

## A2.1 Campanie de informare, conștientizare, sensibilizare și motivare pentru atragerea și menținerea resurselor umane calificate în școli defavorizate prin participare la programe de formare și dezvoltare profesională continuă.

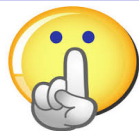
# MAGIA ALBĂ

Scopul acestui seminar este de a evidenția cât de importantă este ascultarea și de a învăța să folosim “magia albă”, adică de a fi buni ascultători, ceea ce va contribui la dezvoltarea personală și spirituală.



Cei cu care ne întâlnim zi de zi, ne măsoară și ne evaluează, votând într-un final “pro” sau „contra”.

A ști să-l ascuți pe celălalt este o artă nu tocmai ușor de însușit: e nevoie de calm interior și de renunțarea la efortul de a-l controla pe interlocutor, astfel încât să îl convingem că îi acordăm toată atenția noastră. Putem să ne depășim percepțiile și gândurile proprii, să renunțăm la prejudecățile ce se interpun inevitabil între noi și cei pe care îi ascultăm.



Sesiune susținută de Conf. univ. dr. Ioana Lepădatu  
23 august 2019, Brăila

## A2.1 Campanie de informare, conștientizare, sensibilizare și motivare pentru atragerea și menținerea resurselor umane calificate în școli defavorizate prin participare la programe de formare și dezvoltare profesională continuă.

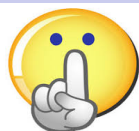
# MAGIA ALBĂ

Scopul acestui seminar este de a evidenția cât de importantă este ascultarea și de a învăța să folosim “magia albă”, adică de a fi buni ascultători, ceea ce va contribui la dezvoltarea personală și spirituală.



Cei cu care ne întâlnim zi de zi, ne măsoară și ne evaluează, votând într-un final “pro” sau „contra”.

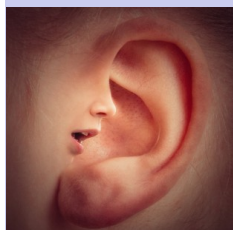
A ști să-l ascuți pe celălalt este o artă nu tocmai ușor de însușit: e nevoie de calm interior și de renunțarea la efortul de a-l controla pe interlocutor, astfel încât să îl convingem că îi acordăm toată atenția noastră. Putem să ne depășim percepțiile și gândurile proprii, să renunțăm la prejudecățile ce se interpun inevitabil între noi și cei pe care îi ascultăm.



Sesiune susținută de Conf. univ. dr. Ioana Lepădatu  
23 august 2019, Brăila

Este important să ne aducem aminte cât de valoros este gestul de a sta pur și simplu în prezența neputinței celui alt, fără să punem presiune suplimentară asupra sa prin indicațiile pe care i le oferim, ci doar păstrând o stare interioară de deschidere și empatie de genul: „te primesc și te accept în inima mea cu toate vulnerabilitățile tale pentru că și eu le am și le cunosc pe ale mele”.

Ascultarea înseamnă receptivitate, nu directivitate. Ascultarea crează intimitate și un spațiu relațional confortabil în care celălalt se poate regăsi pe sine și poate intra în contact cu propriile sale resurse. Mai presus de orice, ascultarea oricui altcuiva începe prin exersarea ascultării constante de sine.



### Modalități de focalizare a atenției:

1. În orice situație să-mi pun următoarea întrebare: Care este cel mai mic pas care îl pot face în situația creată?
2. O dată pe zi să refac un drum, o acțiune și să văd unde sau dacă mă blochez.

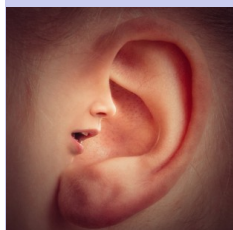
Pentru informații suplimentare legate de proiect ne puteți contacta la:

Asociația “Societatea Națională Spiru Haret pentru Educație, Știință și Cultură”  
Adresa: Strada Italiană, nr.28, sector 2, București;  
Website: [didactform.snsr.ro](http://didactform.snsr.ro) ; e-mail: [didactform-106758@snsr.ro](mailto:didactform-106758@snsr.ro); Tel. 021.455.10.51.

**DidactForm**  
POCU/73/6/6/106758  
Cadre DIDACTice  
FORMate pentru educatie  
incluziva de calitate

Este important să ne aducem aminte cât de valoros este gestul de a sta pur și simplu în prezența neputinței celui alt, fără să punem presiune suplimentară asupra sa prin indicațiile pe care i le oferim, ci doar păstrând o stare interioară de deschidere și empatie de genul: „te primesc și te accept în inima mea cu toate vulnerabilitățile tale pentru că și eu le am și le cunosc pe ale mele”.

Ascultarea înseamnă receptivitate, nu directivitate. Ascultarea crează intimitate și un spațiu relațional confortabil în care celălalt se poate regăsi pe sine și poate intra în contact cu propriile sale resurse. Mai presus de orice, ascultarea oricui altcuiva începe prin exersarea ascultării constante de sine.



### Modalități de focalizare a atenției:

1. În orice situație să-mi pun următoarea întrebare: Care este cel mai mic pas care îl pot face în situația creată?
2. O dată pe zi să refac un drum, o acțiune și să văd unde sau dacă mă blochez.

Pentru informații suplimentare legate de proiect ne puteți contacta la:

Asociația “Societatea Națională Spiru Haret pentru Educație, Știință și Cultură”  
Adresa: Strada Italiană, nr.28, sector 2, București;  
Website: [didactform.snsr.ro](http://didactform.snsr.ro) ; e-mail: [didactform-106758@snsr.ro](mailto:didactform-106758@snsr.ro); Tel. 021.455.10.51.

**DidactForm**  
POCU/73/6/6/106758  
Cadre DIDACTice  
FORMate pentru educatie  
incluziva de calitate