale. Aceste jocuri au dus la soluționarea unor nevoi pe care tinerii le-au exprimat prin răspunsurile la chestionare, cum ar fi dorința de a se integra ușor într-un grup sau de a exprima ceea ce simt și ceea ce gândesc. Rezultatele au arătat, pe de o parte, că antrenarea celor 131 de subiecți în activitățile propuse a determinat o creștere a nivelului de empatie, de înțelegere și acceptare a propriilor emoții, de cooperare și integrare, iar, pe de altă parte, a redus factorul de stres în ceea ce privește vorbitul în public, susținerea unui punct de vedere și a comunicării directe.

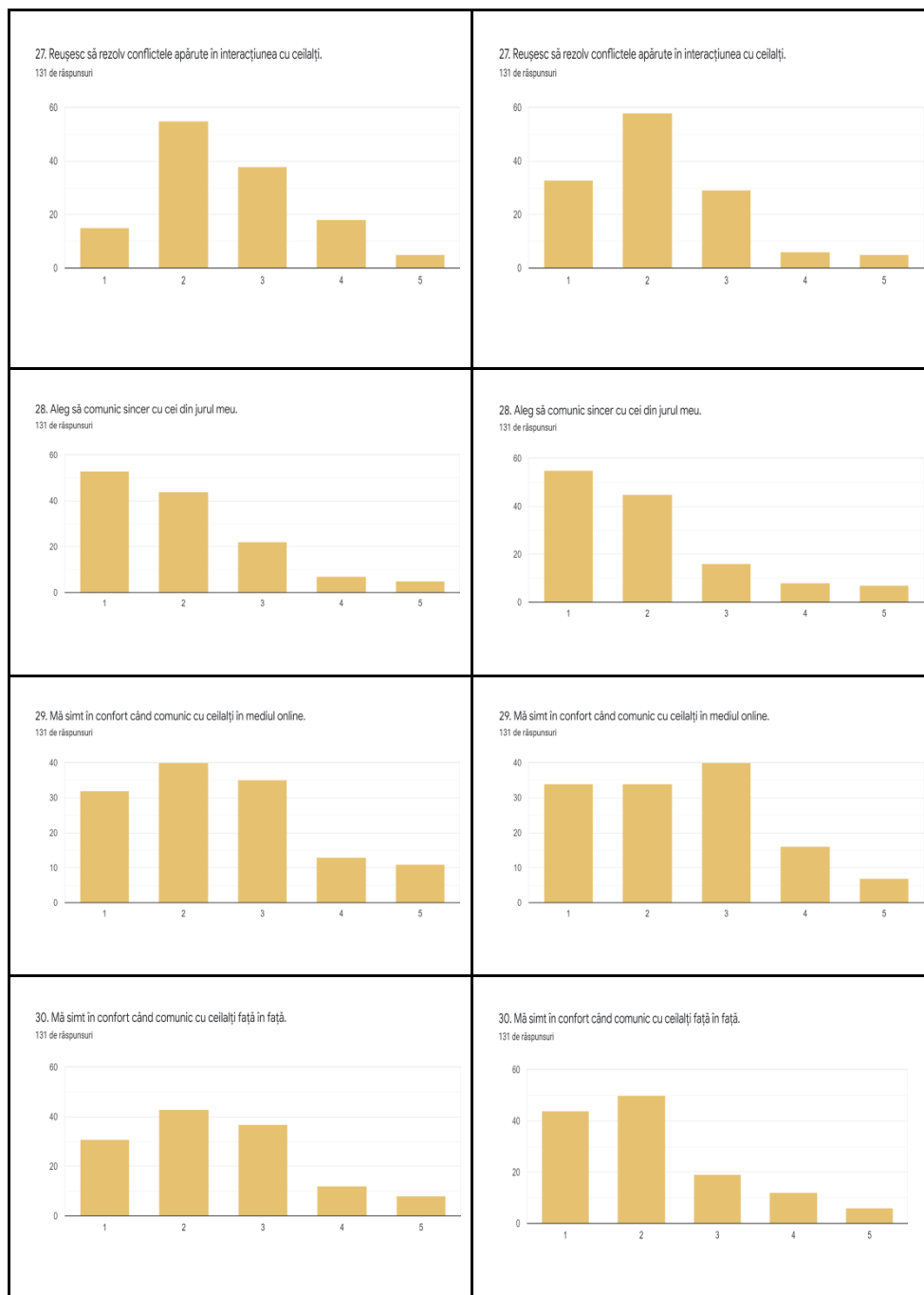
ANEXĂ







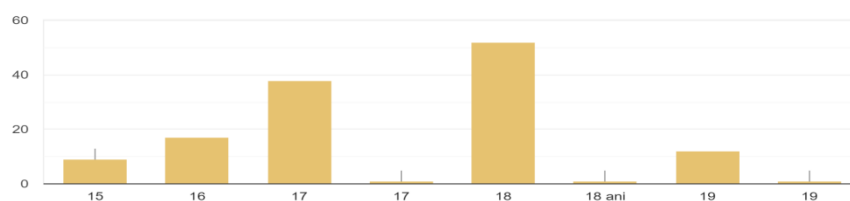




Date generale despre grup

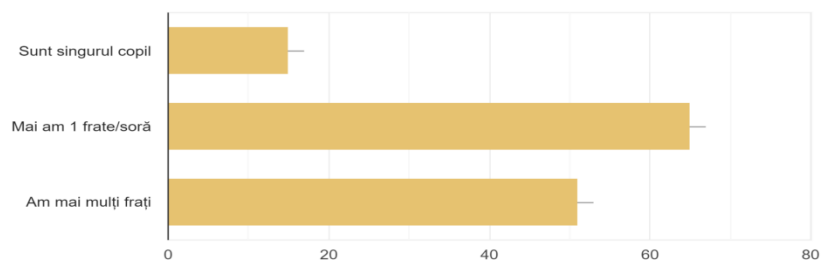
3. Câți ani ai?

131 de răspunsuri



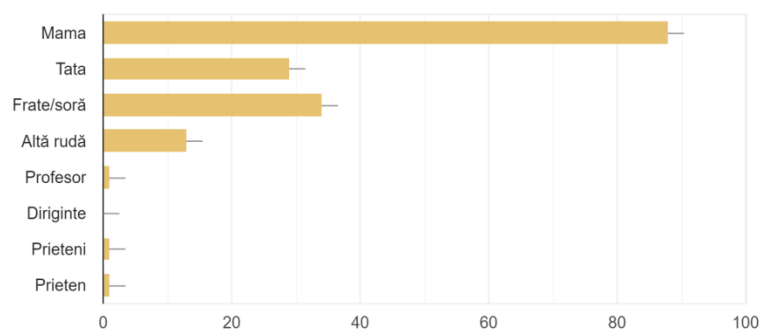
8. Câți copii sunt în familia ta?

131 de răspunsuri



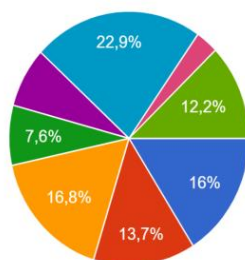
9. Cu ce adult comunică cel mai des?

131 de răspunsuri



10. În relația cu cei din jurul meu, îmi doresc:

131 de răspunsuri



- Să am mulți prieteni
- Să fiu plăcut de cei din jur
- Să reușesc să comunic ce îmi doresc
- Să fiu acceptat de cei din jur
- Să îmi fac prieteni ușor
- Să am relații de prietenie de lungă durată
- Să petrec cât mai mult timp singur
- Să am 1, 2 prieteni mai apropiați