



Clasa în echilibru

Educație
cu sens
pentru
un viitor mai bun!



Ghid practic pentru gestionarea
comportamentelor dificile
la ciclul primar



Reguli
clare



Rutine
previzibile



Consecințe
logice



Relație
autentică



Autoreglare
și sprijin



Cultura
reușitei

Copii mai liniștiți.
Clase mai unite.
Învățare cu bucurie.



O clasă
în care fiecare
poate reuși! ♥

„Un copil care se simte în siguranță,
este un copil care poate învăța.” ♥

SIMAC ADRIANA
Profesor consilier școlar



Resurse practice
pentru învățători



Idei concrete
pentru situații reale



O clasă mai sigură,
mai prietenoasă, mai eficientă

busolaviitorului.ro

Împreună pentru copii,
profesori și un viitor cu sens! ♥

CLASA ÎN ECHILIBRU

Ghid practic pentru gestionarea comportamentelor dificile la ciclul primar

*Împreună
pentru copii
și un mâine mai bun!*

OBSERVĂ
ÎNȚELEG
SUSȚINE
INSPIRĂ

Pagina 1 | Înainte să corectăm comportamentul, încercăm să îl înțelegem



Comportamentul agresiv este adesea un semnal, nu doar o problemă.
Înainte de a interveni, merită să înțelegem ce încearcă elevul să transmită.

Ce poate fi în spate?

FIECARE COMPORTAMENT
ARE O POVESTE.



Emoții puternice –
furie, frustrare,
teamă, anxietate



**Dificultăți de
comunicare** –
nu știe să ceară, să refuze
sau să spună ce îl
deranjează



**Sarcină prea dificilă /
dificultăți de învățare /
CES**



**Nevoia de atenție,
siguranță sau
apartenență**



**Suprastimulare /
oboseală / foame /
lipsa somnului**



**Modele negative,
conflicte, bullying
sau stres familial**



Întrebări utile pentru învățător

*Întrebările potrivite
deschid soluții.*

1

Ce s-a întâmplat
înainte?

2

Ce face concret
copilul?

3

Ce obține sau evită
prin comportament?

4

Ce pot schimba eu
în mediu, sarcină
sau relație?



Fișa rapidă ABC

OBSERVĂ. ANALIZEAZĂ. GĂSEȘTE DIRECȚIA.

A

Înainte:
Ce s-a întâmplat?

B

Comportament:
Ce a făcut concret?

C

După:
Ce s-a întâmplat
imediat?



Ipoteză:
Ce nevoie ar putea
exprima?



**Înainte de «Cum îl opresc?», întreabă-te:
«Ce încearcă să îmi transmită?»**



PASI MICI.
SCHIMBĂRI MARI.



CLASA ÎN ECHILIBRU

Ghid practic pentru gestionarea comportamentelor dificile la ciclul primar

*Împreună
pentru copii
și un mâine mai bun!*

OBSERVĂ
ÎNȚELEGE
SUSȚINE
INSPIRĂ

Pagina 2 | Managementul clasei: structură, predictibilitate și relație



Un climat bun la clasă se construiește prin reguli clare, rutine previzibile, consecințe logice, încurajare și o cultură a reușitei.

1

Reguli clare

Puține. Vizibile. Exersate. Aplicate consecvent.

REGULILE DAU SIGURANȚĂ
ȘI DIRECȚIE.



Vorbim
pe rând.



Avem grijă de noi
și de ceilalți.



Cerem ajutor când
avem nevoie.



Reparăm
când greșim.

2

Consecințe logice

Consecințele îi ajută pe copii să înțeleagă și să învețe.

CONSECINȚE CORECTE,
NU PEDEPSE.



Ai stricat →
repari.



Ai întrerupt activitatea
→ recuperezi.



Ai rănit →
repari relația.

Consecințe trebuie
să aibă legătură cu
comportamentul.

3

Rutine previzibile

Rutinele reduc anxietatea și cresc cooperarea.

ZI DE ZI, ACEEAȘI ORDINE,
MAI MULTĂ LINIȘTE.



Intrarea
în clasă



Începutul
orei



Tranziția între
activități



Cererea
ajutorului



Finalul
zilei

Copiii se simt mai în
siguranță când știu
ce urmează.

4

Încurajare și recompense

Un cuvânt potrivit la momentul potrivit face diferența.

MAI MULTĂ MOTIVAȚIE,
MAI MULTE REUȘITE.



- ✓ Apreciază efortul, nu doar rezultatul.
- ✓ Folosește feedback specific.
- ✓ Oferă responsabilități și privilegii, nu doar premii.

Exemple de mesaje pentru elevi:

„Am observat că ai
așteptat rândul.”

„Ai cerut ajutor
înainte să te enervezi.”

5

Cultura reușitei

Fiecare copil poate avea experiențe de succes.

FIECARE PAS CONTEAZĂ.



Obiective
clare



Sarcini
adaptate



Greșeala =
parte din învățare



Fiecare copil are
șansa să reușească
la ceva



Clasa devine mai sigură când elevii știu ce se așteaptă de la ei,
ce urmează și că pot repara atunci când greșesc.



PAȘI MICI.
SCHIMBĂRI MARI.



CLASA ÎN ECHILIBRU

Ghid practic pentru gestionarea comportamentelor dificile la ciclul primar

*Împreună
pentru copii
și un mâine mai bun!*

OBSERVĂ
ÎNȚELEG
SUSȚINE
INSPIRĂ

Pagina 3 | În momentul escaladării: calm, siguranță și mesaje scurte



În momentul escaladării, copilul are nevoie de un adult calm, ferm și previzibil.

1

Semne că elevul se apropie de escaladare

Observate la timp, pot preveni criza.

ATENȚIA TA
FACE DIFERENȚA.



voce ridicată



agitație



refuz



provocări



plâns /
tensionare corporală

2

Ce face profesorul

Intervenție scurtă, calmă și clară.

ACȚIUNI SIMPLE.
REZULTATE MAI BUNE.



Vorbește rar și
pe un ton scăzut.



Redu stimulii și
distanțează
publicul.



Oferă două
opțiuni simple.



Păstrează distanța
și siguranța.



Mută discuția
din fața clasei.

3

Ce poate spune

Mesaje scurte care reglează, nu aprind conflictul.

CUVINTE CALME.
COPII MAI SIGURI.

Oprește-te.
Nu este sigur.

Văd că îți este greu.
Te ajut să te liniștești.

Ai două variante:
rămâi aici liniștit sau
mergi în spațiul de calmare.

Vorbim după
ce te liniștești.

4

Ce evităm

Unele reacții cresc tensiunea.

EVITĂ CE APRINDE.
ALEGE CE AJUTĂ.



predici lungi



ironii sau
etichete



amenințări



discuții în fața
clasei



prea multe
întrebări



**Mai puține cuvinte. Mai mult calm.
Mai multă siguranță.**

PAȘI MICI.
SCHIMBĂRI MARI.



CLASA ÎN ECHILIBRU

Ghid practic pentru gestionarea comportamentelor dificile la ciclul primar

*Împreună
pentru copii
și un mâine mai bun!*

OBSERVĂ
ÎNȚELEGE
SUSȚINE
INSPIRĂ

Pagina 4 | Protocol rapid pentru comportamentul agresiv



Siguranța este prioritară.

Intervenția se face pe pași, nu în grabă.

Protocolul profesorului

OPREȘTE • ASIGURĂ • CALMEAZĂ • DISCUTĂ • REPARĂ • PREVINO

1



OPREȘTE

Oprește ferm comportamentul și blochează accesul la obiecte periculoase.

2



ASIGURĂ

Protejează ceilalți elevi, creează spațiu și cheamă sprijin dacă este necesar.

3



CALMEAZĂ

Voce joasă, puține cuvinte, timp pentru reglare.

4



DISCUTĂ

După calmare:
Ce s-a întâmplat?
Ce ai simțit?
Ce poți face data viitoare?

5



REPARĂ

Reface ordinea,
repară relația și
reia activitatea.

6



PREVINO

Observă declanșatorii
și adaptează rutina,
sarcina sau sprijinul.



Ce fac imediat

ACȚIUNI SIMPLE PENTRU MAI MULTĂ SIGURANȚĂ.



separ elevii
implicați



îndepărtez
obiectele



păstrez
tonul calm



reduc
publicul



Ce fac după

PAȘI PENTRU REFLECȚIE ȘI PROGRES.



discuție
scurtă



consecință
logică



repararea
relației



plan pentru
data viitoare



Important

Nu ținem lecția morală în plină criză. Întâi reglare, apoi reflecție.



După comportament,
urmează învățarea.



PAȘI MICI.
SCHIMBĂRI MARI.



CLASA ÎN ECHILIBRU

Ghid practic pentru gestionarea comportamentelor dificile la ciclul primar

*Împreună
pentru copii
și un mâine mai bun!*

OBSERVĂ
ÎNȚELEG
SUSȚINE
INSPIRĂ

Pagina 5 | Plan rapid pentru un elev cu comportamente dificile



Nu schimbăm totul deodată. Alegem un comportament și lucrăm consecvent.



Fișă practică de intervenție

Un singur pas clar este mai util decât zece intenții.

PLANIFICĂ.
ACȚIONEAZĂ.
OBSERVĂ.
AJUTĂ-L SĂ REUȘEASCĂ.

1

Comportamentul pe care vreau să îl reduc:

2

Ce observ de obicei înainte:

3

Comportamentul alternativ pe care vreau să îl învăț:

4

Ce fac preventiv la clasă:

5

Cum reacționez când apare:

6

Cum încurajez progresul:

7

Cu cine colaborez:

8

Cum urmăresc progresul:



Exemplu practic

Un plan concret poate face diferența.

EXEMPLELE DAU ÎNCREDERE
ȘI IDEI PENTRU PROPRIA PRACTICĂ.



Dificultate:
pleacă din bancă
și întrerupe ora.



Alternativ:
cere ajutor sau
o pauză scurtă.



Preventiv:
sarcină fragmentată,
rutină clară,
rol activ.



Încurajare:
«Ai cerut ajutor
înainte să te
enervezi.»



Repere utile

IDEI SIMPLE.
CU IMPACT MARE.



alege un singur obiectiv



folosește formulări concrete



urmărește progresul, nu perfecțiunea



fii consecvent 2-3 săptămâni



**Când observăm, planificăm și repetăm,
comportamentul se poate schimba.**



PAȘI MICI.
SCHIMBĂRI MARI.

CLASA ÎN ECHILIBRU

Ghid practic pentru gestionarea comportamentelor dificile la ciclul primar

Pagina 6 | Situații frecvente și răspunsuri rapide

*Împreună
pentru copii
și un mâine mai bun!*

OBSERVĂ
ÎNȚELEG
SUSȚINE
INSPIRĂ



Intervențiile mici, aplicate consecvent, schimbă climatul clasei.

Ce pot face mâine la clasă?

SITUAȚII REALE. PAȘI SIMPLI.
REAȚII UTILE.

1

Refuză sarcina



- Imediat:** simplifică și oferă doi pași clari.
- Evită:** etichete precum «leneș» sau «nu vrei».
- Data viitoare:** oferă alegere și sarcină fragmentată.

2

Vorbește peste profesor



- Imediat:** semnal nonverbal și reamintirea regulii.
- Evită:** ceartă lungă în fața clasei.
- Data viitoare:** exersează regula «vorbim pe rând».

3

Lovește / împinge



- Imediat:** oprește, separă și asigură siguranța.
- Evită:** discuția moralizatoare pe loc.
- Data viitoare:** învață alternative de exprimare și reparare.

4

Aruncă obiecte



- Imediat:** îndepărtează obiectele și redu stimulii.
- Evită:** confruntarea dură.
- Data viitoare:** oferă pauză scurtă și spațiu de calmare.

5

Pleacă mereu din bancă



- Imediat:** redirecționează scurt și calm.
- Evită:** repetarea continuă a mustrărilor.
- Data viitoare:** include pauze de mișcare și roluri active.

6

Plânge sau intră în criză emoțională



- Imediat:** validează emoția și oferă spațiu.
- Evită:** «Nu mai plânge!»
- Data viitoare:** discută semnele și planul de calmare.



Întrebarea-cheie a profesorului
«Ce vreau să învețe copilul din această situație?»

*Întrebările potrivite
deschid soluții.*



siguranță



relație



alternativă
de comportament



reparare



Nu căutăm doar ce oprim, ci și ce vrem să vedem mai des.



PAȘI MICI.
SCHIMBĂRI MARI.

