

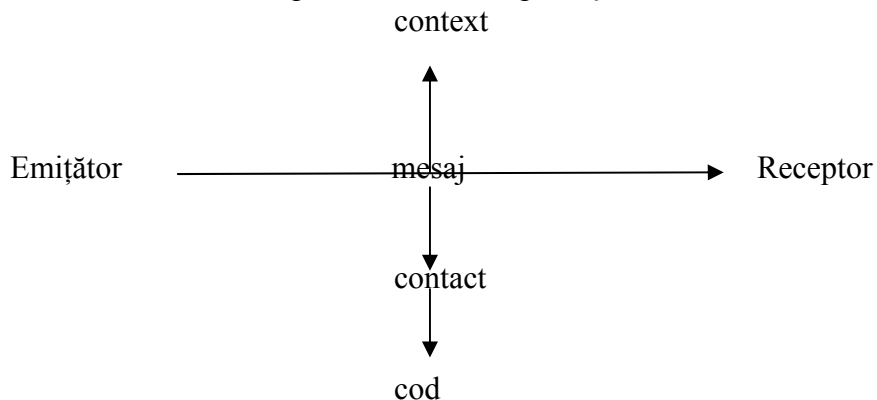
# COMPETENȚA DE COMUNICARE LA ADOLESCENȚI

Prof. Chiriac Elena,  
Școala Gimnazială Solonț (Colegiul Economic "Ion Ghica"), Bacău

## 1. Repere teoretice

Încă din cele mai vechi timpuri oamenii au căutat o modalitate de a se înțelege între ei. La început au imitat animalele împrumutându-le strigătele pentru a face cunoscută prezența dușmanului, sau pentru a-și recunoaște prietenii. Această modalitate dădea roade în junglă, însă odată cu evoluția sa, omul are din ce în ce mai multă nevoie să comunice cu semenul său. În sprijinul acestei nevoi de comunicare vine dezvoltarea limbajului care deține o putere capitală în relaționarea cu celălalt.

În zilele noastre termenul *comunicare* este foarte des utilizat în sintagme precum „sesiune de comunicări științifice”, „practici de comunicare”, „comunicare didactică”, însă de foarte multe ori avem surpriza să constatăm că nu cunoaștem, nici pe departe, definiția și caracteristicile acestui concept. Când suntem întrebați ce este comunicarea răspundem : o interacțiune între două sau mai multe persoane, însă această definiție reprezintă doar o parte din ceea ce ar trebui spus. Unii psihologi s-au gândit că „a comunica înseamnă a fi împreună cu, a împărtăși și a te împărtăși, a realiza o comuniune de gând, simțire, acțiune”<sup>1</sup>, alții au considerat-o „o informație care se procesează între cei mai neînsemnați doi comunicatori umani, introduși într-un context și puși într-o situație”<sup>2</sup> sau „ un proces de transmitere a unui mesaj de către un emițător într-o manieră codificată printr-un anumit canal către un receptor în vederea decodificării adecvate”<sup>3</sup>. Dacă ar fi să dăm o definiție proprie punând cap la cap cele trei opinii comunicarea este o relație existentă între emițător și receptor supuși unui anumit context (lingvistic, social, etc.) și aflați într-o anumită situație cu ajutorul căreia vorbitorul transmite un mesaj codificat (gând, simțire, acțiune, etc.) printr-un canal către un destinatar care are obligația să-l decodifice. Această definiție corespunde schemei comunicării lui Jakobson în opinia căruia ea implică șase factori<sup>4</sup>:



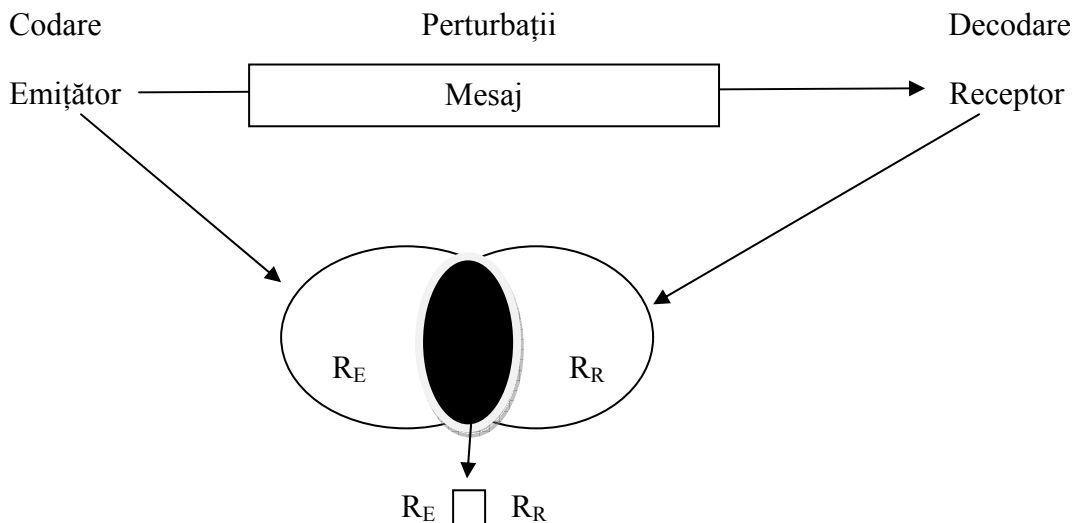
<sup>1</sup> Andrei Cosmovici, Luminița Iacob, *Psihologie școlară*, Iași, Polirom, 1998, p.181.

<sup>2</sup> R. E. Asher, *The Encyclopedia of Language and Linguistics*, apud Dorina Sălăvăstru, *Psihologia educației*, Iași, Polirom, 2004, p.174.

<sup>3</sup> Gheorghe Dumitriu, Constanța Dumitriu, *Psihopedagogie*, București, Editura Didactică și Pedagogică, 2004, p.142.

<sup>4</sup> Roman Jakobson, *Probleme de stilistică*, apud Emilia Boghiu, *Ghid de poetică a prozei. Încercare de metodă*, Pitești, Paralela 45, 2009, p.14.

Însă această schemă nu este suficientă pentru a arăta cum se realizează comunicarea, deoarece ea nu specifică problemele ce pot interveni în momentul în care apar deosebiri de context sau perturbații de orice fel care pot împiedica transmiterea mesajului. Un lucru foarte important în comunicare este acela ca receptorul să aibă un repertoriu comun cu emițătorul în vederea decodificării informației transmise. Din acest punct de vedere își structurează W. Mezer schema comunicării interumane<sup>5</sup>:



Când vorbim despre comunicare interumană primul nostru gând este acela că persoanele implicate folosesc limbajul, sau comunicarea verbală. Dar la aceasta se adaugă și cea paraverbală și nonverbală. De folosirea acestora două din urmă suntem aproape inconștienți, deoarece imperceptibil vocea crește în intensitate atunci când vrem să convingem, debitul vorbirii se mărește, privirea devine mai sigură iar corpul este orientat către interlocutor. În concluzie „vorbim cu ajutorul organelor, dar comunicăm cu întregul nostru corp și nu numai. Comunicative sunt și îmbrăcămintea, relațiile pe care le stabilim (democratice, de autoritate, indiferente), spațiul pe care îl ocupăm și distanțele la care ne plasăm față de interlocutor.”<sup>6</sup>

În viața noastră de zi cu zi întâlnim persoane mai mult sau mai puțin capabile să comunice cu noi și de fiecare dată ne întrebăm de ce este acest lucru atât de greu. Un răspuns la întrebare ar fi acela că nu toți posedăm această **competență** de relaționare cu ceilalți. Aceasta se dobândește prin învățarea tehnicilor de comunicare sau pur și simplu reprezintă o trăsătură a personalității noastre. Termenul de competență este definit ca fiind „un ansamblu integrativ de cunoștințe, deprinderi, motivații și atitudini care mijlocesc comportamentul profesional și garantează acțiunea expertă în domenii și contexte specifice de activitate pentru profesia didactică.”<sup>7</sup> În opinia lui L. Allal<sup>8</sup> o competență are patru componente: *componente cognitive* în care se includ toate cunoștințele despre legi, principii, priceperi; *componente afective* legate de atitudini, sentimente, motivații; *componente sociale* care visează interacțiunea cu celălalt, adaptarea la mediu și *componente senzorio-motorii* legate de coordonările gestuale și senzoriale. În general competența visează capacitatea unui om de a învăța, de a utiliza noțiuni abstracte și concrete, de a relaționa cu mediul social și cel profesional, capacitatea de analiză a mediilor sociale, culturale și chiar politice, a evenimentelor survenite în

<sup>5</sup> W. Meyer, Eppler, *apud* Gheorghe Dumitriu, Constanța Dumitriu, *Psihopedagogie*, București, Editura Didactică și pedagogică, 2004, p.145.

<sup>6</sup> Andrei Cosmovici, Luminița Iacob, *Idem*, p. 186.

<sup>7</sup> Metodologia formării continue a personalului didactic din învățământul preuniversitar, 2009, *apud* Constanța Dumitriu, *Primii pași în carieră. Inserția socio-profesională a cadrelor didactice debutante*, Bacău, Alma Mater, 2010, p. 23.

<sup>8</sup> Constanța Dumitriu, *Idem*, p. 23.

viața comunității, abilitatea de a opera pe calculator și de a naviga pe internet. Aceste abilități specifice fiecărui om pot să se multiplice depinzând în totalitate de cariera aleasă de acesta. De exemplu, competența de comunicare și relaționare cu ceilalți este importantă pentru fiecare dintre noi, însă pentru un viitor profesor această are o importanță capitală în desfășurarea procesului didactic. O asemănare între cele două concepte este faptul că atât comunicarea verbală cât și competențele de orice fel se dobândesc pe parcursul unor instruirii: copilul învață să vorbească prin imitație, iar omul adult se instruește pentru a avea competențe cognitive, metodologice, etc. **Competența de comunicare** se referă la felul în care o persoană poate influența din punct de vedere afectiv, cognitiv, poate convinge, poate sesiza reacțiile, atitudinile, comportamentul celuilalt. Scopul final al celui care comunică un mesaj este acela de a fi înțeles pe deplin, de a fi acceptat de interlocutor și de a provoca o schimbare în comportamentul receptorului.

Știind că procesul comunicării se desfășoară cu mai mare dificultate în adolescență, stadiu caracterizat de nesiguranță, de anxietate, de afirmare a personalității și creativității am decis să aplicăm unui grup de elevi două metode prin care să observăm cum comunică altora informațiile achiziționate.

## **2. Coordonate metodologice ale cercetării**

### **2.1. Ipoteză și obiective**

*Obiectivele cercetării :*

Cum comunică adolescenții interlocutorilor informațiile achiziționate.

Cât de atenți sunt la reacțiile celorlalți în legătură cu informațiile oferite.

*Ipoteza de lucru: **Dacă adolescenții au competența de comunicare dezvoltată atunci vor relaționa mult mai bine cu ceilalți.***

### **2.2. Metode și tehnici utilizate**

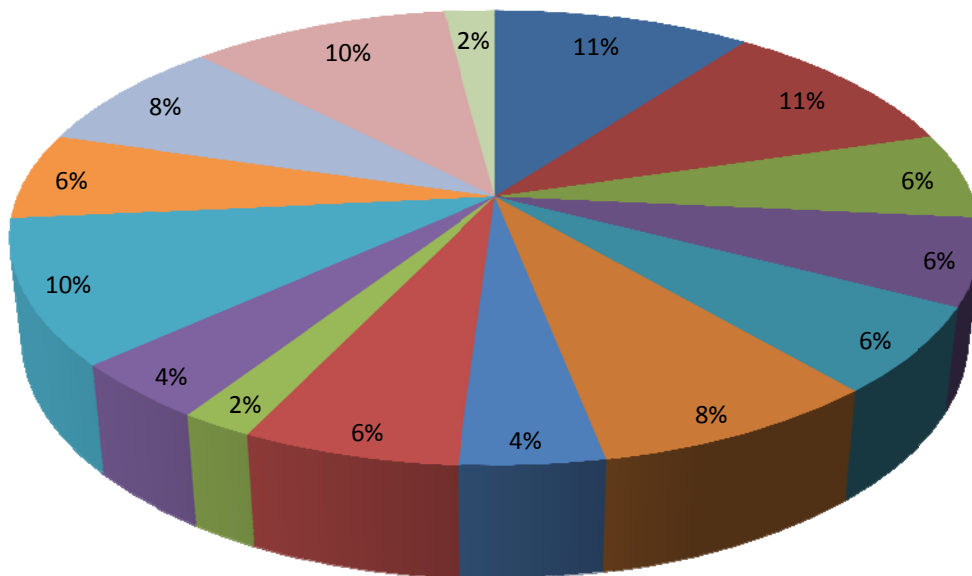
Am ales un eșantion de 20 de subiecți care au studii liceale, cu specializări diferite și care provin atât din mediu urban cât și rural. Metodele de cercetare aplicate sunt chestionarul „**Cât de bine știi să comunică cu celălalt?**” și fișa de observație. La prima probă rezultatele sunt următoarele:

Nr.crt	Inițial a	Sexu l	Mediu de rezidenț ă	Nivel de studi u	Răspunsurile la întrebările chestionarului															Tota l
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1.	Ap. A.	F	Urban	liceu	2	2	4	3	4	4	4	5	3	4	4	5	5	4	4	57
2.	B.A.	F	Urban	liceu	5	4	3	3	3	5	2	3	3	3	3	3	5	2	2	49
3.	C. B.	M	Urban	liceu	2	5	1	1	2	3	1	5	2	2	3	1	4	2	5	39
4.	C. E.	F	Urban	liceu	1	2	2	1	3	5	3	4	2	5	5	5	5	3	3	49
5.	C. I.	M	Rural	liceu	3	3	4	3	3	3	1	2	3	1	3	1	1	3	1	35
6.	C. R.	F	Rural	liceu	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	71
7.	C. R.	M	Urban	liceu	4	4	2	2	2	2	1	4	3	5	5	1	5	2	1	43
8.	C.A.	M	Urban	liceu	5	4	3	3	3	3	2	3	3	5	3	1	4	4	1	47
9.	C.C.	M	Urban	liceu	1	5	2	3	3	1	1	3	2	2	2	1	2	1	2	31
10.	C.L.	F	Urban	liceu	5	5	3	3	3	4	2	3	1	2	5	3	4	5	1	49
11.	F.D.	F	Urban	liceu	5	5	2	5	3	5	1	3	3	3	4	1	3	3	3	49
12.	H.I.	F	Urban	liceu	4	5	5	5	3	5	5	4	5	3	5	2	5	5	3	64
13.	M. A.	M	Urban	liceu	5	3	1	5	3	5	1	3	2	4	4	1	4	2	1	44
14.	P.B.	M	Urban	liceu	4	3	4	4	2	4	5	3	5	5	5	1	4	4	1	54
15.	P.V.	F	Rural	liceu	5	5	1	4	2	2	1	4	2	2	3	1	3	2	1	38
16.	R. I.	F	Urban	liceu	3	5	2	5	2	5	1	3	4	3	3	1	2	2	4	45
17.	S. G.	F	Urban	liceu	1	5	3	3	4	3	2	4	2	2	4	1	3	1	1	39
18.	U.A.	F	Rural	liceu	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	2	46
19.	V. N.	M	Urban	liceu	3	5	2	5	1	5	1	5	4	5	5	5	5	5	1	57
20.	V. N.	F	Urban	liceu	5	2	1	1	1	5	5	1	1	5	5	1	1	1	1	36

Următoarea reprezentare grafică explică în procente răspunsul celor 20 de subiecți la fiecare întrebare a chestionarului și demonstrează că în general adolescenții se încadrează într-un nivel mediu de comunicare în relație cu ceilalți. Din tabel se pot observa foarte bine adolescenții care depășesc nivelul mediu, dar și unii care sunt aproape de limită. Pentru aceștia din urmă se recomandă învățarea tehnicilor de comunicare pentru a le dezvolta abilitățile de relaționare cu ceilalți.

### diagrama rezultatelor din tabel 1

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 ■ 6 ■ 7 ■ 8 ■ 9 ■ 10 ■ 11 ■ 12 ■ 13 ■ 14 ■ 15



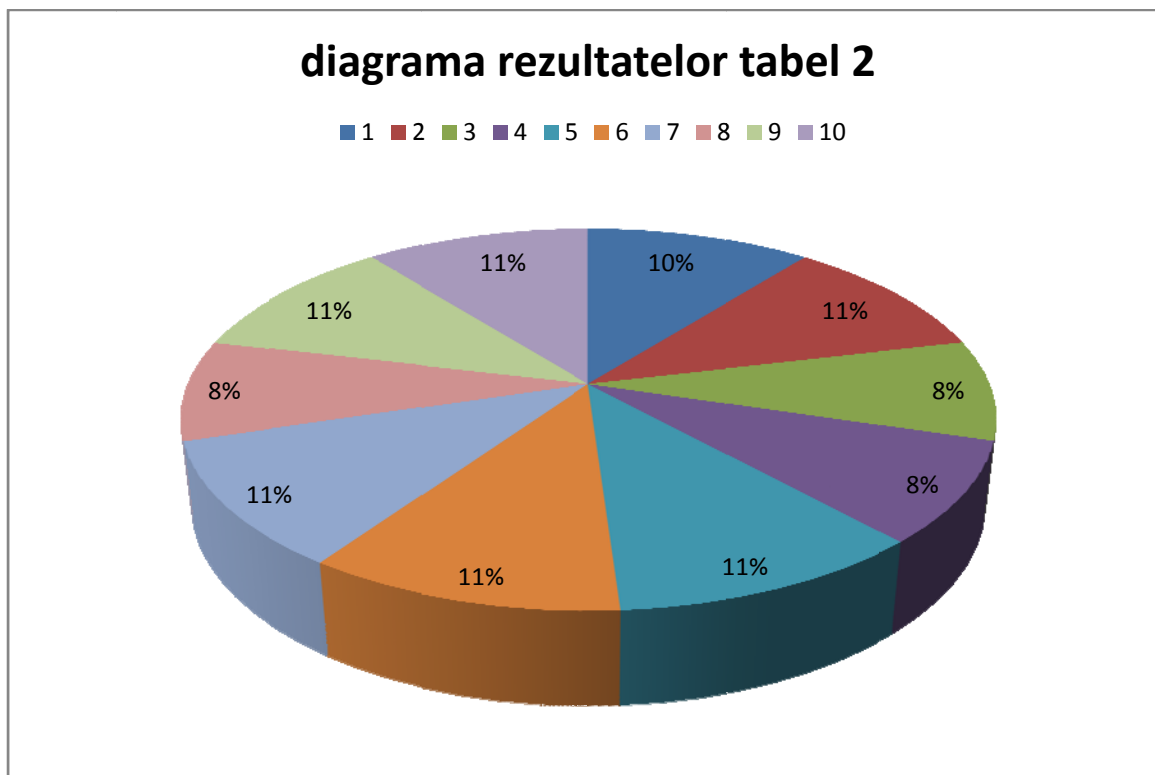
Din diagramă reiese că 11 % din cei întrebați încep ei o conversație atunci când cealaltă persoană nu vorbește. Același procent consideră că prima impresie contează în momentul în care faci cunoștință cu o persoană, dar numai 6% cred că au ceva de câștigat când discută cu altcineva chiar dacă subiectul nu este unul foarte interesant. La capitolul cine vorbește mai mult procentul de mai sus se repetă, însă la capitolul răbdare doar 4 % dintre cei întrebați pot citi o carte până la sfârșit chiar dacă îi plictisește. La întrebarea dacă meseria de profesor îi atrage adolescenții au răspuns în procent de 10% că le-ar plăcea însă ceilalți sunt categorici în a refuza această meserie. La ultima întrebare a chestionarului doar 10% au afirmat că-și susțin cu tărie părerea chiar dacă sunt greșite.

O primă concluzie a acestui chestionar este că în relație cu ceilalți adolescenții încearcă să se impună cu propriile idei, au nevoie să-i împărtășească celuilalt gândurile și sentimentele sale, să-l convingă pe interlocutor că au dreptate.

A doua metodă constă într-o fișă de observație care are ca scop felul în care își prezintă adolescenții ideile în fața celorlalți și cât de bine le este receptat mesajul.

Nr.crt.	Inițiala	Sexul	Mediu de rezidență	Nivelul de studiu	Răspunsurile la grila de observație										Total
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.	Ap. A.	F	Urban	liceu	5	5	5	3	3	4	3	4	5	5	42
2.	B.A.	F	Urban	liceu	5	5	5	4	3	4	4	5	5	5	45
3.	C. B.	M	Urban	liceu	5	3	4	4	3	5	3	4	4	5	40
4.	C. E.	F	Urban	liceu	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	48
5.	C. I.	M	Rural	liceu	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	33
6.	C. R.	F	Rural	liceu	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	46
7.	C. R.	M	Urban	liceu	4	3	2	3	4	4	5	4	5	5	39
8.	C.A.	M	Urban	liceu	3	4	4	5	5	5	4	4	3	4	42
9.	C.C.	M	Urban	liceu	3	4	4	3	3	3	3	3	3	5	34
10.	C.L.	F	Urban	liceu	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	47
11.	F.D.	F	Urban	liceu	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	45
12.	H.I.	F	Urban	liceu	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	46
13.	M. A.	M	Urban	liceu	4	3	3	4	3	4	3	4	3	5	36
14.	P.B.	M	Urban	liceu	5	5	5	4	3	5	5	5	4	5	46
15.	P.V.	F	Rural	liceu	5	4	4	4	3	5	3	4	5	3	40
16.	R. I.	F	Urban	liceu	5	4	4	3	3	2	4	4	5	5	40
17.	S. G.	F	Urban	liceu	5	4	4	3	3	4	3	4	4	4	38
18.	U.A.	F	Rural	liceu	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	47
19.	V. N.	M	Urban	liceu	5	5	3	5	5	4	5	5	5	4	46
20.	V. N.	F	Urban	liceu	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	36

Nota fiecărui elev se află prin înmulțirea punctajului obținut cu 2 și împărțirea la numărul de întrebări. Ca și la chestionar proba a doua demonstrează faptul că adolescenții au o competență de comunicare dezvoltată la un nivel mediu, însă sunt adolescenți care ating maximum de competență cât și adolescenți care ating minimum de competență. Aceștia din urmă au foarte mari probleme în a-și expune propriile păreri și în a conștientiza reacția celuilalt pentru că nu-și privesc cu adevărat interlocutorul. Diagrama de mai jos explică în procente nivelul de comunicare a adolescenților în funcție de răspunsurile la grila de evaluare:



Din diagramă vedem că doar 10% se pregătesc la nivel maxim pentru o prezentare și 11% dintre ei realizează o prezentare ușor de urmărit și bine organizată. 8% dintre cei observați reușesc să înlănțuie logic ideile și tot 8% pot explica cu ușurință concepte dificile în așa fel încât să înțeleagă și ceilalți colegi. 11% pot vorbi detașându-se de propriile noțiuni și același procent sunt siguri pe ceea ce spun vorbind cât se poate de clar și de răspicat privindu-și auditoriul, însă doar 8% dintre ei pot capta audiența și o pot menține până la sfârșit fără ca aceasta să se plictisească. 11% au fost atenți la cerințele date respectându-le și același procent folosesc un limbaj adaptat la cei care îi ascultă.

### 3. Concluzii și strategii de dezvoltare a competenței de comunicare

Din cele două probe aplicate rezultă faptul că majoritatea adolescenților au o comunicare medie și uneori le este greu să spună ceea ce au de spus. De aceea este foarte important ca în orele de literatură, de dirigenție fiecare elev să-și spună propria părere în legătură cu subiectul discutat fără a fi amenințat de note. O metodă care ar putea dezvolta abilitățile de comunicare ar

fi brainstormingul. Fiecare elev și-ar exprima opinia fără a fi judecat și astfel colegii ar afla mai multe despre el, despre gândirea, creativitatea sa, despre atitudinea lui față de un anumit subiect. O altă metodă ar fi aceea ca profesorii de literatură să nu asculte doar două- trei eseuri și apoi să treacă la o altă lecție. Ar fi mai bine ca fiecare elev să-și prezinte lucrarea și apoi să se facă observații pe marginea subiectului tratat, să se aducă argumente pro și contra. Astfel ei ar prinde mai mult curaj, ar fi mai atenți la felul cum reacționează ceilalți în momentul prezentării, ar accepta observațiile și criticile.

Ursula Șchiopu și Emil Verza afirmă că la vârsta adolescenței „se formează, datorită exercițiilor, numeroși algoritmi verbali utili în luarea de cuvânt în colective, de relatare a unei situații, de dare de seamă și referate orale și scrise. Se manifestă, de asemenea, exigențe tot mai mari în exprimare, în discuții constructive și contradictorii, în situații de informare, de confesiune. Vorbirea devine mai nuanțată și plastică, adaptată la circumstanțe. În situații mai mult sau mai puțin oficiale în care tânărul exprimă și conștiința de sine ca valoare, există o mare atenție pentru sensul, semnificația și folosirea corectă a termenilor. Adolescentul la această vârstă cunoaște puterea foarte mare a cuvântului [...]. Dar cel mai interesant fenomen care se manifestă în legătură cu limbajul constă în creșterea capacităților de creație în domeniile literaturii.”<sup>9</sup> Această opinie a celor doi psihologi susține în mare parte ipoteza noastră de lucru și de asemenea și rezultatele obținute la probele aplicate, singura deficiență fiind aceea că ei vorbesc doar de un singur tip de comunicare, cea verbală.

Fie că e vorba de copilărie, adolescență sau maturitate comunicarea este esențială între oameni. Adolescenții care depășesc nivelul mediu de competență se vor orienta în cariera profesională spre domeniile psihologie, învățământ, politică, sociologie, deoarece ei sunt întotdeauna atenți în același timp la felul cum transmit informația dar și la felul cum este aceasta primită de interlocutor.

---

<sup>9</sup> Ursula Șchiopu, Emil Verza, *Psihologia vârstelor. Ciclurile vieții*, București, Editura Didactică și Pedagogică, 1997, p.240.



ANEXE :

**Cât de bine știi să comunici cu celălalt?**

Completați chestionarul de mai jos înconjurând cifra care vi se potrivește cel mai bine, 1 însemnând deloc și 5 mi se potrivește foarte bine.

1. Dacă sunteți în prezența unei persoane care nu vorbește vă asumați rolul de emițător legând o conversație despre fotbal, politică, vreme, etc.

1 2 3 4 5

2. Cât de bine vi se potrivește enunțul „prima impresie contează” atunci când este vorba de cunoșterea unei noi persoane.

1 2 3 4 5

3. Chiar dacă subiectul nu este foarte interesant, orice discuție cu o altă persoană vi se pare un câștig.

1 2 3 4 5

4. Vă place mai mult să vorbiți decât să ascultați.

1 2 3 4 5

5. Dacă cineva țipă la dumneavoastră continuați să vorbiți calm.

1 2 3 4 5

6. Deseori vi se întâmplă să monopolizați discuția din dorința de a spune tot ce știți și tot ce gândiți.

1 2 3 4 5

7. Deși cartea pe care o lecturați vă plictisește continuați să o citiți până la sfârșit în speranța că veți găsi ceva captivant.

1 2 3 4 5

8. Aveți tendința de a ridica tonul atunci când nu vă convine ceva.

1 2 3 4 5

9. Cel mai adesea vi se reproșează că vorbiți prea mult.

1 2 3 4 5

10. Vă expuneți logic și clar ideile și acceptați contraargumentele.

1 2 3 4 5

11. Când vă angajați într-o conversație folosiți atât comunicarea verbală cât și cea paraverbală (intonație, debit, etc.) și cea nonverbală (gesturi, mimică, etc.)

1 2 3 4 5

12. Meseria de profesor vă atrage.

1 2 3 4 5

13. Atunci când vorbiți cu o persoană vă îndreptați toată atenția asupra ei pentru a fi sigur că v- a înțeles mesajul.

1 2 3 4 5

14. Luați cu ușurință cuvântul chiar dacă în fața dumneavoastră se află mai multe persoane.

1 2 3 4 5

15. Chiar dacă argumentele dumneavoastră se dovedesc a fi false le susțineți cu tărie.

1 2 3 4 5

Rezultate:

0-24 puncte

Sunteți o persoană irascibilă. Vedeți orice cuvânt ca un atac la adresa dumneavoastră. Când este vorba să oferiți argumente în favoarea propriilor opinii le susțineți chiar și atunci când sunt neadecvate. Mai mult vă place să ordonați decât să acceptați ideile altora. Nu vă este deloc

la îndemână noțiunea de răbdare și de cele mai multe ori îi catalogați pe ceilalți la repezeală fără să vă pese de opiniile lor.

25-44 puncte

Sunteți o persoană oscilantă. Uneori vă enervați și nu mai ascultați opiniile celorlalți. Alteori vă păstrați calmul și reușiți să relaționați cu ceilalți dovedind o bogată imaginație. Când ceva nu vă convine „vă puneți dopurile în urechi” încăpățânându-vă să nu luați în seamă obiecțiile interlocutorului. Când sunteți calm puteți analiza la rece propriile opinii și să le recunoașteți greșelile. Această inconstanță se poate corecta prin dezvoltarea abilităților de comunicare și interrelaționare.

45-75 puncte

Sunteți o persoană deschisă, calmă, echilibrată. Nu acționați sub impulsul nervilor și dacă ceva nu vă convine lăsați să treacă o scurtă perioadă de timp până când răspundeți interlocutorului pentru a nu-l ofensa și dumneavoastră. Vă place să vorbiți, să oferiți informații pertinente și în același timp vă ascultați interlocutorul și îi analizați opiniile. Considerați că o discuție vă poate aduce un câștig atât pe plan informațional cât și pe plan afectiv.

### FIȘĂ DE OBSERVAȚIE A UNEI PREZENTĂRI ORALE

Numele elevului:

Subiectul prezentării:

Pentru a evalua punctele forte și slabe ale unui elev încercuiți cifra care se potrivește cât mai bine prezentării sale orale.

- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. Elevul a consultat sursele bibliografice indicate.                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Prezentarea a fost bine organizată și ușor de urmărit.              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Ideile sunt înlănțuite logic.                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Explică cu ușurință conceptele dificile.                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Vorbește fluent fără să privească notițele.                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Vorbește destul de clar și de tare ca să fie auzit de toată clasa.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Pe timpul prezentării a menținut contactul cu auditoriul.           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. A captat și menținut atenția auditoriului pe parcursul prezentării. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. A respectat cerințele sarcinii de lucru.                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Și-a adaptat limbajul la nivelul auditoriului.                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Nota finală se află prin înmulțirea punctajului obținut cu 2 și împărțirea la 10.

## BIBLIOGRAFIE

1. Boghiu, Emilia, *Ghid de poetică a prozei. Încercare de metodă*, Pitești, Paralela 45, 2009.
2. Chelcea Adina, *Cunoașterea de sine și a celorlalți*, București, Știință și tehnică, 1997.
3. Cosmovici, Andrei, Iacob, Luminița, *Psihologie școlară*, Iași, Polirom, 1999.
4. Dumitriu, Constanța, *Primi pași în carieră. Inserția socio-profesională a cadrelor didactice debutante*, Bacău, Alma Mater, 2010.
5. Dumitriu, Gheorghe, Dumitriu, Constanța, *Psihopedagogie*, București, Editura Didactică și Pedagogică, 2004.
6. Pitaru, Horia, *Psihoteste*, București, Știință și tehnică, 2002.
7. Radu, Nicolae, *Teste psihologice pentru orientarea în carieră și autocunoaștere*, Iași, Polirom, 2007.
8. Savin Petronela, *Ghid de practică pedagogică*, Bacău, 2009.
9. Sălăvăstru Dorina, *Psihologia educației*, Iași, Polirom, 2004.
10. Șchiopu, Ursula, Verza, Emil, *Psihologia vârstelor. Cichurile vieții*, București, Editura Didactică și Pedagogică, 1997.