



315837  
Nr. \_\_\_\_\_ / 27.10.2016

INSPECTORATUL ȘCOLAR  
AL JUDEȚULUI MARAMUREȘ

INTRARE  
IESIRE Nr. 5851

Anul 2016 Luna XI Ziua 04

## PROIECT EDUCAȚIONAL INTERJUDEȚEAN

# „BAROMETRUL EMOȚIILOR” PROGRAM DE SCREENING ȘI PREVENȚIE A TULBURĂRILOR EMOȚIONALE

**DOMENIUL ȘTIINȚIFIC**  
**PERIOADA DE DERULARE: AN ȘCOLAR 2016-2017**

Nr. Inspectoratul Școlar Județean Maramureș: .....

## PROIECT EDUCAȚIONAL INTERJUDEȚEAN

**Avizat,**  
**Inspector educativ ISJ Maramureș:**  
**prof. Amelia BĂNICĂ**



## INFORMAȚII DESPRE APLICANT

<b>APLICANT 1</b> Numele instituției/unității de învățământ aplicante:	<b>CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ MARAMUREȘ</b>
Adresa completă	ROMÂNIA, Maramureș - Baia Mare, str. 8 Martie, nr. 7, CP 430406
Nr. de telefon/fax	Tel.: 0040.262.211.228, Fax: 0040.262.211.227
Site și adresă poștă electronică	<a href="http://www.cjraemm.ro">http://www.cjraemm.ro</a> , <a href="mailto:cjraemm@yahoo.com">cjraemm@yahoo.com</a>
Coordonator/i ( <i>nume și prenume, funcție, date de contact</i> )	Delia-Mariana ARDELEAN Director CJRAE Maramureș
Numărul cadrelor didactice participante la proiect/ nr. total de cadre didactice din unitate	CJRAE MM -65 consilieri școlari
Numărul preșcolarilor/ elevilor din unitate participanți la proiect	1000 elevi

## COLABORATORI:

- CONSILIUL JUDEȚEAN MARAMUREȘ
- PRIMĂRIA MUNICIPIULUI BAIJA MARE
- INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN MARAMUREȘ
- FACULTATEA DE PSIHLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI - UNIVERSITATEA „BABEȘ BOLYAI” CLUJ NAPOCA
- ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- UNIVERSITATEA DE VEST ”VASILE GOLDIȘ” ARAD, FILIALA BAIJA MARE
- CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE
- INSTITUȚIILE ȘCOLARE DIN JUDEȚUL MARAMUREȘ

## COORDONATORI PROIECT:

- prof.dr. Delia-Mariana ARDELEAN, director,
- prof. Adela BONTOȘ, coordonator CJAP

## ECHIPA DE PROIECT:

- prof.dr. Delia-Mariana ARDELEAN, director,
- prof. Adela BONTOȘ, coordonator CJAP
- prof. Rita MOGA, consilier școlar CJAP
- prof. Antoaneta BOLCHIȘ, consilier școlar CJAP
- prof. Liana COVACIU, consilier școlar CJAP
- prof. Oana NECHITA, consilier școlar CJAP
- prof. Alina PRALEA, consilier școlar CJAP
- prof. Ioana LUPAN, consilier CJAP
- prof. Maria BERCI, consilier CJAP

## A. INFORMAȚII DESPRE PROIECT

### B.1. Titlul proiectului:

- „BAROMETRUL EMOȚIILOR”

B.2. Precizați tipul activității principale din cadrul proiectului

B.3. Domeniul în care se încadrează proiectul: ȘTIINȚIFIC

B4: Ediția nr. 1

B5: Număr participanți la proiect: aproximativ 1000 elevi / 40 Consilieri școlari

B6: Bugetul proiectului: NU NECESITĂ

## B. REZUMATUL PROIECTULUI (maxim 2500 caractere)

### Elementele proiectului:

- a. Participanți: elevi, cadre didactice din învățământul universitar și preuniversitar
- b. Beneficiari direcți și indirecti:

**Beneficiari direcți:** Inspectoratul Școlar Județean Maramureș, CJRAE MM, unități de învățământ preuniversitar, preșcolari, elevi, cadre didactice.

**Beneficiari indirecti:** Consiliul Județean Maramureș, Primăria Baia Mare, părinți, comunitatea locală.

- c. Activități propuse:

Nr. Crt.	Data desfășurării	Descrierea pe scurt
1.	Noiembrie 2016	Activitate informativă: Formarea echipei de implementare, intocmirea proiectului și implementarea acestuia.
2.	Decembrie 2016	<i>Lansarea proiectului:</i> „BAROMETRUL EMOȚIILOR” -PROGRAM DE SCREENING ȘI PREVENȚIE A TULBURĂRILOR EMOȚIONALE
3.	Ianuarie 2017	Desfășurarea screening-ului
4.	Februarie - martie 2017	Dezvoltarea abilităților emoționale
5.	Aprilie 2017	Concurs ”Barometrul Emoțiilor”
6.	Mai 2017	Simpozionul ”Barometrul Emoțiilor ”
7.	Iunie 2017	Evaluarea finală a proiectului

- d. în ordinea în care se vor desfășura: formarea echipei de implementare a proiectului, lansarea proiectului, desfășurarea proiectului, evaluarea rezultatelor obținute în urma programelor de prevenție desfășurate, evaluarea finală a proiectului.
- e. Parteneri (alții decât unitățile de învățământ participante):  
Prefectura Județului Maramureș

### C. PREZENTAREA PROIECTULUI

#### D.1. Argument justificare, context (analiză de nevoi)

Problemele cu care se confruntă tinerii în contextul socio-economic actual (plecarea părinților la muncă în străinătate, timpul redus petrecut cu familia, divorțul părinților, problemele financiare, lipsa unei perspective clare asupra viitorului profesional) constituie adevărați factori de stres pentru aceștia.

Realitatea ne demonstrează că persoanele care își cunosc și își stăpânesc bine propriile emoții și care abordează eficient emoțiile celorlalți sunt în avantaj în orice domeniu al vieții, fie că este vorba de relații sentimentale, fie de respectarea regulilor nescrise care determină reușita în diverse arii de activitate.

Riscurile pe care le implică slaba dezvoltare a competențele emoționale sunt numeroase (tulburări emoționale, tulburări de comportament, tulburări alimentare, performanțe școlare scăzute, risc crescut pentru consum de alcool, tutun, droguri, implicarea în relații sexuale riscante, suicid).

De aceea, considerăm că este util să ajutăm tinerii să-și dezvolte abilitățile necesare pentru a face față situațiilor stresante.

#### D.2. Scopul proiectului:

- Identificarea elevilor cu risc crescut pentru dezvoltarea unor tulburări emoționale și prevenirea/intervenția individuală sau de grup în urma nevoilor stabilite.
- Prevenirea comportamentului suicidar în rândul elevilor și dezvoltarea unor atitudini pozitive față de sine, ca persoană unică și valoroasă;

D.3. Obiectivele specifice ale proiectului:

- O1 - dezvoltarea abilităților de relaționare interpersonală și de management al situațiilor critice;
- O2 - modificarea cognițiilor iraționale;
- O3 - formarea unor atitudini pozitive față de sine, de alții și viață;
- O4 - identificarea elevilor vulnerabili care prezintă risc crescut de dezvoltare a tulburărilor emoționale.

D.4. Descrierea grupului țintă căruia i se adresează proiectul:

- elevi de la unitățile de învățământ din județul Maramureș,

D.5. Beneficiarii direcți și indirecti;

- elevi, părinți, cadre didactice din județul Maramureș, comunitatea locală;

D.6. Durata proiectului:

- Septembrie 2016 – iunie 2017

D.7. Descrierea activităților:

### ACTIVITATEA NR. 1

a) **Titlul activității:** Activitate informativă

b) **Data/perioada de desfășurare:** noiembrie 2016

c) **Locul desfășurării:** Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Maramureș

d) **Participanți:** coordonatorii de proiect

e) **Descrierea pe scurt a activității:**

- formarea echipei de implementare, intocmirea proiectului și implementarea acestuia
- constituirea unei baze de date cu profesorii participanți la proiect
  - identificarea grupului țintă al proiectului și a beneficiarilor (directi și indirecti)
  - selectarea temelor de interes general

f) **Parteneri:**

- ✚ UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ✚ ASOCIAȚIA ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- ✚ UNIVERSITATEA DE VEST "VASILE GOLDIȘ" ARAD, FILIALA BAI A MARE
- ✚ CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- ✚ INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ

g) **Responsabili:** echipa de proiect

h) **Modalități de monitorizare și evaluare:** articole în presa locală

### ACTIVITATEA NR. 2

a) **Titlul activității:** Lansarea proiectului – „BAROMETRUL EMOȚIILOR” - PROGRAM DE SCREENING ȘI PREVENȚIE A TULBURĂRILOR EMOȚIONALE

b) **Data/perioada de desfășurare:** decembrie 2016

c) **Locul desfășurării:** Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Maramureș

d) **Participanți:** coordonatorii de proiect

**e) Descrierea pe scurt a activității:**

- ✚ Prezentarea scopului, obiectivelor, a conținutului, a grupului țintă, a partenerilor și a modului de desfășurare a proiectului

✚ **Alocuțiuni**

- Domnul Gabriel ZETEA, Președintele Consiliului Județean Maramureș
- Doamna Ana MOLDOVAN, inspector școlar general, ISJ MM

- ✚ **Conferință: „BAROMETRUL EMOȚIILOR” - PROGRAM DE SCREENING ȘI PREVENȚIE A TULBURĂRILOR EMOȚIONALE**

✚ **Dezvoltarea scio-emoțională a copiilor și adolescenților prin programe EREC**

- Domnul Nicolae Adrian OPRE, prof. univ. dr. UBB Cluj-Napoca, decanul Facultății de Psihologie și Științe ale Educației din cadrul Universității Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca

**f) Parteneri:**

- ✚ UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ✚ ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA, FILIALA CLUJ
- ✚ CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- ✚ INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.

**g) Responsabili: echipa de proiect**

**h) Modalități de monitorizare și evaluare: articole în presa locală**

### ACTIVITATEA NR. 3

**a) Titlul activității:** Desfășurarea screening-ului

**b) Data/perioada de desfășurare:** ianuarie 2017

**c) Locul desfășurării:** cabinetele de asistență psihopedagogică din județele implicate

**d) Participanți:**

- elevi de gimnaziu de la unitățile de învățământ din județele;
- consilieri școlari din județele;

**e) Descrierea pe scurt a activității:**

- Aplicarea chestionarului de screening (Anexa 1)
- Interpretarea rezultatelor
- Prezentarea statistică a rezultatelor la nivel de școală

**f) Parteneri:**

- ✚ UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ✚ ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- ✚ CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- ✚ INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.

**g) Responsabili: echipa de proiect**

**h) Modalități de monitorizare și evaluare:** analiza și evaluarea rezultatelor chestionarului de screening.

## ACTIVITATEA NR. 4

- a) **Titlul activității:** Dezvoltarea abilităților emoționale  
b) **Data/perioada de desfășurare:** februarie-martie 2017  
c) **Locul desfășurării:** Unitățile de învățământ din județ  
d) **Participanți:** coordonatorii de proiect, elevi, părinți, cadre didactice  
e) **Descrierea pe scurt a activității:**

### 1. Urcușuri și coborâșuri

Aprofundarea modelului ABC – identificarea comportamentelor de risc din viața de adolescent, a credințelor iraționale și a emoțiilor disfuncționale ( inventarierea și ierarhizarea comportamentelor de risc, exerciții de autoreflexie).

### 2. Polul emoțiilor

Dezvoltarea capacității de identificare și disputare a credințelor iraționale prin intermediul unor activități precum: "Axa emoțiilor pozitive/negative", "Dreptunghiul cognițiilor".

### 3. Studiu de caz

Identificarea gândurilor negative și a unor evenimente activatoare pornind de la analiza unor studii de caz și realizarea unor jocuri de rol corespunzătoare studiilor de caz analizate.

### 4. Emoțiile mele

Discutarea și identificarea varietății metodelor de adaptare în cazul apariției emoțiilor negative. (discuții referitoare la emoțiile dureroase, identificarea semnelor depresiei)

Aceste activități se vor regăsi detaliate în mapele consilierilor școlari care se vor înscrie pentru a derula în școli proiectul propus.

### f) Parteneri:

- 📍 UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- 📍 ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- 📍 CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- 📍 INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.

### g) Responsabili: echipa de proiect

### h) Modalități de monitorizare și evaluare: produsele finale ale activităților.

## ACTIVITATEA NR. 5

- a) **Titlul activității:** Concurs interjudețean "Barometrul emoțiilor"  
b) **Data/ perioada de desfășurare:** Aprilie 2017  
c) **Locul desfășurării:** CJRAEMM  
d) **Participanți:** elevii din clasele V-VIII din instituțiile de învățământ din județul MM  
e) **Descrierea pe scurt a activității:**

Pornind de la informațiile asimilate în urma desfășurării celor patru activități tematice, elevii vor realiza produse cu care vor participa la cele patru secțiuni ale concursului "BAROMETRUL EMOȚIILOR"

- Secțiunea I - Creație Literară: realizare de eseuri literare, poezii, pe tema emoțiilor;

- Secțiunea II - Creație Artistică: realizare de postere, desene, pliante cu mesaje pe tema emoțiilor;

- Secțiunea III - Teatru: interpretare de scenete/ joc de rol, pe tematica emoțiilor.

Lucrările realizate de către elevi la primele două secțiuni se vor trimite la sediul CJRAEMM, iar scenetele, se vor înregistra și trimite pe adresa de e-mail [antoaneta.bolchis@gmail.com](mailto:antoaneta.bolchis@gmail.com), urmând ca după ce vor fi evaluate și notate, să fie premiați elevii câștigători.

Data până la care se vor trimite materialele este 28.04.2017.

Regulamentul îl veți găsi în mapa consilierului școlar.

Elevii câștigători vor veni însoțiți de consilierul școlar și/sau persoana care i-a îndrumat în realizarea materialelor/scenetelor la sediul CJRAEMM, pentru a fi premiați.

**f) Parteneri:**

- ✚ UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ✚ ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- ✚ CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- ✚ INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.

**g) Responsabili:** echipa de proiect

**h) Modalități de monitorizare și evaluare:** articole în presa locală

## ACTIVITATEA NR. 6

**a) Titlul activității:** Simpozionul interjudețean "Barometrul Emoțiilor"

**b) Data/perioada de desfășurare:** mai 2017

**c) Locul desfășurării:** Unitățile de învățământ din județul MM

**d) Participanți:** consilieri școlari

**e) Descrierea pe scurt a activității:**

Simpozionul se va derula în urma desfășurării programului de screening al emoțiilor, consilierii școlari având posibilitatea de a participa cu lucrări tematice.

**f) Parteneri:**

- ✚ UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ✚ ASOCIAȚIA ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- ✚ CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- ✚ INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.

**g) Responsabili:** echipa de proiect

**h) Modalități de monitorizare și evaluare:** lucrări științifice susținute/trimise în cadrul simpozionului.

## ACTIVITATEA NR. 7

**a) Titlul activității:** Evaluarea rezultatelor obținute în urma programelor de prevenție desfășurate

**b) Data/perioada de desfășurare:** iunie 2017

**c) Locul desfășurării:** Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Maramureș

**d) Participanți:** coordonatorii de proiect, echipa de proiect

**e) Descrierea pe scurt a activității:**

- reaplicarea chestionarului de screening după derularea programului de prevenție (Anexa 1)
- interpretarea rezultatelor
- prezentarea statistică a rezultatelor la nivel de școală

**f) Parteneri:**

- ✚ UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ✚ ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- ✚ CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- ✚ INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.

**g) Responsabili: echipa de proiect**

**h) Modalități de monitorizare și evaluare: articole în presa locală**

**D.8. Diagrama Gantt a activităților**

Nr. crt.	Obiectiv specific	Activitate	Luna noiembrie 2016	Luna decembrie 2016	Luna ianuarie 2016	Luna februarie – martie 2017	Luna aprilie	Luna mai	Luna iunie	Responsabili
1.	-formarea echipei de implementare, intocmirea proiectului și implementarea acestuia - identificarea grupului țintă al proiectului și a beneficiarilor (directi și indirecti); - selectarea temelor de interes general;	Activitate informativă								Echipa de proiect
2.	-prezentarea scopului, obiectivelor, a conținutului, a grupului țintă, a partenerilor și a modului de desfășurare a proiectului	Lansarea proiectului								Echipa de proiect
3.	- aplicarea chestionarului de screening (Anexa 1) - interpretarea rezultatelor -prezentarea statistică a rezultatelor la nivel de școală	Desfășurarea screening-ului								Echipa de proiect
4.	-organizarea activităților specifice	Dezvoltarea abilităților								Echipa de proiect

		emoționale							
5.	Desfășurarea concursului interjudețean	Concurs interjudețean "Barometrul emoțiilor"							Echipa de proiect
6.	Desfășurarea simpozionului interjudețean	"Barometrul emoțiilor"							Echipa de proiect
7.	-întocmirea raportului asupra derulării proiectului; -întocmirea portofoliului de evaluare a proiectului; -prezentarea rezultatelor obținute de către unitățile de învățământ din județ;	Evaluarea finală a proiectului							Echipa de proiect

D.9. – Rezultate calitative și cantitative așteptate ca urmare a implementării proiectului:

- Creșterea calității învățământului prin abordarea unor teme noi, având cu predilecție dezvoltarea socio-emoțională a elevului
- Participarea unui număr de aproximativ 1000 elevi din județele participante la desfășurarea activităților;
- Implicarea a cât mai multor cadre didactice, consilieri școlari din unitățile de învățământ din județele partenere prin participarea la una din activitățile propuse prin proiect;

D.10. Modalități de monitorizare și de evaluare ale proiectului:

- elaborarea unui raport final al proiectului;
- articole în presa locală;
- numărul de participanți la activitățile proiectului;
- chestionare de satisfacție.

D.11. Modalități de asigurare a continuității /sustenabilității proiectului

- posibilitatea continuării proiectului și în anul școlar 2017- 2018;
- încheierea de acorduri partenoriale și cu alte unități de învățământ interesate din județ și nu numai, dar și cu organizații nonguvernamentale;
- experiențele dobândite vor fi valorificate în contextul altor proiecte inițiate.

D.12. Activități de promovare/mediatizare și de diseminare pe care intenționați să le realizați în timpul implementării proiectului

- Proiectul va fi prezentat/ promovat prin intermediul site-ului ISJ MM; CJRAEMM

D.13. Parteneri implicați în proiect descrierea parteneriatului

- UBB CLUJ NAPOCA- FACULTATEA DE PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
- ASOCIAȚIA DE ȘTIINȚE COGNITIVE DIN ROMÂNIA
- CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ SATU MARE/  
CENTRUL JUDEȚEAN DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ SATU MARE
- INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT DIN JUDEȚ.