Lecția 3 · Susținerea părerii/opiniei proprii. Formularea răspunsurilor

Introducere

Ți s-a întâmplat să ai dreptate și totuși nimeni să nu te asculte? Uneori nu contează doar ce spui, ci și cum spui. O părere spusă cu un motiv convinge mai ușor decât una strigată. O părere spusă despre tine — „eu cred”, „eu simt” — nu-l rănește pe celălalt, pe când una care începe cu „tu ești” sau „tu niciodată” îl face să se închidă. Iar un răspuns bun îi dă celui care te-a întrebat exact ce avea nevoie să afle. În această lecție afli cum îți susții părerea, cum formulezi răspunsuri bune și de ce, atunci când e vorba despre tine, ai dreptul să fii ascultat.

În această lecție vei descoperi

– ce înseamnă să îți susții părerea și ce este un argument;
– cum îți spui părerea fără să-l rănești pe celălalt;
– cum arată un răspuns bun și în câte feluri putem răspunde la aceeași întrebare;
– ce înseamnă dreptul de a fi ascultat.

Care părere te-a convins?

1. În lecția trecută ai aflat ce este o opinie. Cu ce expresii începem, de obicei, o opinie?

2. Profesorul de la Clubul de lectură vrea să organizeze o strângere de daruri pentru copiii de la un centru de plasament. Opiniile elevilor sunt diferite: *„În opinia mea ar fi mai bine dacă am dona articole de sport. Copiii s-ar bucura, iar sportul este îndrăgit de mulți dintre ei.”* · *„Și eu sunt de părere că articolele de sport sunt utile, pentru că sportul te dezvoltă armonios, contribuie la menținerea sănătății și te ajută să te relaxezi.”* · *„Din punctul meu de vedere donarea de cărți ar fi mai potrivită, deoarece cititul dezvoltă imaginația, memoria, vocabularul și cultura generală.”* Care dintre cele trei păreri te-a convins cel mai mult? De ce?

3. La întrebarea „Vreți să ne jucăm?”, cinci copii răspund diferit: *„Iuhuuuu!”* · *„Nu știu ce să zic, am multe teme!”* · *„Da! Mi-ar plăcea să ne jucăm cu toții!”* · *„??!!”* · unul ridică din umeri, fără să spună nimic. Care răspunsuri s-au dat prin cuvinte și care nu?

4. Întrebarea lecției: cum mă fac ascultat?

Răspunsul îl construim pas cu pas, în cele patru secțiuni de mai jos.

1. Îmi susțin părerea

Când îți exprimi părerea sau opinia, este recomandat să o susții cu argumente. Atunci când vrei să îți susții opinia, este indicat să te asiguri că ai informații și argumente suficiente pentru a exprima o părere cât mai apropiată de adevăr.

Definiție

Argumentul este o dovadă adusă în sprijinul unei afirmații.

Poți folosi o serie de formulări în susținerea propriei opinii: *Eu cred sau consider că…, deoarece sau fiindcă…* · *În opinia mea…, pentru că…* · *Părerea mea este că…, fiindcă sau întrucât…* · *Din punctul meu de vedere…, întrucât….* Față de lecția trecută, după fiecare formulare urmează un cuvânt care leagă părerea de motivul ei: **deoarece, fiindcă, întrucât, pentru că**.

2. Fără să jignesc

Când îți susții părerea este recomandat: să apelezi la argumente care se pot verifica · să te exprimi fără să jignești · să vorbești clar, astfel încât să te faci înțeles · să folosești ton, mimică și gesturi adecvate · să ai contact vizual cu interlocutorii · **să combați ideea, fapta sau comportamentul, nu să faci referire la persoană**.

Trebuie să avem grijă ca opiniile noastre să fie formulate **la persoana I**, adică să vorbim despre noi — *eu cred, eu aș avea nevoie, părerea mea este, eu simt*. Trebuie să evităm să ne exprimăm părerile la persoana a II-a — *tu ești, tu niciodată, tu întotdeauna* —, pentru că se poate crea impresia că punem etichete; acestea îngreunează comunicarea și îl determină pe celălalt să se retragă sau agravează conflictul.

Cum îmi susţin părerea	Cum nu
vorbesc despre mine: *eu cred, eu simt, aș dori*	vorbesc despre celălalt: *tu ești, tu niciodată, tu întotdeauna*
combat ideea sau fapta	atac persoana
ton, privire și gesturi potrivite	ridic vocea

Model de exprimare: *Eu cred că… · Acest lucru mă face să mă simt… · Aș dori…*. În exprimarea opiniei contează cuvintele, dar și tonul vocii — suficient de tare, fără să țipăm —, privirea îndreptată spre cei cu care vorbim, gesturile și ținuta corpului. Pe scurt, când îți exprimi opinia fii **calm, clar, convingător și respectuos**.

3. Un răspuns bun

Definiţie
Un răspuns trebuie să fie **potrivit, corect, complet și adevărat**.

Potrivit — răspunde la întrebarea pusă; corect — informațiile sunt exacte; **complet** — cuprinde toate informațiile cerute de întrebare; adevărat — nu conține nimic inventat. Comunicarea eficientă presupune atât întrebări, cât și răspunsuri clare și adecvate. Unele întrebări cer răspunsuri precise, ce pot fi formulate imediat; altele ne solicită efort, iar răspunsul se formulează pe baza unei documentări. Pentru ca răspunsul să fie adecvat, este necesar să formulăm întrebări potrivite — răspunsul bun începe de la întrebarea bună.

La aceeași întrebare se poate răspunde în mai multe feluri.

Răspunsul **verbal** se dă prin cuvinte. El poate fi: scurt, de confirmare sau de negare — *da*, *nu*, *sigur*; cu precizări; cu argumentări.

Răspunsul **nonverbal** se dă fără cuvinte, prin mimică și gesturi.

Felul răspunsului	Exemplu la întrebarea „Vrei să mergem la bibliotecă?”
scurt, de confirmare sau de negare	*Da.* · *Nu.*
cu precizări	*Da, dar după ora patru.*
cu argumentări	*Da, pentru că vreau să împrumut cartea despre care ai vorbit.*
nonverbal	un semn din cap, un zâmbet, ridicarea din umeri

Modalitățile alternative de a formula răspunsuri la aceeași întrebare ne oferă posibilitatea de a ne face înțeleși, de a avea o comunicare eficientă și de a transmite informații corecte.

4. Am dreptul să fiu ascultat

Copilul are **dreptul de a fi ascultat** când se ia o decizie care îl privește: dreptul de a-și spune opinia în procedurile care îl privesc. De la 10 ani, ascultarea lui este obligatorie, iar orice copil poate cere să fie ascultat.

Din lege
Convenția cu privire la drepturile copilului, art. 12 alin. 2: copilului i se va da, în special, posibilitatea de a fi ascultat în orice procedură judiciară sau administrativă care îl privește, fie direct, fie printr-un reprezentant sau un organism competent. Legea nr. 272/2004, republicată, art. 29 alin. (2): în orice procedură judiciară sau administrativă care îl privește, copilul are dreptul de a fi ascultat; este obligatorie ascultarea copilului care a împlinit vârsta de 10 ani. Alin. (3): dreptul de a fi ascultat îi dă copilului posibilitatea de a cere și de a primi orice informație pertinentă, de a fi consultat, de a-și exprima opinia și de a fi informat asupra consecințelor pe care le poate avea opinia sa. Alin. (5): orice copil poate cere să fie ascultat; în caz de refuz, autoritatea competentă se pronunță printr-o decizie motivată.
Consecință: părerea ta contează și în fața legii. De la 10 ani, ascultarea ta este obligatorie în procedurile care te privesc, iar dacă ceri să fii ascultat și ești refuzat, refuzul trebuie motivat. De aceea contează cum îți spui părerea: una susținută cu argumente și spusă respectuos cântărește mai mult decât una strigată.

Rezumat

1. O părere se susține cu argumente; argumentul este o dovadă adusă în sprijinul unei afirmații: *Eu cred că…, deoarece…*

2. Îmi spun părerea vorbind despre mine, nu despre celălalt, și combat ideea, nu persoana.

3. Un răspuns bun este potrivit, corect, complet și adevărat; pot răspunde verbal (scurt, cu precizări, cu argumentări) sau nonverbal, prin mimică și gesturi.

4. Copilul are dreptul de a fi ascultat când se ia o decizie care îl privește; de la 10 ani, ascultarea lui este obligatorie.

Verifică-te

1. Mesajele lui Robert. Robert nu a fost la școală și a întrebat pe grupul clasei ce noutăți sunt. La avizier fusese pus un anunț: concursul *„Sunt creativ”* are loc pe 12 noiembrie, ora 10:00, în Sala de festivități, pe trei secțiuni — științe, pictură și literatură. Fiecare concurent se poate înscrie la cel

mult două secțiuni, iar înscrierile se fac până pe 1 noiembrie, la secretariat. Robert primește patru răspunsuri: a) *Trebuie să te înscrii de urgență la concurs!* · b) *Dacă vrei să te înscrii la concurs, va trebui să-ți alegi dintre cele trei secțiuni, două!* · c) *În noiembrie va fi concursul „Sunt creativ”. Trebuie ca până pe 1 noiembrie să te înscrii. Nu poți participa la toate secțiunile. Poți alege doar două dintre ele. Concursul va avea loc pe data de 12 noiembrie, ora 10:00.* · d) *Eee! Nu mă interesează niciun concurs!* Alege pentru fiecare o caracteristică potrivită: corect, incomplet, fals, nepotrivit. Apoi: tu ce mesaj i-ai fi trimis lui Robert?

2. Rescriu la persoana I. Rescrie fiecare reproș astfel încât să vorbești despre tine, nu despre celălalt, folosind modelul *Eu cred că… · Acest lucru mă face să mă simt… · Aș dori…*: a) *Tu niciodată nu mă asculți când vorbesc.* · b) *Tu întotdeauna iei mingea fără să întrebi.* · c) *Tu ești dezordonat.*

Eseul de 5 minute

Încearcă și tu. Una dintre propunerile făcute în Consiliul elevilor este ca în pauzele școlare să se difuzeze muzică. Scrie, în 5 minute, un text în care îți susții opinia cu privire la această propunere.

Partea eseului	Ce scrii
1. Introducere	opinia ta față de propunere: *Eu cred că…*
2. Conținut	susținerea opiniei cu exemple sau dovezi: *…deoarece…*
3. Concluzie	o frază care încheie.

Ce observi: te faci ascultat mai ușor dacă îți spui părerea limpede, o susții cu un motiv și vorbești despre tine, nu despre ceilalți. Poți fi pentru sau împotriva propunerii — contează cum îți susții părerea.

Din lege

Din lege
Legea nr. 272/2004, republicată, art. 28 alin. (4): părinții nu pot limita dreptul copilului minor la libertatea de exprimare decât în cazurile prevăzute expres de lege.
Consecință: libertatea ta de a-ți spune părerea nu e un dar pe care ți-l fac cei mari. Nici părinții nu o pot limita decât în cazurile prevăzute de lege.

Știai că

Știai că?
Desmond Tutu, arhiepiscop sud-african și laureat al Premiului Nobel pentru Pace în 1984, a luptat împotriva apartheidului fără violență. Unul dintre îndemnurile pe care le-a făcut cunoscute este: *„Nu ridica vocea! Susține cu argumente!”*
Gândește-te: când ai convins pe cineva mai ușor — când ai ridicat vocea sau când ai explicat de ce?