



FREEDOM HOUSE ROMANIA

DEMOCRACY TOOLKIT

ÎNVAȚĂ, GÂNDEȘTE, PARTICIPĂ



Acest ghid a fost realizat de Freedom House România, în parteneriat cu Centrul pentru Democrație și Drepturile Omului din Muntenegru și Transparency International Moldova.

București, Noiembrie 2025

Materialul de curs a fost elaborat în cadrul proiectului „E-mpact: Ensemble pour une Mobilisation Participative et Active Contre la Désinformation.” Acest proiect este finanțat parțial printr-un grant oferit de Organizația Internațională a Francofoniei (OIF). Opiniile, constatările și concluziile exprimate în această lucrare aparțin autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat poziția Organizației Internaționale a Francofoniei.

Mulțumiri autorilor

Nicolae Țibrigan - Este doctor în Sociologie și cercetător al Institutului de Științe Politice și Relații Internaționale „Ion I. C. Brătianu” al Academiei Române. Din 2018 devine expert asociat al LID Moldova coordonând o serie de proiecte de demascare a dezinformării digitale din spațiul informațional de limbă română.

Diana Moraru - licențiată în jurnalism și științe ale comunicării la Facultatea de Drept și Științe Social-Politice, Universitatea „Valahia” din Târgoviște, absolventă al masterului „Politică europeană și românească” din cadrul Facultății de Științe Politice a Universității din București. Deține o vastă experiență în activitatea de voluntariat prin implicarea în cadrul unei serii de proiecte și programe de formare atât în România, cât și R. Moldova. Este pasionată de fotojurnalism și comunicare social-media.

Partea I: Cum să predai educație nonformală pentru adolescenți

Capitolul 1: De ce alegem educația nonformală pentru adolescenți?

1.1 Introducere

În procesul de predare, fie că vorbim despre educația formală sau nonformală, studierea psihologiei adolescentului este necesară pentru a crea noi punți de comunicare eficientă. Implicarea altor adolescenți în calitate de educatori (ToT) reprezintă o soluție pozitivă în procesul de educare-informare. Un formator, adolescent, va fi văzut de semenii lui ca un nou lider de echipă care nu face presiune asupra celorlalți. Însă, indiferent de vârsta formatorului trebuie să ținem cont de aspectele psihologice ale unui adolescent: tipuri de temperamente și caractere, nevoile acestuia, dezvoltarea cognitiv, afectivitatea, dezvoltarea fizică, etc.

Educația nonformală oferă spațiul ideal pentru dezvoltarea gândirii critice, a abilităților socio-emoționale și a independenței cognitive. Adolescenții reacționează mult mai bine la metode active, participative, bazate pe dialog, explorare și experiență directă decât la lecțiile frontale tradiționale. În același timp, lucrul cu această categorie de vârstă poate fi dificil pentru adulți, deoarece adolescenții se află într-o etapă de transformări accelerate – fizice, emoționale și cognitive – care le influențează profund comportamentele, motivațiile și dinamica în grup.

Pentru a lucra eficient cu ei, formatorul are nevoie de flexibilitate, empatie și o abordare orientată spre nevoile reale ale tinerilor, nu spre așteptările adultului despre cum „ar trebui” să se comporte un adolescent. Scopul acestui capitol este să ofere formatorilor o înțelegere clară a specificului adolescenței și un set de instrumente concrete pentru predarea eficientă în contexte nonformale.

Capitolul 2: Particularitățile adolescenței: ce trebuie să știe un formator

2.1 Transformările fizice și impactul lor asupra comportamentului

Adolescența este o etapă esențială a dezvoltării umane, marcată de transformări profunde la nivel fizic, psihic și social, care modelează identitatea și comportamentele individului. Conform lui Crețu (2011), această perioadă include trei substadii – preadolescența (10–14 ani), adolescența propriu-zisă (14–19 ani) și post-adolescența (20–25 ani) – însă ritmul accelerat de maturizare al tinerilor de astăzi face ca ultimele faze ale preadolescenței să fie recunoscute ca parte integrantă a adolescenței propriu-zise, care debutează adesea încă de la 13 ani și se prelungește până la 18 ani. În lucrarea „Psihologia vârstelor”, Crețu Tinca evidențiază trei dimensiuni principale aflate în transformare simultană: fizică, afectivă și cognitivă, toate determinante în modul în care adolescentul se raportează la sine și la mediul social.

- Transformarea fizică este determinată de explozia hormonală începută în preadolescență și se manifestă prin schimbări vizibile ale corpului, ale vocii și ale proporțiilor corporale. Aceste modificări amplifică atenția adolescentului asupra propriei imagini, ceea ce îl face să petreacă mult timp în fața oglinzii și să fie preocupat excesiv de aspectul fizic. Băieții se pot orienta către activități sportive intense, iar fetele către diete uneori extreme, alimentate de idealuri estetice nerealiste. Orice imperfecțiune percepută, mai ales în comparație cu standardele din social media sau din mediul școlar, poate genera frustrări, anxietate sau episoade depresive. Această sensibilitate la critică este direct legată de fragilitatea Eu-lui fizic, aflat în plină formare.
- Transformarea afectivă introduce un flux emoțional intens și schimbător, care conferă adolescentului un caracter instabil și uneori obsesiv în trăiri. Fie că este vorba despre emoții trecătoare, sentimente mai durabile sau pasiuni puternice, adolescentul caută permanent înțelegere și acceptare din partea grupului. Nevoia de validare emoțională este centrală în această etapă, deoarece îl ajută să își regleze reacțiile și să își formeze treptat stima de sine. Atunci când se confruntă cu obstacole sau respingere, tânărul poate interioriza emoțiile negative, ceea ce duce la retragere, autoizolare și dificultăți în formarea unei imagini pozitive despre sine. Prezența unor relații de încredere și a unei comunicări pozitive este, în acest sens, esențială.

- Transformarea cognitivă, descrisă de Piaget, marchează trecerea de la operații concrete la gândirea formală, ceea ce le permite adolescenților să folosească raționamente ipotetico-deductive, să manipuleze concepte abstracte și să gândească logic dincolo de situațiile imediate. Capacitatea lor de memorare și învățare este foarte ridicată, însă depinde de posibilitatea de a stabili corelații, de a lucra cu exemple și de a participa activ la procesul educațional. Adolescenții se motivează atât prin recompense externe, cât și prin implicare emoțională. Totuși, atunci când ideile lor nu sunt acceptate în grup, apar blocaje de comunicare și retragere, ceea ce poate afecta încrederea în sine. Dorința de validare este prezentă și aici, influențând modul în care adolescentul participă, învață și se afirmă în fața celorlalți.

Capitolul 3: Nevoile fundamentale ale adolescentului

În ceea ce privește nevoile umane specificate în piramida lui Maslow, un adolescent va pune accent pe acele valori care definesc transformarea sa către maturitate. Un adolescent mai întâi își construiește propriul sistem de valori; pledează pentru a întemeia relații de prietenie profunde apoi își formează personalitatea.

- Nevoia de identificare a Eu-lui personal ocupă un loc central în perioada adolescenței, când tinerii seamănă cu un vas de lut aflat în plină modelare. Ei manifestă o dorință constantă de afirmare și independență, chiar dacă, paradoxal, continuă să aibă nevoie de sprijinul moral al adulților. În raport cu părinții sau profesorii, adolescenții pot respinge orice formă de implicare directă, dar în profunzime își doresc să fie auziți, încurajați și susținuți atunci când întâmpină dificultăți. Întrebările „Cine sunt?”, „Ce pot?” și „Cine voi deveni?” îi însoțesc permanent, determinându-i să caute modele pe care uneori le idolatrizează. Totuși, această idolatrizare este fragilă: un gest sau un cuvânt nepotrivit poate transforma rapid admirația în dezamăgire. La adolescenții perfecționiști, nevoia de a corespunde unor standarde ridicate poate produce presiuni psihice și fizice, amplificând anxietatea și vulnerabilitatea. În plus, atenția exagerată asupra propriei imagini – descrisă de Flett și Hewitt ca nevoia de a fi sau de a părea perfect – devine un factor de stres constant. Merită notat și faptul că adolescenții nu agreează contactul fizic din partea persoanelor care nu fac parte din cercul lor apropiat, fiind foarte sensibili la spațiul lor personal.

- **Nevoia de apartenență la grup, legată de Eu-l social, este la fel de puternică. Adolescenții caută prietenii profunde și relații construite pe principiul asemănării, în care să se simtă acceptați, apreciați și validați. Pentru ei, incluziunea socială nu este doar un avantaj, ci o condiție fundamentală pentru sentimentul de siguranță, pentru încrederea în sine și pentru felul în care își imaginează viața adultă. Atunci când grupul îi respinge sau îi ignoră, tinerii pot ajunge rapid la izolare, confuzie sau chiar stări depresive. Apartenența poate fi însă o sabie cu două tăișuri: atunci când grupul promovează comportamente deviate sau riscante, adolescentul, din dorința de a fi acceptat, poate adopta la rândul său astfel de comportamente, cu consecințe serioase.**
- **Nevoia de afectivitate reprezintă, de asemenea, un pilon major al vieții emoționale adolescente. Intensitatea cu care trăiesc emoțiile – fie cele apărute odată cu formarea unor noi prietenii, fie cele legate de planurile lor de viitor – îi face vulnerabili, dar și profund atașați de persoanele în care au încredere. Adolescenții tind să se lege emoțional foarte puternic de cineva și simt nevoia de a se confesa unui prieten perceput ca fiind autentic și loial. Tocmai de aceea suferă intens atunci când sunt dezamăgiți. Toate aceste aspecte evidențiază nevoia lor de ghidaj din partea adulților: chiar dacă nu o cer explicit, tinerii au nevoie de direcție, de limite blânde și de validare emoțională. Aceasta din urmă implică, înainte de toate, recunoașterea dreptului lor de a simți – inclusiv de a fi triști fără un motiv aparent – fără a fi ridiculizați sau minimalizați. În prezența unui adult disponibil, empatic și consecvent, adolescentul învață treptat să își înțeleagă emoțiile și să le gestioneze într-un mod sănătos.**

Capitolul 4: Tipuri de temperament și modul în care influențează procesul de învățare

Personalitatea, în sensul tradiției hipocratice, este rezultatul combinației dintre diferitele tipuri de temperament, fiecare contribuind la modul particular în care individul reacționează și se adaptează situațiilor. Pavlov, în cercetările sale privind sistemul nervos, a identificat legături clare între temperament și caracteristici precum puterea, rezistența, mobilitatea și echilibrul reacțiilor, ceea ce explică diversitatea comportamentelor întâlnite la adolescenți. De aceea, un adolescent coleric poate manifesta uneori trăsături melancolice, iar un sangvinic poate deveni imprevizibil în anumite contexte, personalitatea fiind un ansamblu dinamic, nu o etichetă rigidă.

- **Temperamentul coleric, asociat unui tip puternic, neechilibrat și uneori excesiv de exaltat, se manifestă prin reacții explozive și printr-o dificultate de autocontrol în fața provocărilor. Adolescenții colerici sunt greu de gestionat de către profesori, dar au o abilitate naturală de a interacționa cu cei din jur, fiind percepuți adesea ca lideri carismatici. Glumele, replicile spontane și atitudinea expansivă îi ajută să atragă atenția colegilor, însă se plictisesc rapid și abandonează cu ușurință sarcinile care necesită perseverență. Pentru ei, activitățile care implică mișcare, roluri dinamice sau sarcini practice sunt esențiale pentru menținerea unei atmosfere constructive. Dacă nu înțeleg subiectul, tind să se retragă, iar dacă îl stăpânesc superficial, preferă să facă glume sau să se angajeze în conversații paralele. În activitățile de echipă, implicarea lor este limitată și centrată mai degrabă pe partea socială decât pe realizarea propriu-zisă a sarcinii.**
- **Temperamentul sangvinic, caracterizat printr-un tip puternic, echilibrat și mobil, aparține unui adolescent adaptabil, vesel, creativ și comunicativ. Sangvinicul se implică cu entuziasm în discuții și propune soluții variate, fiind foarte eficient în situații care necesită interacțiune socială și spontaneitate. Cu toate acestea, are dificultăți în a-și menține concentrarea pe termen lung, motiv pentru care finalizarea unui proiect presupune un efort suplimentar. Pentru a-și menține motivația, are nevoie să fie în centrul atenției, iar adresarea întrebărilor, provocărilor și invitațiilor la brainstorming îl stimulează. În activitățile de grup, se remarcă prin idei și sugestii, dar evită sarcinile tehnice, precum redactarea unui text sau realizarea unui plan, deoarece acestea cer disciplină și structură.**
- **Temperamentul flegmatic, definit de Pavlov ca un tip puternic, echilibrat și imobil, descrie adolescentul pedant, calm, perseverent și orientat către activități de lungă durată. Acestuia îi este necesar un timp mai îndelungat pentru mobilizare, dar odată angajat într-o sarcină, o va duce la bun sfârșit chiar și atunci când este complexă sau repetitivă. Rutina nu îl plictisește, ci îi oferă siguranță, iar așteptările sale sunt ridicate atât față de sine, cât și față de ceilalți. Este o fire discretă, răspunzând doar atunci când este întrebat, și preferă lucrul individual. În activitățile de echipă, își asumă cu responsabilitate sarcini precum notarea ideilor, realizarea schițelor sau organizarea materialului vizual, fiind foarte atent la detalii.**

- **Temperamentul melancolic, specific unui tip slab, relevă o persoană sensibilă, retrasă și adesea copleșită de stimuli externi. Adolescenții melancolici pot manifesta agresivitate defensivă atunci când sunt perturbați din spațiul lor interior, dar în esență sunt emotivi, vulnerabili și au dificultăți de concentrare. Preferă activitățile solitare și ezită să se exprime în public, întâmpinând dificultăți în găsirea cuvintelor potrivite. Pentru a se implica, au nevoie de sprijinul unei persoane în care au încredere, de un mediu calm și de sarcini care nu presupun expunere sau presiune socială.**

Înțelegerea acestor diferențe temperamentale este esențială pentru orice formator care lucrează cu adolescenți. Adaptarea sarcinilor, tonului și modalităților de lucru în funcție de tipul de temperament nu doar îmbunătățește participarea, ci contribuie la construirea unui mediu educațional în care fiecare tânăr se poate exprima în ritmul și stilul propriu.

Capitolul 5: Dezvoltarea cognitivă la adolescenți

Dezvoltarea cognitivă, după Piaget, a preadolescenților de maxim 12 ani, are nevoie de explicații clare și concise. În această perioadă, stadiul operațiilor concrete, creierul asimilează și percepe informațiile doar în limita explicațiilor generale sau științifice fără abstracții. Însă, în perioada adolescenței, creierul a trecut de la etapa în care înțelege lucrurile în mod concret (formule, definiții) și poate raționa ipotetico-deductiv, adică acesta poate gândi abstract. De aceea, adolescenții sunt preocupați de întrebări existențiale. În stadiul operațiilor formale, acesta demonstrează că dispune de o gândire critică, prin selectarea corespunzătoare a cunoștințelor dobândite, formulând ipoteze cu trimitere atât la noțiuni concrete cât și abstracte pentru a răspunde anumitor cerințe. Adolescenții pot asimila un volum maxim de informații datorită caracterului activ al memoriei. Se recomandă, mai întâi, transmiterea informației în format schematic, mind mapping, scheme conceptuale, cu noțiuni concise, clare ca mai apoi să tema să fie abordată la nivel abstract.

Capitolul 6: Recomandări și tehnici pentru o mai bună comunicare cu adolescenții

6.1 Recomandări

- **Asigurați un climat pozitiv de comunicare. Nu uitați de zâmbet. Evitați comportamentul de superioritate și ironiile.**
- **Insuflați entuziasm și optimism. Încurajați elevii în mod constant;**
- **Respectați dreptul la opinie. Ascultați punctele de vedere până la capăt, fără a întrerupe interlocutorul. Evitați comunicarea negativă, de ex, „nu este așa!”, „nu ai dreptate!”, „ai divagat de la subiect”, etc;**
- **Fiți dispuși să ajutați prin explicații când un adolescent nu înțelege din tema prezentată. Dați dovadă de empatie, bunătate și răbdare;**
- **Atunci când comiteți o eroare, recunoașteți, scuzați-vă! Dacă nu știți răspunsul la o întrebare, nu născociți! Unii elevi s-ar putea să cunoască răspunsul și să vă verifice. Fiți corect și spuneți că nu cunoașteți informația, vă veți documenta. Mulțumiți pentru observațiile pertinente;**
- **Nu faceți promisiuni pe care nu intenționați să le respectați!;**
- **Atunci când oferiți întrebări, nu alegeți de sine stătător cine să vă răspundă. S-ar putea să alegeți un adolescent cu un temperament melacolic, introvertit care cu greu se poate exprima în public. Îi întrebați pe acei care se oferă sau apălați la ajutorul profesorului de clasă. De asemenea, în crearea echipelor fie apălați la elevi să se grupeze sau la profesorul de clasă;**
- **Aspectul fizic și prezența vestimentară a formatorului. Pledați pentru un aspect curat și îngrijit. Fiți atenți la detaliile mici, dantură sau manichiură. Adolescenții sunt foarte sensibili la tot ce văd în fața lor. O îmbrăcăminte mulată, nepotrivită poate provoca chicoteli și zâmbete mai ales în rândurile din spate. Alegeți o vestimentație simplă și comodă. Dacă sunteți adepții unui stil vestimentar inedit, de exemplu, din perioada interbelică, asumați-vă că veți fi discutat, în șoaptă, de către adolescenți;**
- **Nu ridicați tonul vocii și exprimați-vă corect în limba română;**
- **Prezentați informația într-o manieră ușoară, interactivă.**

6.2 Tehnici de predare

Procesul de instruire este esențial atât pentru adolescenți, cât și pentru formator, care trebuie să fie bine pregătit în cele mai mici detalii atunci când se prezintă în fața elevilor. Este important ca acesta să stăpânească materia și să aibă încredere în propriile forțe, deoarece adolescenții simt imediat nesiguranța, iar în astfel de momente clasa își pierde interesul și caută modalități de a-și ocupa timpul cu altceva. Din acest motiv, formatorul are nevoie de o planificare clară a lecției, de un scenariu bine structurat și de o organizare atentă a informațiilor, folosind strategii interactive care să faciliteze înțelegerea materialului.

Pentru o pregătire eficientă, este util ca formatorul să se pună în postura elevilor și să își adreseze câteva întrebări-cheie, care îl pot ghida în conceperea unei lecții nonformale:

- Ce i-ar motiva pe elevi să mă asculte?
- Care dintre informațiile pe care vreau să le prezint sunt utile și interesante pentru ei?
- Dacă aș fi un elev, cum aș prefera să mi se prezinte acest subiect?
- Ce aș răspunde dacă elevii m-ar întreba: „La ce ne folosește să știm asta?”
- Care este metoda potrivită de predare: lucru în echipă sau prezentare video?
- Ce fac dacă observ că se plictisesc?
- Ce plan de rezervă am dacă activitatea nu decurge conform așteptărilor?
- Cum verific dacă au înțeles și reținut ceea ce am predat?

Prin anticiparea acestor întrebări și construirea unei lecții adaptate nevoilor reale ale tinerilor, formatorul poate crea un mediu de învățare eficient, dinamic și motivant.

Capitolul 7. Scenariul lecției

Acesta nu este un proiect didactic care să respecte în totalitate rigorile pedagogice. Asemenea plan de lecție reflectă pașii pe care îi va face un formator pe parcursul lecției. Planul de lecție este un scenariu de activități bine organizate. Elemente ale planului de lecție: timpul, momentul lecției, activitatea formatorului și a elevilor. Înainte de a crea propriul scenariu, formatorul stabilește care sunt obiectivele lecției și strategia de predare. Timpul necesită a fi trecut în scenariul lecției pentru a o mai bună încadrare activităților stabilite. Momentul lecției reflectă etapele de organizare. Activitatea formatorului include pașii pe care îi va urma în organizarea și desfășurarea activităților de predare/informare. Activitatea elevilor implică sarcinile date de formator și gradul de implicare.

Strategii de predare a combaterii dezinformării:

- 1. Scufița Roșie în Țara Minciunilor- Această metodă, Buzz, de rezolvare de probleme prin stimularea creativității. Așadar, participanții sunt puși să-și imagineze alte scenarii ale poveștii Scufiței Roșii adaptate unei societăți dominate de propagandă și dezinformare. Participanții sunt împărțiți în 4 grupuri având fiecare câte un delegat. Liderul de grup va expune scenariul propus de grupul pe care îl reprezintă. Primele 3 grupuri vor primi cartonașe colorate pe care sunt scrise câteva principii legate propagandă, manipulare și dezinformare în funcție de regimul politic. Al 4-a grup își va imagina un alt regim politic, al viitorului, cu alte forme de dezinformare.**
- 2. Mimarea mesajelor – Participanții vor fi împărțiți pe grupuri. Fiecare echipă va extrage câte 3 cuvinte. Echipelor li se vor acorda timp ca să se gândească la un mesaj creat din acele 3 cuvinte pe care îl vor prezenta prin mimare, fără a comunica verbal.**
- 3. Dilema prizonierului; Participanții sunt împărțiți pe echipe. Fiecare echipa delega 1 lider, maxim 2. Aceștia vor primi 2 cartonașe unul roșu și unul albastru. Nimeni nu vorbește. Echipele găsesc o soluție ca să câștige mai multe puncte. Fiecare lider de grup trebuie să facă o alegere între a coopera sau a trăda. La anunțul moderatorului fiecare lider de grup, fără a comunica va a ridica cartonașul ales. Dacă ambii lideri de grup au ridicat aceeași culoare a cartonașului atunci se consideră o colaborare între prizonieri. Însă scopul jocului e să câștigi puncte, ceea ce presupune că interesul individual prevalează, iar prin trădare prizonierul poate fi eliberat.**

4. Tabelul dezinformării: Moderatorii vor prezenta un tabel cu multe cuvinte alese aleatorii. Extrase din literatura clasică, de ex. Participanții împărțiți pe echipe vor trebui să creeze un mesaj de propagandă sau dezinformare. Scopul acestui joc interactiv constă în a percepe care sunt pilonii pe care se axează un mesaj care dezinformează.

Momentele lecției	Timp (min.)	Activitatea formatorului	Activitatea elevilor
Moment organizatoric	2	Momente organizatorice de la începutul lecției. De ex: Se stabilește ordinea în clasă, cadrul didactic prezintă misiunea formatorului pentru această lecție de informare și educare în siguranța digitală	Elevii adresează întrebări legate de desfășurarea lecției
Captarea atenției	4	La această etapă formatorul propune o activitate interactivă prin care să capteze atenția elevilor. De exemplu: Formatorul adresează elevilor următoarele întrebări: Cum ar arăta lumea noastră fără de TV sau internet? De unde ne informam despre anumite evenimente, decizii, etc? Formatorul apelează la un joc prin decuparea unei figuri în hârtie, elevii sunt rugați să propună opțiuni despre rezultatul final al decupărilor.	Există un dialog dirijat de formator. Elevii se implică în discuții
Transmiterea de noi informații	40	La acest capitol formatorul, va folosi o strategie de predare pentru transmiterea noilor informații. De reținut, conceptele și termenii trebuie prezentați sub forma unei hărți conceptuale, mind mapping. Această etapă trebuie să reflecte toți pașii pe care îi va face formatorul	Conversație de verificată. Implicarea elevilor în activități
Asigurarea feedback-ului	6	Formatorul se asigură că cele transmise au fost înțelese de către elevi. Acesta poate apela la diverse chestionare interactive.	Elevii se implică în discuții. Adresează întrebări formatorului
Aprecieri personale	3	Concluziile finale, apriecierea elevilor implicați	Feedback din partea elevilor.

Partea a II-a: Ora de democrație

1.1 Icebreaker: „Democrația într-un cuvânt”

Profesorul va pregăti mai multe notițe adezive de diferite culori, care vor fi distribuite elevilor. Fiecare elev scrie în notițe un cuvânt care îi vine în minte când aude „democrație”. Exemple: libertate, reguli, drepturi, vot, vocea poporului, etc. Apoi formatorul îi va ruga pe fiecare să lipească acele notițe pe tablă.

Formatorul va compara cuvintele din notițele elevilor cu definiția din ghid. Scopul exercițiului: elevii își dau seama că democrația înseamnă multe lucruri la care nu s-au gândit.

Recomandare video educativ: „What did democracy really mean in ancient Athens?” (TED-Ed, subtitrat în limba română)

Vizionați videoclipul la începutul atelierului despre democrație. Apoi invitați elevii să discute dacă un sistem parțial bazat pe loterie ar putea funcționa și astăzi, ce avantaje ar avea și ce riscuri ar implica.



1.2 Joc: „Mingea-legii” – Cum circulă o lege între instituțiile statului

Acest joc îi ajută pe elevi să înțeleagă, într-un mod foarte clar și vizual, cum ia naștere o lege și cum se plimbă ea prin stat până ajunge să fie aplicată. Pentru asta se folosește o simplă minge de pluș, care devine simbolul legii. Elevii joacă rolurile instituțiilor centrale ale României, exact cum apar în schema din posterul „Relațiile între instituțiile centrale” : Parlamentul, Președintele, Curtea Constituțională și Guvernul disponibil aici:

Jocul se încheie când mingea-legii ajunge la Guvern, adică atunci când legea poate fi aplicată în viața reală.

După joc, formatorul invită elevii să discute ce au observat. Este foarte important ca ei să realizeze că un zvon nu devine niciodată automat o lege și că există un traseu clar, obligatoriu, pe care orice lege trebuie să-l parcurgă.

Scopul exercițiului: Elevii descoperă astfel că Parlamentul este singura instituție care poate crea o lege, Președintele o verifică și o semnează, Curtea Constituțională protejează Constituția, iar Guvernul aplică legea în realitate. Înțeleg, de asemenea, că niciuna dintre instituții nu poate sări peste alta și că fiecare are un rol distinct.

1.3 Escape Room: „Democrație sau Dictatură?”

Este un exercițiu de tip joc de evadare care îi ajută pe elevi să înțeleagă diferența dintre un regim democratic și unul dictatorial, folosind exemple concrete, ușor de recunoscut. Ideea centrală este că elevii sunt „blocați” simbolic într-o cameră a dictaturii și pot ieși doar dacă reușesc să sorteze corect un set de carduri care descriu acțiuni sau situații din viața politică și socială.

Exercițiul începe cu o scurtă introducere. Formatorul le spune elevilor că vor participa la un joc în care trebuie să își folosească atenția, logica și cunoștințele despre democrație. Li se explică faptul că în această activitate camera de clasă devine o „cameră a dictaturii”, iar sarcina lor este să identifice și să separe elementele democratice de cele specifice unui regim autoritar. Scopul este să „găsească cheia democrației”, adică să recunoască ce înseamnă libertate, pluralism și respect pentru drepturile omului, în contrast cu cenzura, frica și controlul total.

Înainte de a începe jocul propriu-zis, formatorul pregătește zece carduri. Fiecare card cuprinde o propoziție scurtă care descrie o situație concretă. Cinci carduri reprezintă situații tipice pentru o democrație, iar celelalte cinci prezintă situații caracteristice unui regim dictatorial. Cardurile ar putea cuprinde următoarele situații:

SITUAȚII TIPICE PENTRU DEMOCRAȚIE:

- „Presa critică guvernul fără să fie pedepsită”
- „Cetățenii aleg liber între mai multe partide politice”
- „Oamenii au dreptul să organizeze proteste pașnice”
- „Judecătorii pot opri o lege dacă încalcă Constituția”
- „Organizațiile civice pot cere explicații autorităților”

SITUAȚII TIPICE PENTRU DICTATURĂ:

- „Un singur partid este permis și celelalte sunt interzise”
- „Jurnaliștii sunt amendați sau arestați dacă critică liderul țării”
- „Alegerile au loc, dar rezultatul este stabilit dinainte”
- „Cetățenilor li se ascultă telefoanele pentru a vedea ce discută despre regim”
- „Protestele sunt interzise, iar cei care ies în stradă sunt bătuți sau arestați”

Formatorul amestecă bine cardurile și le așază fie pe o bancă, fie le împarte la întâmplare elevilor. Le mai explică o dată că misiunea lor este să sorteze cardurile în două grupe, în cel mai scurt timp posibil: „DEMOCRAȚIE” și „DICTATURĂ”. Poate stabili și o limită de timp, de exemplu două sau trei minute, pentru a crea puțină presiune și senzația de „escape room”.

Desfășurarea jocului este simplă, dar dinamică. La semnalul formatorului, elevii se ridică și încep să citească pe rând cardurile. Pot să lucreze în echipă, discutând între ei unde se potrivește fiecare situație. De exemplu, dacă au în mână un card pe care scrie „Presa critică guvernul fără să fie pedepsită”, elevii ar trebui să îl plaseze în categoria „democrație”. Dacă citesc „Un singur partid decide totul și interzice celelalte partide”, ar trebui să îl plaseze la „dictatură”. Fiecare decizie este un pas spre „evadare”: numai dacă toate cardurile ajung în categoria corectă, formatorul anunță că au reușit să iasă din „camera dictaturii”.

După ce se termină timpul sau după ce elevii consideră că au sortat corect toate cardurile, formatorul oprește jocul și trece la verificare împreună cu ei. Fiecare card este citit cu voce tare, iar elevii sunt întrebați dacă sunt de acord cu locul în care a fost pus și de ce. Dacă un card a fost plasat greșit, se discută unde ar trebui să fie și care este explicația. Această parte a exercițiului este foarte importantă, pentru că transformă jocul într-un moment de învățare reală: elevii nu doar ghicesc, ci învață să argumenteze.

La final, formatorul încheie exercițiul cu o scurtă discuție: elevii sunt întrebați cum s-au simțit în „camera dictaturii”, dacă le-a fost ușor sau greu să recunoască semnele unui regim democratic și ce i-a ajutat cel mai mult să diferențieze situațiile. Se poate insista pe ideea că, în realitate, unele state se află undeva la mijloc, între democrație și dictatură, dar tocmai de aceea este important să fim atenți la astfel de semne. În acest fel, jocul nu este doar amuzant, ci și un instrument puternic de alfabetizare civică și politică.

Scopul exercițiului: elevii să înțeleagă rapid și clar diferența dintre o democrație și o dictatură, recunoscând semnele specifice fiecărui tip de regim. Prin sortarea cardurilor și „evadarea” simbolică, ei își dezvoltă gândirea critică și învață să identifice libertățile, drepturile și mecanismele care fac o societate democratică, în contrast cu controlul și abuzul de putere caracteristice dictaturilor.

1.4 Exercițiu de simulare: „Alegeri în clasă – Cine te convinge?”

Acest exercițiu simulează un proces electoral simplificat, în care elevii joacă rolurile de candidați și alegători. Scopul este să exerseze modul în care se formulează promisiuni, cum se construiește un discurs, cum se dezbate civilizată și cum se ia o decizie prin vot. Activitatea pune accent pe comunicare, argumentare și participare democratică.

Formatorul prezintă elevilor tema alegerilor: toți trebuie să decidă ce activitate vor face împreună săptămâna viitoare (de exemplu: vizionarea unui film, un mini-concurs pe echipe, o dezbateră, o ieșire în curte, un atelier creativ). Orice elev care dorește poate deveni candidat. Se recomandă între trei și cinci candidați pentru o dinamică bună.

Candidații au cinci minute să își pregătească un mini-program electoral. Acesta trebuie să conțină o propunere clară, motivele pentru care activitatea lor este cea mai bună alegere și, eventual, o scurtă explicație despre cum ar pune-o în practică. Între timp, restul clasei devine publicul – adică alegători.

După timpul de pregătire, candidații ies în față, pe rând, și își prezintă discursul. Fiecare are la dispoziție aproximativ un minut pentru a-și expune ideea, într-un stil liber, creativ sau serios, după preferință. Este încurajată atitudinea respectuoasă, dar și creativitatea: elevii pot folosi metafore, exemple, umor sau povești.

După prezentările individuale urmează partea centrală a exercițiului: dezbaterile. Formatorul pune întrebări scurte, pe care candidații trebuie să le abordeze spontan. De exemplu: „Ce faci dacă elevii nu vor să participe?”, „De ce propunerea ta este mai distractivă decât celelalte?”, „Cum te asiguri că toată lumea se simte inclusă?”, „Ce ai face diferit față de ceilalți candidați?”. Publicul poate pune și el întrebări candidaților, dar într-un mod politicos și pe subiect. Prin această discuție, elevii exersează atât argumentarea, cât și abilitatea de a gândi rapid.

La finalul dezbaterii, formatorul îi invită pe toți să voteze în mod secret pe bilețele de hârtie pe care le vor plia pentru a asigura secretul votului și le vor introduce într-o urnă improvizată. Fiecare elev scrie numele candidatului care l-a convins cel mai mult, nu neapărat pe cel cu ideea „cea mai bună”, ci pe cel care a comunicat clar și coerent. Voturile sunt adunate și anunțate de formator.

Candidatul care a primit cele mai multe voturi este declarat „Președintele activității” și propunerea lui devine activitatea oficială pentru săptămâna următoare. Formatorul poate încheia cu o discuție scurtă despre ce a funcționat bine în discursuri, ce a fost convingător în dezbateri și ce înseamnă să iei decizii informate într-un proces democratic.

Scopul exercițiului: elevii să înțeleagă cum funcționează o competiție electorală, exersând argumentarea, dezbaterile și alegerea informat-conștientă a unui candidat, pe baza modului în care acesta comunică și își susține propunerea în fața colegilor.

Partea a III-a: Ora de educație media

1.1 Jocul „BAD NEWS” – Devii tu însuși creator de fake news

Acest joc online îi transformă pe elevi, pentru câteva minute, în „fabricanți de minciuni online”. Ideea este contraintuitivă: ca să înveți cum funcționează manipularea, trebuie să intri pentru scurt timp în pielea manipulatorului. Elevii accesează jocul BAD NEWS în limba română (link pus de formator) și urmează pașii propuși de platformă. Jocul îi pune în situații progresive: trebuie să inventeze o poveste falsă, să o facă plauzibilă, să creeze titluri alarmiste, să inventeze un cont fals sau să genereze indignare.

Pe măsură ce avansează, elevii observă că fiecare decizie manipulatorie este „răsplătită” de joc prin creșterea credibilității contului fals, exact ca în realitatea platformelor online. Ei ajung să înțeleagă mecanisme precum polarizarea, emoția puternică, frica sau senzaționalul. La final, elevii discută cu formatorul despre cum s-au simțit și ce au observat, realizând că tocmai aceste tehnici sunt folosite în mod real în campaniile de dezinformare.



1.2 Jocul „Despre zvonuri” – Experiență în lanț

Este un experiment practic în care formatorul cere opt voluntari. Un elev primește o imagine cu cât mai multe detalii (vezi exemplul propus). Acesta trebuie să îl descrie șoptit următorului elev, iar acesta celui de după, și tot așa, până când informația ajunge la ultimul. Elevul final spune cu voce tare ce a înțeles, iar formatorul arată imaginea originală.

Diferențele sunt de obicei foarte mari. Elevii descoperă direct, prin experiență proprie, cele trei procese ale zvonurilor: reducția (se pierd detalii), accentuarea (unele elemente sunt exagerate) și asimilarea (părți amestecate și reconstruite pentru „a avea sens”). Formatorul încheie explicând că aceste procese se întâmplă exact la fel în social media, doar că mult mai rapid și la scară mai mare.



1.3 Exercițiu: „Dialectica lui Socrate” – Jocul întrebărilor care caută adevărul

Acest exercițiu îi învață pe elevi să gândească critic, nu prin memorarea unor reguli, ci prin experimentarea directă a metodei socratice. În loc să accepte automat o afirmație, elevii descoperă cum o pot pune sub semnul întrebării, analizând-o pas cu pas până la esență.

Recomandare video educativ: „This tool will help improve your critical thinking - Erick Wilberding” (TED-Ed, subtitrat în limba română)

Este un material excelent pentru a introduce elevilor exercițiul „Dialectica lui Socrate”, ajutându-i să înțeleagă că întrebările nu sunt o formă de atac, ci o cale de a descoperi adevărul. Videoclipul creează un context bun pentru a înțelege de ce întrebările despre surse, dovezi și logică sunt esențiale în educația media și în combaterea dezinformării.



Activitatea se desfășoară în perechi și imită modul în care Socrate discuta cu interlocutorii săi: prin întrebări simple, dar foarte incomode, care obligă la clarificări, la explicații și la verificarea logicii proprii.

Cum funcționează dialectica în practică?



Formatorul alege o afirmație controversată sau foarte răspândită online – un exemplu ideal este acesta: „TikTok-ul îți afectează atenția și te face să înveți mai greu”. Această propoziție devine „punctul de plecare” al dialogului. În fiecare pereche, un elev joacă rolul „afirmatorului”, adică persoana care crede sau susține această idee. Celălalt elev devine „Socrate”, rolul celui care pune întrebări. Formatorul va avea două seturi de cartonașe: unul pentru Afirmator (cel care susține ideea), altul pentru Socrate (cel care pune întrebări). Fiecare cartonaș conține doar propoziții scurte, clare, pe înțelesul tuturor elevilor.

Formatorul le va printa pe culori diferite:

■ albastru = Socrate

■ portocaliu = Afirmator

■ Cartonașe pentru Afirmator (elevul care susține o afirmație)

Scop: îl ajută pe elev să își structureze ideea în mod simplu.

Cartonaș A1 – Spune ce crezi

„Eu cred că... pentru că...”

(te ajută să formulezi clar afirmația)

Cartonaș A2 – Dovada mea

„Am auzit/ văzut asta în... (locul X)”

Cartonaș A3 – Exemplul meu

„Un exemplu este...”

(exemplu real, din viață, știre, persoană cunoscută)

Cartonaș A4 – De ce mi se pare logic

„Mi se pare logic pentru că...”

(ce te face să legi ideea de realitate)

Cartonaș A5 – Ce NU știi sigur

„Nu sunt sigur de... dar cred că...”

(îi ajută pe elevi să recunoască limitele cunoștințelor)

Cartonaș A6 – Ce vreau să verific

„Aș vrea să aflu dacă... este adevărat.”

(elevul devine conștient că are nevoie de verificări)

■ Cartonașe pentru „Socrate” (elevul care pune întrebări)

Scop: îl ajută pe elev să pună întrebări simple, clare, fără să fie agresiv.

Cartonaș S1 – Despre sursă

„De unde știi asta?”

„Cine a spus lucrul acesta?”

Cartonaș S2 – Despre dovadă

„Ai vreo dovadă?”

„Poți da un exemplu?”

Cartonaș S3 – Despre generalizare

„Este valabil pentru toți sau doar pentru unii?”

„Ai întâlnit și cazuri diferite?”

Cartonaș S4 – Despre logică

„De ce crezi că se întâmplă asta?”

„Se potrivește cu ce mai știm despre subiect?”

Cartonaș S5 – Despre alternativă

„Poate exista și o altă explicație?”

„Ar putea fi și alt motiv?”

Cartonaș S6 – Despre verificare

„Cum am putea verifica împreună?”

„Unde am putea căuta informația reală?”

„Socrate” nu are voie să afirme nimic. Sarcina lui este doar să pună întrebări care să testeze validitatea afirmației. Nu este un concurs de cine câștigă, ci o analiză ghidată. Pe măsură ce conversația avansează, elevul care susține afirmația începe să își dea seama că o propoziție aparent simplă are nevoie de dovezi, de context și de nuanțe. Unii elevi își vor corecta singuri afirmația, alții vor găsi exemple noi, iar unii vor descoperi că nu pot demonstra ceea ce credeau cu certitudine. Asta este exact esența metodei: să înțelegi limitele propriei cunoașteri.

După cinci minute, perechile schimbă rolurile. Elevul care pune întrebări devine afirmator, iar celălalt devine „Socrate”. Astfel, toți experimentează ambele perspective: dificultatea de a apăra o afirmație și disciplina mentală de a pune întrebări bune. La final, formatorul reunește clasa într-o discuție scurtă. Elevii povestesc cum s-au simțit în cele două roluri. De obicei, afirmatorii observă cât de greu este să argumentezi fără dovezi solide, iar „Socrate” realizează cât de puternică este o simplă întrebare pusă la momentul potrivit. Discuția se încheie explicând că exact acest tip de gândire stă la baza verificării informațiilor, a demontării fake news și a înțelegerii corecte a știrilor.

Acest exercițiu nu doar învață elevii să pună întrebări – îi ajută să descopere că adevărul se construiește prin dialog, reflecție și răbdare, nu prin asumări rapide sau prin încredere oarbă în ceea ce apare online.

1.4 Exercițiu: „Construim o bulă informațională – Fabrica de teorii conspiraționiste”

Acest exercițiu îi ajută pe elevi să înțeleagă prin experiență directă cât de ușor pot apărea și prinde viață teoriile conspirației, dar și cum se formează „bulele informaționale” atunci când un grup vede doar un anumit tip de conținut. Elevii sunt invitați să devină, pentru scurt timp, creatori de dezinformare, observând apoi cum acest proces duce la opinii complet diferite între grupuri.

La început, clasa este împărțită în două grupe. Fiecare grup primește șase cartonașe cu teme alese aleatoriu — pot fi cuvinte, obiecte, personaje, fenomene naturale sau tehnologice. De exemplu: „internet”, „pisici”, „extraterestri”, „trafic rutier”, „telefon mobil”, „știri TV”. Pornind de la aceste cartonașe, fiecare grup trebuie să inventeze cea mai haioasă, absurdă, exagerată și totuși aparent plauzibilă teorie conspiraționistă.

În această etapă, elevii intră în rolul „Fabricii de Fake News”. Ei se încurajează unii pe alții, exagerează, leagă elemente fără nicio logică reală și construiesc o poveste care să sune șocant, amuzant sau dramatic. Scopul este ca teoria să fie suficient de absurdă pentru a stârni râsul, dar suficient de coerentă încât cineva „din bula lor” să zică: „pare să aibă sens”.

După ce își finalizează narațiunea, fiecare grup trebuie să își prezinte teoria în fața celuilalt, cu cât mai multă convingere. Aici apare a doua parte a exercițiului: grupurile sunt puse în opoziție totală. Fiecare grup trebuie să demonstreze de ce teoria inventată de celălalt este complet falsă, iar propria lor versiune este „adevărul absolut”. Astfel, elevii repetă involuntar ceea ce se întâmplă în mediul online: două bule informaționale intră în conflict, fiecare având „dovezi”, argumente și narative diferite.

Pe parcursul dezbaterii, se observă cum grupurile încep să creadă tot mai mult în povestea lor, chiar dacă știu că este fabricată. Elevii simt pe pielea lor cum funcționează polarizarea: cu cât o idee este dezvoltată doar în interiorul unui grup, cu atât pare mai coerentă.

La final, formatorul invită cele două grupuri să reflecteze: cum de au ajuns să fie atât de convinși de propriile teorii? Cum este posibil ca două grupuri să „vadă lumea” complet diferit, pornind de la informații distincte? Ce ar face algoritmiile platformelor dacă ar observa că preferă un anumit tip de conținut?

Exercițiul arată limpede că:

- „bula informațională” se creează ușor atunci când un grup primește doar un anumit tip de stimuli
- orice poveste, chiar și una absurdă, poate deveni „logică” dacă este dezvoltată în interiorul aceleiași comunități
- opiniile se radicalizează rapid când două grupuri nu împărtășesc aceleași informații
- confruntarea dintre două bule produce mai degrabă conflict decât înțelegere.

Exercițiul este extrem de amuzant, dar tocmai umorul îl face eficient: elevii înțeleg fără moralizări cât de ușor pot lua naștere și se pot consolida teoriile conspirației în mediile online.