

Empatia, dorința de a ajuta pe oricine, oricând (disponibilitate) și iertarea sunt cele trei trăsături pe care am ales să le evidențiez în acest eseu, trăsături ce îmi influențează viața și relațiile cu alte persoane atât negativ, cât și pozitiv.

Empatia, capacitatea de a recunoaște și de a împărtăși sentimentele care sunt experimentate de către o altă ființă, chiar dacă aceasta nu le exprimă explicit, este una dintre trăsăturile care mă definesc ca persoană. Impactul acesteia în viața mea este destul de semnificativ, mai ales când vine vorba despre relația cu alte persoane. Datorită faptului că știu și pot simți ce o persoană simte, chiar dacă nu se exteriorizează prea tare, sunt capabilă să îi ofer ajutorul sau, după caz, să îi ofer spațiul de care aceasta are nevoie în acele momente. Această trăsătură m-a ajutat de-a lungul vieții să leg prietenii și să mă apropiez de alte persoane. Datorită acesteia, persoanelor din jurul meu le este foarte ușor să se deschidă față de mine și să-mi împărtășească sentimentele lor.

Disponibilitatea, definită ca a situa pe un plan secundar propriile proiecte și priorități față de dorințele celor pe care îi servesc, este mai mult un blestem decât o binecuvântare. Fiind o persoană bună și cunoscând sentimentele prin care trec oamenii când au nevoie de ajutorul unei persoane, dar nu îl primesc la momentul potrivit, mereu ajung să îi prioritizez pe ceilalți. Acest lucru nu mă deranjează, din contră, mă face să mă simt mai bine, știind că am fost de ajutor cuiva, poate într-o situație de criză, și mai mult, îmi întărește relația cu acea persoană.

Iertarea, capacitatea de a uita greșelile altora față de mine și de a nu purta ură, m-a ajutat mult în crearea relațiilor de lungă durată. Cu timpul, am observa că acest lucru nu este benefic în cantități mari, deoarece oamenii ajung să profite de tine și de bunătatea ta. Chiar dacă discuți cu ei despre greșelile pe care le-au făcut față de tine, iertarea nu trebuie să intervină instant. Am învățat că trebuie să te arați puțin supărat și să îi dai celeilalte persoane șansa de a realiza singură cu ce a greșit și să încerce să își îndrepte comportamentul, ca pe viitor, aceeași greșeală să nu se mai repete.

Din punctul meu de vedere, aceste trăsături de caracter, alături de altele, m-au ajutat în păstrarea și întărirea prietenilor, m-au pus în situații incomode față de propria-mi persoană și m-au învățat lecții importante despre cum să le folosesc corespunzător în relația cu cei din jurul meu. Empatia m-a învățat cum să rezonoz cu sentimentele oamenilor și cum să mă conectez cu ei, disponibilitatea mi-a arătat că le pot fi de folos celor din jurul meu, dar și mie în același timp, iar iertarea mi-a arătat calea corectă de a ierta pe cineva.

În concluzie, aceste trăsături m-au ajutat să îmi dezvolt corespunzător modul în care comunic cu cei din jurul meu, verbal, nonverbal și paraverbal.

Cele trei trăsături pe care aș dori să le evidențiez sunt determinarea, atenția și loialitatea, și le voi expune pe fiecare pe rând, ambele fiind ca o monedă cu două fețe.

*Determinarea* : este capacitatea de a-ți propune să atingi scopuri potrivite la timpul potrivit, indiferent de obstacole. Aceasta se poate identifica și cu ambiția dacă scopul meu este de o astfel de natură încât să îmi creeze nevoie de reușită absolută (ex: notă mare la admitere, promovarea unui examen, învingerea unei frici). Determinarea mă face să ținesc înspre scopul meu și să nu îl abandonezi în pofida greutăților cu care vine acesta, dar dusă la extrem se poate transforma în încăpățănare, care devine toxică. Încăpățănarea mă poate face să ținesc spre un scop poate irealizabil, nefiind deschisă la opinii, sugestii sau critici. De multe ori, un sfat mă poate ajuta să reușesc, dar când țin la scop mai mult decât la propria persoană sau la cele din jur, mă găsesc în situația de ignora orice opinie din exterior, blocând orice încercare spre o altă perspectivă.

*Atenția*: este capacitatea de a te concentra pe un lucru. În experiențele interpersonale, atenția înseamnă a-i acorda unui om prețuirea cuvenită, concentrându-te asupra spuselor sale. Aceasta mă poate face să fiu un bun ascultător, facilitând comunicarea cu persoanele din viața mea. De multe ori printr-o ascultare activă, ajung să cunosc latura ascunsă a unei persoane, ceea ce de multe ori îmi face o deosebită plăcere. Partea negativă acestei atenții o poate reprezenta extrema ei, hiperfixația, care mă face să fiu uneori complet absorbită în realizarea unei sarcini, ignorând astfel celelalte sarcini din listă. De asemenea, am atenția foarte mare la detalii, care poate fi și ea dăunătoare, deoarece ajung concentrez numai asupra unui singur gând sau exprimare din discursul unei persoane.

*Loialitatea*: este capacitatea de a îți îndeplini cu cinste obligațiile asumate. Aceasta mă face să găsesc orice mijloc posibil pentru a îmi onora angajamentele. Loialitatea mă poate face uneori să apelez la metode care nu îmi ajută propria persoană pentru a îndeplini promisiunile. (ex: să fac sarcini care aparent sunt inutile pentru mine). De asemenea aceasta mă face să nu promit foarte multe lucruri, fiind destul de selectivă cu sarcinile pe care mi le asum, deoarece știu că o dată promis, vreau să mă țin de promisiune, ceea ce poate părea pentru ceilalți o lipsă de disponibilitate și flexibilitate. În relațiile interpersonale, loialitatea este un lucru absolut necesar întrucât aceasta aduce după sine onestitatea și încrederea. După cum am pretins loialitate maximă așa am și oferit, fiind o persoană de încredere și de multe ori poate mai onestă decât ar cere situația. Aceasta din urmă trăsătură se îmbină cu celelalte două prezentate, fiind o dovadă a dedicației pe care o am în realizarea obiectivelor.

În concluzie, aceste trăsături mă fac să par în relațiile interpersonale, o persoană greu de manageriat, dar una pe care te poți baza și care îți va rămâne aproape atâta timp cât este tratată cu respect.

au aspecte pozitive și negative în comunicarea cu celelalte persoane

Trei trăsături personale pe care doresc să le evidențiez aici sunt : creativitatea, disponibilitatea și onestitatea. Cele trei caracteristici alese au o influență atât pozitivă cât și negativă în viața mea, iar acest lucru este evidențiat chiar în viața de zi cu zi. Vom începe cu fiecare și le vom analiza separat.

Creativitatea : o trăsătură care oferă perspective noi asupra conceptelor, lucrurilor din jur, modului în care observi lumea și multe altele, într-o primă lumină pare ceva frumos, ceva care creează lumi fantastice în cărți, jocuri cu povești interesante, soluții "out of the box", "fun facts", informații noi interesante, asocieri mai puțin obișnuite (ex. Girafa e un cal cu gât lung iar rinocerul are în principiu trăsăturile unui unicorn) . În propria-mi experiență, creativitatea m-a ajutat să vin cu idei noi la ore, la rezolvarea problemelor, la combinarea artei cu știința când am avut ocazia. M-a ajutat de foarte mult ori să îi ajut pe ceilalți prin înțelegerea perspectivei lor și adaptarea mea către modul lor de a înțelege pentru a le oferi o explicație mai bună. Aspectul negativ al creativității în comunicare vine o dată cu multitudinea de idei care apar în timpul unei conversații și deși persoana poate vorbi în continuare pe același lucru pe care am putea merge mai departe, se poate întâmpla să ajung să spun mai multe perspective / mai multe idei sau moduri de a face ceva și asta în general, îi face pe oameni să se simtă nu atât de confortabili sau pot fi chiar suprasolicitați de volumul mare de informații.

Disponibilitatea : o trăsătură care arată cât de deschisă e o persoană pentru a-și pune proiectele personale pe planul doi pentru a ajuta alte persoane, pentru a răspunde altor persoane și așa mai departe. O greșeală a mea, aș spune uneori, fiindcă deși ajung uneori chiar eu în situații extrem de dificile, simt nevoia de a spune "Mă descurc eu, mai bine ajut pe X" . Din același motiv, las proiectele mele și ideile mele uneori de o parte ca să le răspund tuturor. Această disponibilitate face parte din partea mea socială, iar eu socializez foarte mult față de timpul care mi l-am dedicat lucrurilor mele. Acest lucru, mă ajută să formez conexiuni cu ceilalți oameni, însă mă face să îmi neglijez visele mele proprii.

Onestitatea : e ceea ce mai numim sinceritate, adevărul pur, apa distilată. E bine să fii onest cu tine însuși și și față de ceilalți fiindcă te ajută să clarifici limitele relațiilor pe care le ai, informațiile date și multe altele. Însă ce e prea mult, strică. În situațiile în care onestitatea a fost un dezavantaj, e când venea vorba de materii obișnuite, având mereu ce povesti despre școală însă când făcea cineva o glumă, dacă erau informații incomplete, sau era un neadevăr, deși știind că e o glumă, am ajuns să insist prea mult pe ea și să o fac un subiect de discuție intelectual când intenția a fost doar o glumă.

Astfel, creativitatea, disponibilitatea și onestitatea sunt trei trăsături pe care le dețin, care au aspecte pozitive și negative în comunicarea cu ceilalți și pe care le consider "a blessing and a curse" exact din motivele descrise mai sus.

## Proiect echipă

Am decis să alegem profilul Ianei, fiind cel mai potrivit pentru a ilustra modul în care cele trei trăsături ar influența interacțiunea în rol de profesor cu cele 4 categorii de persoane menționate în cerință. Iana este tipologia profesorului care găsește modalități de a face fiecare oră interactivă și diferită dat fiind creativitatea pe care o are. De asemenea, disponibilitatea și onestitatea sunt atribute care i-ar atrage pe elevi, fiind importante în administrarea clasei.

În interacțiunea cu **elevii**, creativitatea ajută la captarea atenției și în stimularea gândirii creative și interdisciplinare. Disponibilitatea încurajează elevii să pună întrebări și să ceară ajutorul la nevoie, stimulând curiozitatea și dorința de aprofundare a materiei predate. Onestitatea ajută la soluționarea eficientă a conflictelor la clasă și elimină posibilitatea discriminării între elevi pe diverse motive.

În interacțiunea cu **profesorii**, creativitatea ar putea împinge spre discuții din care să rezulte inovarea metodelor de predare și diverse proiecte cu scopul dezvoltării elevilor și a personalului didactic. Lipsa de compasiune și deschidere a colectivului didactic poate crea frustrări pentru profesorul care vine cu idei inovative într-un mediu conservator, nepregătit să accepte schimbare. Disponibilitatea poate încuraja profesorii să ceară ajutor în rezolvarea propriilor lor conflicte în clase, iar apoi la rândul lor pot oferi ajutor, altor profesori aflați în dificultate. Onestitatea ajută la îmbunătățirea ideilor și transparență în corpul didactic.

În interacțiunea cu **directorul școlii**, creativitatea poate fi folosită pentru a realiza proiecte care să ajute școala. Disponibilitatea se poate reflecta ca fiind o persoană de încredere pe care acesta să se poată baza la nevoie. Onestitatea poate fi rea dacă este dusă la extrem, întrucât un profesor bun trebuie să realizeze momentele în care este de dorit să fie onest (ex. nerespectarea conduitei și a regulamentului intern)

În interacțiunea cu **părinții**, creativitatea și onestitatea pot ajuta profesorul să fie cât mai clar și direct în legătură cu parcursul unui elev pentru a-l îndruma spre o anumită carieră, cu toate că poate aceasta nu se aliniază cu dorințele părintelui. De asemenea, și disponibilitatea este benefică atâta timp cât părinții nu abuzează de aceasta. Este important ca părintele să știe că se poate baza pe profesor pentru supravegherea parcursului elevului și transparență în comunicarea situației școlare, dar profesorul trebuie să impună și câteva limite pentru a reuși să nu fie acaparat (ex : program de contact telefonic/ email, interval orar fix pentru consultații).

### ***Conflictul cu un elev (sau elevii)***

Un conflict cu elevii ar putea fi generat de dorința profesorului de a implementa o nouă metodă de predare. Creativitatea profesorului l-ar împinge pe acesta să încerce o nouă metodă de predare sau/și de notare, în dorința de a stimula activitatea la clasă și curiozitatea elevilor. Un elev nemulțumit de această schimbare ar putea genera un conflict cu profesorul, influențând chiar întregul colectiv de elevi spre a fi împotriva profesorului.

Una dintre cele mai optime abordări pentru a rezolva conflictul, este cea de tip colaborativ.

## Proiect echipă

În primul rând, **disponibilitatea** profesorului l-ar face să ceară mai multe opinii, atât din partea colectivului cât și a celorlalți profesori. De asemenea, l-ar face deschis la a găsi soluții noi, care să se muleze pe nevoile elevilor. Ideile noi vor fi dezbătute între profesor și elevi, până când se ajunge la un acord care să fie benefic ambelor părți.

În al doilea rând, **onestitatea** profesorului duce la transparență între elev și cadru didactic. Onestitatea se poate manifesta ca o comunicare clară a statului pe care îl ocupă fiecare, iar în legătură cu noua metodă de predare/ notare poate fi de ajutor pentru înțelegerea necesității folosirii ei. În același timp profesorului poate explica consecințele negative ale conduitei sale nepotrivite din timpul orelor de curs, care pot avea repercusiuni în viața lui de adult.

În ultimul rând, **creativitatea** îl poate ajuta pe profesor să genereze o nouă soluție care să mulțumească ambele părți. De asemenea, aceasta poate ajuta la crearea metode noi de „sanționare” a unui comportament nepotrivit, metode care îl pot face pe elev să depășească comportamentul nepotrivit fără a-l umili sau stânjeni în fața colectivului. În această situație, conflictul devine unul constructiv, fiind pus sub „pelerina” unei dezbateri, din care și ceilalți elevi pot învăța o lecție importantă.

În concluzie, conflictul profesor-elev se poate rezolva printr-o abordare de tip colaborativ, folosind ascultarea activă se poate aduce contribuția ambelor părți spre găsirea unei soluții favorabile. Astfel, Iana este tipologia profesorului implicat în gestionarea clasei, dedicat spre a-i face pe elevi curioși și pasionați de un subiect și care rezolva conflictele prin eficiență, claritate și colaborare.