

APLICAȚII HIGH-TECH ÎN CONSILIEREA ȘI ASISTENȚA PSIHO-PEDAGOGICĂ

Prof. consilier școlar, psiholog Ramona Răducan,
CJRAE/ Colegiul Național „George Barițiu”, Cluj-Napoca

Similar „*revoluției Gutenberg*”, care a facilitat accesul ultrarapid al umanității la informație și dezvoltare prin cunoaștere, ‘*generația digitală*’ impune, la rândul ei, o resetare accelerată a discursului civilizațional, forțând resemnificarea și reinventarea sistemelor educaționale, a conținuturilor și a strategiilor de intervenție dezvoltamentală. Complementar, *consilierea și asistența psiho-educatională, respectiv serviciile psihoterapeutice adiacente*, se adaptează, inevitabil, parametrilor funcționali și coordonatelor de manifestare epistemică impuse de evoluția tehnologică.

Câteva dintre *aplicațiile științifice high-tech* cu relevanță mare pentru dezvoltarea sistemului educațional actual, în speță pentru *consilierea și asistența psiho-pedagogică* din școli, au fost concepute de experți ai diverselor departamente de cercetare din cadrul *Facultății de Psihologie și Științe ale Educației, Universitatea Babeș-Bolyai (UBB)*, Cluj-Napoca. Prin accesul la ele au beneficiat, cu eficiență evidentă, și elevi, părinți, profesori ai Colegiului Național “*George Barițiu*” din Cluj, în condițiile în care ele au devenit resurse deschise, parte integrantă din oferta educațională, de consiliere și asistență psiho-pedagogică a școlii. Astfel, multe ore de *psihologie și consiliere psihologică de la liceu* au fost desfășurate în parteneriat cu laboratoarele *Institutului Internațional de Studii Avansate de Psihoterapie și Sănătate Mintală Aplicată / UBB*.

Platforma de Psihoterapie prin Robotică/Roboterapie și Realitate Virtuală – Platforma PSYTECH-MATRIX a acestui institut (www.psytech.ro), parte a proiectului “*Star-Gate Psy*” de identificare a tehnologiilor inovative de optimizare și dezvoltare a minții și potențialului uman, include mai multe *laboratoare high-tech* care se centrează pe integrarea dintre psihologie și tehnologie pentru promovarea serviciilor de sănătate mintală, validate științific: ***Laboratorul „Holodeck – Star Trek” & Cubul Virtual*** (un sistem EON Reality ICube cu patru pereți de proiecție care proiectează imagini 3D perceptibile cu ajutorul unor ochelari cu shutter activ); ***Laboratorul „Stress Control”*** – tot un sistem de realitate virtuală de tip *HeadMounted Display* dedicat tratamentului tulburărilor de tip anxios, folosit pentru exerciții de antrenare a abilităților sociale și învățare a unor tehnici de relaxare; ***Laboratorul „Data/Robot-Based Therapy”*** unde

roboți terapeutici sunt utilizați pentru intervenții psihoterapeutice specifice; **Laboratorul „Digital Enhanced Cognitive-Behavioral Therapies for Children, Adolescents and Parents”** - un sistem de realitate virtuală de tip HMD „Virtual Classroom” care poate fi folosit pentru diagnosticul și tratamentul ADHD, dar și pentru prevenția și intervenția destinate problemelor emoționale și comportamentale generale ale copiilor sau adolescenților. Sistemul simulează un mediu școlar în care pot fi manipulați distractorii, complexitatea sarcinii, alte variabile și pot fi măsurați indicatori obiectivi precum performanța în sarcini cognitive, nivelul de (re)activitate, abilități adaptative, ș.a. (<https://clinicalpsychology.psiedu.ubbcluj.ro/en/research/psytech-matrix-platform/>, <https://psychotherapy.psiedu.ubbcluj.ro>).



Fig.1: Activități desfășurate cu elevii de liceu la **Platforma de Psihoterapie prin Robotică /Roboterapie și Realitate Virtuală – Platforma PSYTECH-MATRIX** (www.psytech.ro)

Deosebit de utile în consilierea psiho-pedagogică, pentru conștientizarea emoțiilor și optimizarea autoreglării psihice, la toate vârstele, este **Sistemul Psihoterapeutic RETMAN**. *Retman* este un personaj cu puteri fantastice, care, fiind expert în terapie rațional-emoțională, ghidează copiii într-o ‘misiune de salvare a minții locuitorilor Pământului din calea puterii lui *Iraționalius*’, modelându-le, explicit și implicit, reacțiile cognitiv-comportamentale spre a deveni mai adaptative (David, 2010; www.retman.ro). **Proiectele RETHinkWELL și RETHink Emotions**, aplicate la clase de la toate nivelurile - primar, gimnazial și liceal, presupun oferirea unor *intervenții psihoterapeutice*, sub formă de joc, validate științific, rulate în cadrul unei platforme accesibile online, dar sunt utile mai ales în *prevenția* problemelor emoționale la copiii și adolescenții cu vârste cuprinse între 8 și 16 ani. Ele au fost propuse și derulate de *Laboratorul Digital Affective Technologies in Therapy and Assessment (Laboratorul DATA)*, parte a *Departamentului de Psihologie Clinică și Psihoterapie/UBB*, în colaborare cu *Centrul Județean de*

Resurse și Asistență Educațională -CJRAE Cluj, prin intermediul serviciului de consiliere psiho-pedagogică din Colegiul Național "George Barițiu".

Dacă **Platforma RETHink Emotions pentru copii, adolescenți și părinți**, care utilizează cercetarea psihologică în scopul antrenării abilităților emoționale, într-un mod distractiv, este dezvoltată în jurul personajului RETMAN, versiunile **REThink Life Game** și **REThink Game Sneak Peak** propun imersarea în situații de viață diverse, stresante, cu un grad progresiv de complexitate și găsirea, prin joc ghidat, a unor rezoluții de autoreglare emoțională tot mai adaptative (Fig.2; David, 2021; rethinkplatform.ro/).



Fig.2: Platforma RETHink Emotions pentru copii, adolescenți și părinți- cu jocuri terapeutice pentru copii, adolescenți și părinți - Laboratorul DATA), parte a Departamentului de Psihologie Clinică și Psihoterapie, UBB, Cluj-Napoca (www.rethinkplatform.ro/ ro/the-rethink-game)

Un grad mare de utilitate și eficiență în *consilierea educațională și psiho-pedagogică* o au și **platformele COGNITROM**, dedicate *evaluării și intervenției online pentru copii și adolescenți*, dezvoltate de un grup de specialiști din Cluj-Napoca condus de Prof. univ. Mircea Miclea. (<https://www.cognitrom.ro/solutii-online>)

Cognitrom Career Planner CCP este “o platformă specializată prin care elevii între 12-19 ani își pot cunoaște trăsăturile relevante pentru orientarea în carieră, se pot informa despre opțiunile școlare și profesionale și pot afla care sunt alternativele cele mai potrivite. *CCP suprapune automat rezultatele elevului peste cerințele ocupațiilor din România și redă lista celor care pot valorifica potențialul elevului.* Pentru fiecare ocupație, elevului i se recomandă traseul educațional prin care poate ajunge să o practice, precum și informații despre sarcinile și mediul de muncă. *Elevul poate afla gradul de potrivire cu oricare ocupație și cu oricare opțiune școlară*”. (<https://ccponline.ro/>)

PEDonline (Platforma de Evaluare a Dezvoltării Online) este o platformă online care își propune să crească accesibilitatea serviciilor de evaluare psihologică a copiilor și adolescenților prin eficientizarea procedurii de evaluare psihologică.

Varianta **PEDb -Platforma de Evaluare a Dezvoltării Online b** – printre cele mai folosite în cabinetele școlare de consiliere și asistență psiho-pedagogică - este “o platformă offline care integrează 55 de teste psihologice computerizate și resurse aferente. Cu ajutorul testelor cuprinse în această platformă, se pot evalua: *nivelul de dezvoltare neuropsihologică; aptitudinile cognitive; aspecte ce țin de sănătatea mintală (screening); strategiile de învățare și motivația școlară; profilul psihoaptitudinal, pentru orientare școlară și profesională*”. (www.cognitrom.ro)



CogniKit – propune “programe selectate și personalizate de către specialist/psiholog, în general pe baza unei evaluări, putând fi parcurse ca intervenții de sine stătătoare sau ca suport în procesul terapeutic. Copiii sub vârsta de 12 ani vor realiza *activitățile online* împreună cu un adult, în timp ce adolescenții pot parcurge aceste programe pe cont propriu. Include: *Program de intervenție pentru remedierea deficitelor în vederea pregătirii pentru școală (4-7 ani); Program de intervenție pentru dezvoltarea competențelor socio-emoționale ale adolescenților (13-19 ani); Program de intervenție pentru dezvoltarea strategiilor de învățare ale adolescenților (13-19 ani)*”. (www.cognikit.ro)

Complementar evaluărilor și intervențiilor primare oferite de consilierul școlar, adesea sunt necesare *referiri spre servicii psiho-terapeutice* care pot răspunde specific problemelor și tulburărilor de adaptare sau dezvoltare adresate. În acest sens, **COGNITROM** oferă, prin platforme specializate, și posibilitatea *intervențiilor psihoterapeutice online*, incluzând evaluări psihologice, tratamente psihoterapeutice avansate, date științifice și alte resurse valoroase, spre exemplu, **PAXONLINE** – cu referire la psihoterapia online în principal a tulburărilor de tip anxios (www.paxonline.net);

DEPRETER care oferă servicii terapeutice online în special cu referire la depresie și burnout. (www.depreter.ro)

Așadar, *serviciile de consiliere psihologică și asistență educațională* desfășurate în școli pot beneficia, prin intermediul parteneriatelor educaționale și a sistemului național de facilitare a serviciilor integrate în interesul sprijinirii sănătății mintale a copiilor (Guvernul Românie, 2016), de *platforme high-tech specializate* care să faciliteze accesul elevilor, al familiilor și profesorilor acestora la evaluări și intervenții psihologice sau psihoterapeutice experte. Fiind înalt compatibile cu cerințele adaptative specifice secolului și cu particularitățile funcționale ale “generațiilor digitale”, aceste aplicații tehnologice pot avea un rol crescut în accesul la informațiile relevante pentru sănătatea mintală, în optimizarea și accelerarea adaptării școlare, a dezvoltării copiilor și tinerilor.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE ȘI WEBOGRAFICE

David, O.A., & Co (2021): “*Effectiveness of the RETHink therapeutic online video game in promoting mental health in children and adolescents*”, *Internet Interventions*, Volume 25, September 2021, 100391/

David, D. (2010): *Retmangia și minunatele aventuri ale lui RETMAN*. Editura RTS, Cluj-Napoca.

Guvernul Românie (2016): “*Strategia Națională pentru Sănătate Mintală a Copilului și Adolescentului, 2016-2020*”, București

<https://rethinkplatform.ro/ro/the-rethink-game>; facebook.com/rethinkwell

<https://clinicalpsychology.psiedu.ubbcluj.ro/en/research/psytech-matrix-platform/>

<https://retman.ro/>

<https://www.psytech.ro/>; <https://psychotherapy.psiedu.ubbcluj.ro/>

<https://www.cognitrom.ro/solutii-online/>

<https://www.cognikit.ro/>

<https://www.paxonline.net/>

<https://ccponline.ro/>

<https://www.pedonline.ro/>

<https://www.depreter.ro/>