

Caiete de comunicare



**Universitatea „Vasile Alecsandri”
din Bacău**



Facultatea de Litere



**Revistă a studenților de la
Comunicare și relații publice**

**An V
Vol. 1
2015**

ISSN 2247 – 2576

Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău
Facultatea de Litere

Caiete de comunicare

2015

An V, Vol. 1

Publicația apare în cadrul programului de studii
Comunicare și relații publice de la Facultatea de Litere
a Universității „Vasile Alecsandri” din Bacău

REDACȚIA ȘI ADMINISTRAȚIA:

Bacău, str. Spiru Haret nr. 8, 600114

REDACTOR-COORDONATOR:

Asist. univ. dr. Florinela Floria

Membri fondatori: Gheorghe Platon, Dan Bârjoveanu, Alexandra Corolea

SECRETARIAT DE REDACȚIE:

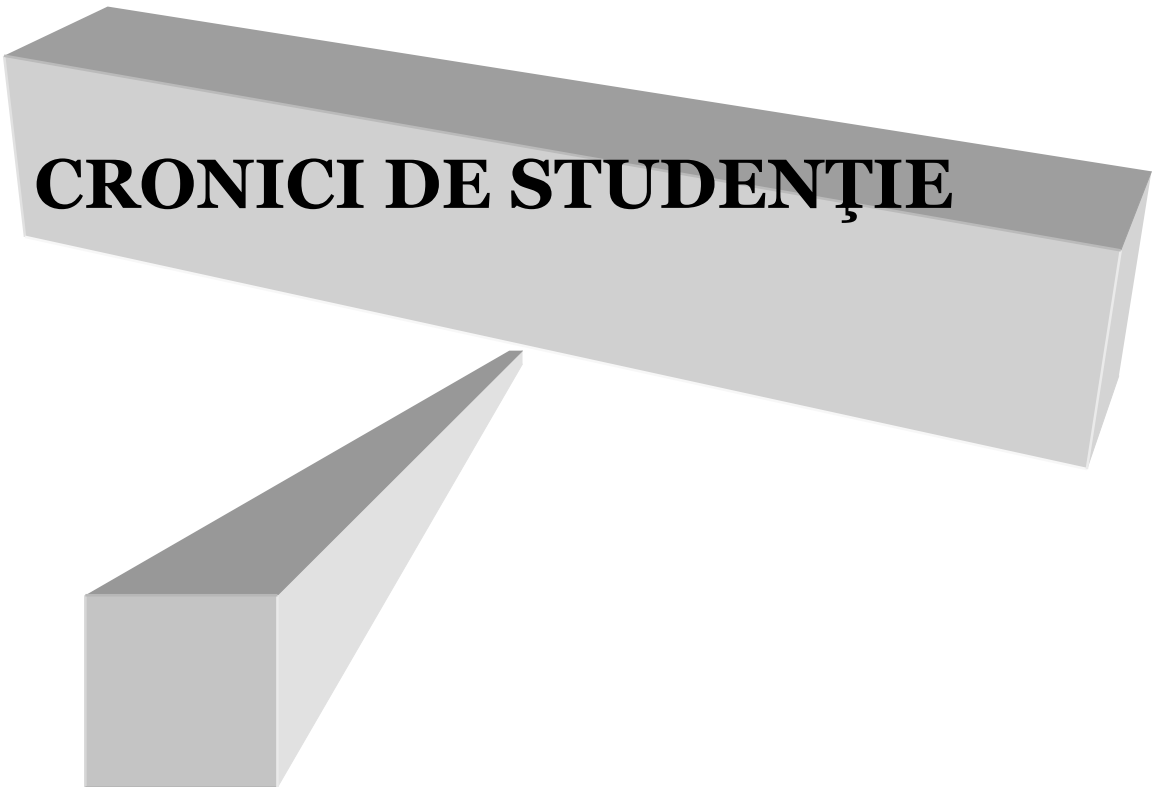
Anca Borto, Mariana Horea

CONSILIER EDITORIAL : conf. univ. dr. Gabriel Mardare

Editor: Editura „Alma Mater” Bacău.

Multiplicarea a fost realizată la tipografia editurii

ISSN 2247 – 2576



CRONICI DE STUDENȚIE

Facultate? Ce înseamnă pentru mine facultatea?

de Monica Comorașu

Pentru mine, facultatea reprezintă un capitol din viață, un capitol de tranziție, de învățare, de acumulare. Este panta de lansare spre viitor. Este locul care te modelează în urma formării tale ca om, ca personalitate, ca adevăr. Ai venit pentru că sperai că ceea ce vei găsi este ceea ce ai căutat și dacă este ceea ce ai căutat, în ciuda examenelor, seminariilor, restanțelor vei trece înfloritor de acestea, bucurându-te că poți înflori în ceva care îți place, care te definește.

Din întâmplare, am luat parte la festivitatea de final de facultate. Spun din întâmplare pentru că nu am intenționat să particip, ci doar m-am trezit lângă ușa sălii unde se ținea cursul festiv, uitându-mă plină de entuziasm, de emoții, simțind parcă și eu bucuria sfârșitului anilor de studiu care plutea în jurul studenților din anul III.

Mi-am adus aminte de cursul festiv de la terminarea liceului și am simțit o usoară înăbușire de amintiri frumoase, de momente

petrecute cu colegii, cu profesorii care ne-au fost alături și ne-au îndrumat.

Văzându-i atât de fericiți și parcă ușurați că au scăpat de examene, mi-am dat seama că timpul trece repede, că facultatea este doar o picătură din paharul vieții noastre. Dar aceste picături sunt cele care fac ca paharul să nu fie gol. Insemnătatea unei picături o reprezintă personalitatea fiecăruia dintre noi. Pentru că, la urma urmei, ne definește ceea ce facem.

Cum este să fii student la Litere?

Andreea Cotioraș

Aceasta este o întrebare frecventă pe care o primesc ori de câte ori spun la ce facultate sunt, majoritatea nici nu știu de ce domeniu aparține această facultate. Însă lăsând lucrul acesta la o parte, să fii student la Litere este foarte interesant, cunoști oameni frumoși și inteligenți, care îți dau o speranță pentru viitorul nostru în România, afli lucruri noi și le cercetezi, faci lucruri foarte interesante cum ar fi tema pe care am avut-o la o materie (Metode de cercetare în relații publice), să iau un interviu de tip „povestea vieții”, a fost o experiență nouă și foarte interesantă. Am participat la evenimente importante, conferințe de presă, lansarea cărții Doamnei profesoare Gabrea și lansarea filmului „O poveste de dragoste. Lindenfeld” regizat de Radu Gabrea. Mie mi-e clar că această facultate nu e pentru oricine.

Absolventul nu iese pe ușă cu o diplomă pe care scrie un cuvânt care îi permite acestuia să ocupe funcția cu același nume dintr-o oarecare instituție. Nu e ca un joc de lego. Din acest punct de vedere, se poate spune că Literele sunt o facultate deschisă, care îți permite să-ți modelezi mai departe viitorul așa cum poți și așa cum crezi de cuviință. Unii, venind aici, visează să devină diplomați, dar ajung secretare și taximetriști. Și cred că fenomenul e general valabil.

Cred că nici o facultate nu te poate transforma în ceea ce nu ești. Intrarea la Facultatea de Litere e fezabilă din punct de vedere

profesional astăzi prin prisma faptului că societatea românească s-a diversificat. Viitorul student nu mai are de ales doar între a fi inginer, doctor sau avocat. Există o serie întreagă de segmente de nișă unde absolventul de la Litere se poate integra.

Eu am fost conștientă încă de la început că Literele nu-mi asigură un mijloc sigur de trai – dar nu pentru asta m-am înscris aici. Am vrut să știu, să înțeleg mai multe, și asta pentru dezvoltarea mea personală în primul rând. În ceea ce privește viitorul, nu pot să fac predicții, dar nici nu îmi fac griji, pe premisele deja enunțate mai sus. Niciodată nu am regretat alegerea mea. Mă îndoiesc că vreți să fiți ca persoana de vârstă mijlocie care privește un grup de studenți, spunând cu regret și o urmă de tristețe: „- Și eu mi-am dorit să intru la facultatea X, dar părinții au vrut să intru dincolo!”, și să va treziți într-o zi că sunteți angajat într-un domeniu care nu vă atrage.

Facultatea nu e ultimul pas în viață, dar nici ceva de lăsat la voia întâmplării.

Cum să-ți organizezi timpul în sesiune

Anca Borto

Câți dintre noi nu s-au întrebat cum ar putea să-și organizeze timpul în sesiune și nu au găsit încă un răspuns favorabil? Cu toții știm că viața de student este un foarte frumoasă, plină de bucurii și activități interesante. Avem tendința de a cunoaște cât mai mulți oameni și să facem cât mai multe lucruri despre care spunem că ne fac să ne simțim bine. Studenția este acea perioadă care nu face altceva decât să ne formeze mai bine pentru societate, de aceea trebuie să profităm de fiecare zi a studenției noastre. Dar nu toate lucrurile din timpul studenției sunt pe placul studenților. Sesiunea le va da mereu bătăi de cap.



Dincolo de umorul studenților, trebuie totuși ca în perioada sesiunii să ții cont de câteva lucruri minime ca să nu cazi dintr-o extremă în alta și la sfârșitul să fii fericit că ai trecut cu bine peste toate examenele. Este foarte important să știi cum să-ți organizezi timpul astfel încât să ai timp de învățat, de mâncat, de dormit și să mai fie loc și de puțină relaxare.

În primul rând trebuie să ai un mediu propice pentru învățat. Mediul propice însemnând că trebuie să avem o comunicare eficientă alături de colegii de camera pentru a respecta nevoia și timpul necesar fiecărui student pentru învățare în perioada sesiunii. În acest mod putem evita neînțelegerile dintre colegi.

Iar dacă acest lucru nu este posibil, încearcă să îți găsești un alt loc, sala de lectură sau biblioteca universității.

Ca să acumulezi cât mai multe informații, nu trebuie să stai cu orele să înveți deoarece poți ajunge într-o extrema nu tocmai plăcută, extenuarea, iar creierul nu va mai putea asimila informațiile în aceeași măsură. Unii studenți preferă să învețe noaptea deoarece este liniște dar nu întotdeauna este un moment potrivit. Excesul de cafea, Coca-Cola, energizante, dulciuri este ridicat în această perioadă dar și acestea pot dăuna organismului și îți dă tot programul peste cap.

Stresul este cel mai mare dușman. De aceea după câteva ore de cursuri este nevoie de cel puțin două ore de somn pentru a te odihni și a o lua de la capăt. Unii studenți preferă să se relaxeze citind, astfel ei sunt cuprinși de lumea cărților și uită pentru câteva ore de probleme.

Pentru a fi pregătit atunci când se dă startul sesiunii, cel mai bine este să o iei din timp cu învățatul. Asta te va ajuta foarte mult astfel încât nu o să te mai simți stresat, încordat și nu vei ști de unde să începi. Dacă știi cum să-ți organizezi timpul în sesiune, îți va fi mult mai ușor să treci cu rezultate bune peste perioada sesiunii.

COMUNICARE ...

Comunicarea în exces dăunează grav sănătății?

Roxana-Elena Coșa

În anul 2015, un studiu realizat de cercetători străini afirmă faptul că prin comunicarea la întâmplare cu străinii devii mai fericit sau măcar bine-dispus.



Un tânăr din România a pus studiul în aplicare pe străzile din București, abordând persoane de diferite vârste. Reacțiile celor din jur au fost cu totul diferite față de ceea ce se aștepta, astfel s-a ales cu ignorări, glume proaste, chiar și jigniri. A fost studiul o „cacialma”, menit doar să umple programul de la știri? Sau diferă mentalitatea românilor?

Oamenii abordați din România își văd de drumul lor și se prefac că nu aud, nu cred în astfel de abordări și li se par forțate. În alte țări, când stai într-un parc sau pe o terasă și îți bei cafeaua în compania propriilor gânduri există întotdeauna un „mascul” care îți va deranja liniștea și îți va spune că te-a observat, trebuie să se vadă cu niște prieteni la un suc peste ceva timp și a ajuns mai devreme. Stătea și privea în jur și dintr-o dată a simțit nevoia să se prezinte.

Este un lucru absolut banal pentru ei și întotdeauna funcționează replica asta. Și începi să discuți și timpul trece, pricopsindu-te cu o nouă cunoștință. La noi însă, o astfel de abordare nu îmi pare niciodată sinceră. Nu știu de ce, însă, întotdeauna am fost reticenți la abordările din locurile publice, le-am luat ca pe o glumă răsuflată sau ne apare în minte ideea că respectivul a facut un pariu pentru a ne aborda, chiar teama de a fi cineva care vrea să ne facă rău.

În concluzie, reacțiile diferă de la cultură la cultură sau chiar de la om la om. Până la urmă abordarea pe stradă nu e chiar ceea ce pare... sau este? Habar nu am... știu doar un singur lucru: eu răspund!!! Voi?

Mihaela Luca: **Comunicarea și rolul ei în viața mea**

„Nu spune puțin în vorbe multe, ci mult în vorbe puține.” - Pitagora

Comunicarea este un proces care influențează întreaga societate. Termenul de „comunicare” aparține latinei, și reprezintă schimbul de mesaje dintre două sau mai multe persoane care din care una emite o informație și cealaltă o recepționează , cu condiția că partenerii să cunoască codul.

Încă de la începutul vieții ni se comunică care sunt regulile esențiale după care trebuie să ne ghidăm, iar noi mai departe trebuie să ne asigurăm integrarea într-o societate comunicând cine suntem și ce anume ne dorim.

Comunicarea reprezintă fundamentul dezvoltării personalității fiecărui individ, dezvoltării organizațiilor, fundamentul realizării unor relații între indivizi, și între indivizi și organizații. Comunicarea ajută la dezvoltarea societății. Prin comunicare ne redăm intențiile , pasiunile, sentimentele, dorințele și experiențele trăite, primim și oferim informații. Din dinamica acestor schimburi, prin învățare, omul se construiește pe sine ca personalitate.

Mulți oameni consideră procesul comunicării ca fiind un proces simplu, deoarece la majoritatea persoanelor el decurge ușor. Dacă ne gândim totuși ce anume reprezintă comunicarea, vom fi surprinși cât de complex este în realitate. Capacitatea de a comunica reprezintă o premisă a procesului de construire a relațiilor interpersonale și de integrare socială.

Într-un anumit sens, abordarea modului în care comunic este similară modului în care am învățat să merg pe bicicletă: la început mi

s-a parut dificil si a fost nevoie sa mă concentrez și să gândesc mult la acest lucru. Aceeși idee este valabilă și pentru comunicare. Când eram copil, petreceam mult timp învățând cuvintele care mă ajutau sa mă exprim, iar apoi, într-un anumit moment acesta a devenit un lucru firesc.

Pentru mine comunicarea este ocupatia de bază în fiecare zi, fiindcă comunicarea are o forță nebănuită care îmi aduce toate frumusețile lumii.Cuvintele mă inspiră,ele adaugă valoare vieții și construiesc imagini care se materializează.

Comunicarea semnifică mult mai mult decât schimbul și răspândirea de informații. Comunicarea creează și menține societatea.

Simona Benchea:

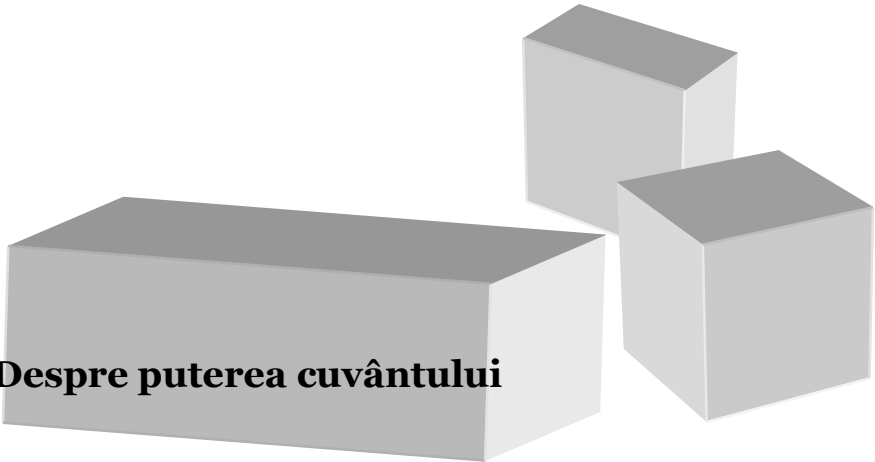
Oare comunicăm în adevăratul sens al cuvântului?

Comunicarea este un ansamblu de acțiuni prin care se transmit informații sub formă de mesaje, gesturi, semne, știri, texte scrise sau simboluri de la emițător la receptor și invers. Însă în societatea contemporană termenul de comunicare a fost minimalizat. Comunicăm fără să gesticulăm, câteodata fără să gândim și chiar fără să ne dăm seama cu adevărat despre ce vorbim. Această cauză este datorată și factorilor sociali moderni, am ajuns într-o eră în care timpul este foarte prețios și nu mai dăm importanță comunicării, nu mai comunicăm cum trebuie și nu asultăm cum trebuie.

Suntem atât de ocupați încât nu mai avem timp pentru oameni, în această epocă totul se rezumă la tehnologie și dacă se poate trebuie să fie o tehnologie de ultimă generație, altfel nu mai trăim. Tocmai din această cauză, a actualizării tehnologiei, societatea contemporană este

într-o luptă continuă cu timpul, cu rutina, cu munca, pentru a fi „în rând cu lumea”, și așa oamenii uită să se mai bucure unii de alții, uită să se bucure de lucrurile mici, uită să zâmbescă, să iubească, uită chiar de ei, uită să comunice, nu mai au sentimente. Intră într-o lume în care totul e fictiv, o lume ruptă de realitate și de lucrurile cu adevărat importante.

Comunicarea, în ultimii ani, înseamnă televiziune, telefon, internet, mass-media etc., dar parcă mai găsim greu comunicare autentică în viața cotidiană a omului modern.



Despre puterea cuvântului

Maria Bocicov

A comunica este un proces natural, așa cum e respiratul... sau cel puțin, așa ar trebui să fie. Comunicarea e o valoare și ar trebui impregnată în noi înșine odată cu educarea, astfel ar trebui să facă parte din valorile general-umane sau din principiile unei vieți literate.

Comunicarea e felul în care ne manifestăm și consider că orice gând, fie el măreț sau nu, trebuie exteriorizat, pentru a prinde contur și pentru a se materializa. Wittgenstein susținea că „Limitele limbii mele sunt limitele lumii mele” și pe bună dreptate, acolo unde nu există comunicare, nu există nimic, iar dacă comunicarea există, cauza nu e pierdută. Fără comunicare suntem doar niște umbre, pentru că cea care ne deosebește de restul ființelor vii de pe pământ e comunicarea. Într-o altă ordine de idei, dacă cuvintele ar fi spuse exact așa cum ne apar în suflet și în gândire, atunci când e vorba de sentimente, emoții și trăiri, poate că lucrurile s-ar schimba. Problema este că noi, oamenii, ne temem să vorbim, ne e frică să spunem ceea ce gândim și simțim cu adevărat, pentru că s-ar putea ca oamenii să nu aprecieze sinceritatea noastră.

Cred, cu tărie, în puterea cuvântului, care poate schimba lumea și percepțiile, care poate salva un om de la moarte și o relație de la deznodământ. Există însă și o parte a puterii cuvântului mai puțin plăcută și aici mă refer la forța cuvântului în sine, care poate răni mai tare decât o faptă.

Cuvântul poate răni mai mult decât orice pe lumea asta. Un cuvânt taie mai tare decât sabia și acest lucru poate fi ucigător pentru noi, oamenii. Cuvintele pot fi deopotrivă fagure de miere și săbii ucigătoare, depinde de felul în care le utilizăm.

Închei cu poezia lui Grigore Vieru: „De ce-ai dat, Doamne”, foarte semnificativă în acest sens.

„Copiii leșină, nu-i bine,
Și moarte picură din nori.
Și chiar izvorului îi vine
Un fel de greață uneori.
Atâtea vorbe și minciuni,
Atâtea seci promisiuni!
De ce-ai dat, Doamne, grai la om,
Iar nu la floare și la pom?!
A prins a înălbi,
Precum ninsorile,
Și tinerețea mea!
Mai bine ar vorbi
În lume florile,
Iar omul ar tacea!
E falsă mila ori e mută,
Iar crucea de la piept e joc.
În moarte tot mai multi se mută,
Văzând că-n viață nu au loc.
Atâtea vorbe și minciuni,
Atâtea seci promisiuni!
De ce-ai dat, Doamne, grai la om,
Iar nu la floare și la pom?!
A prins a înălbi,
Precum ninsorile,
Și tinerețea mea!

Mai bine ar vorbi
În lume florile,
Iar omul ar tăcea!”

Cuvintele ca scut și armă

Andreea-Roxana Cancel

Cuvintele au avut putere magică încă de când omenirea a folosit limbajul pentru a se elibera de constrângerile impuse de realitatea fizică. Doar noi, oamenii, folosim cuvintele pentru a ne imagina lumea așa cum vrem să fie și apoi să o transformăm în funcție de acea imagine, prin intermediul lor visurile noastre devin realitate. Cuvintele, ca orice altă putere, pot, și deseori chiar se întâmplă, să fie folosite în scopuri distructive. Purtăm războaie prin cuvinte și din cauza cuvintelor. Dacă am ști ce putere fantastică se ascunde într-un singur cuvânt, poate atunci am tăcea trei ani, ca în școlile pitagoreice, înainte de a ne adresa semenilor noștri.

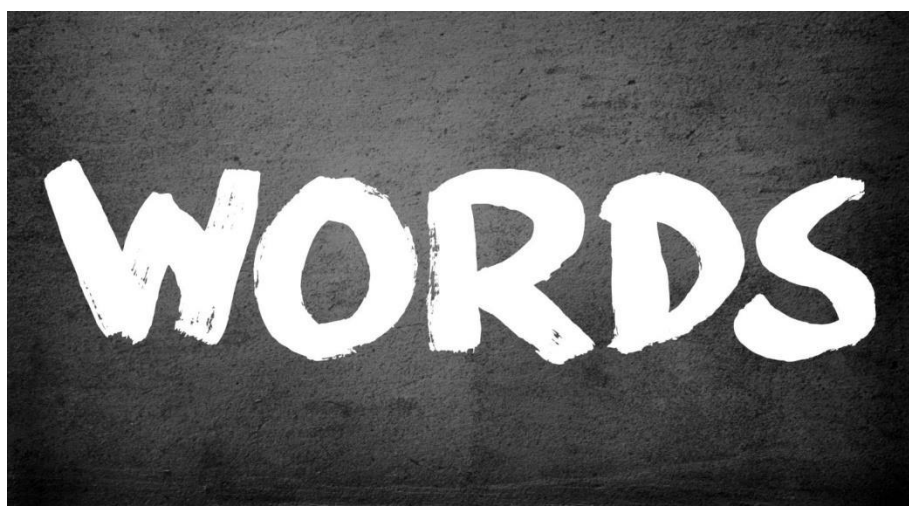
Cuvântul e puterea pe care o avem de a ne exprima și de a comunica, de a gândi și de a crea evenimente din viața noastră. Folosirea greșită a cuvântului creează iadul pe pământ. Orice putere creatoare folosită rău, nepotrivit, poate deveni putere distructivă. Cuvântul nostru este magie pură, iar folosirea lui greșită poate deveni magie neagră. Cel mai adesea folosim cuvântul pentru a ne împrăști emoțiile, pentru a ne exprima furia, gelozia, invidia sau ura. Dintre toate armele de distrugere pe care le-a inventat omul, cea mai teribilă și mai puternică este cuvântul nepotrivit care poate să distrugă fără să lase urme.

Noi ne atacăm în permanență prin cuvinte și ne omorâm unul pe altul în mod sistematic, de multe ori fără să ne dăm seama de acest lucru.

În cuvinte se află puterea și energia create de gândire. În ziua în care omul va înțelege că are puterea de a-și schimba viața prin cuvintele create de gândire, atinge maturitatea. Gândurile și cuvintele sunt niște transmisii energetice care în funcție de încărcătura lor, adică de frecvența lor joasă sau înaltă, ne pot face rău sau bine.

Orice boală cunoscută cedează locul puterii sau puterii iubirii pe care o emitem. Noi putem influența în mod subtil pe cei aflați în preajma noastră, prin energia pozitivă sau negativă pe care o emitem. Dacă oferi bine asemenea vei primi. Gândurile și sentimentele negative sunt asemenea unor arme puternice care pot cauza pagube considerabile.

Tu ești artistul, iar limba ta îți este pensula. Pictezi cu puterea cuvântului peisaje mirifice, creezi imagini, sunete, mirosuri și tragedii umane. Șoptești tandru cuvinte pline de miere și venin. Te joci cu mintea, cu inima, cu corpul și cu sufletul, aducând cu tine și rai și furtună.



Necuvinte

Cuvintele nu sunt de-ajuns

Alina-Mihaela Elinoiu

În comunicarea interpersonală, cuvintele nu sunt de-ajuns. Uneori, cuvintele sunt chiar inutile dacă avem în vedere anumite împrejurări. Interlocutorul ar putea să prezinte dificultăți în decodificarea mesajului din cauza zgomotului, atunci când distanța dintre emițător și receptor este mare sau când nu cunoaște limba vorbită de celălalt.

Este imposibil să nu comunicăm. Comunicarea poate fi înțeleasă ca orice transmitere de informații, idei și sentimente de la o persoană la alta prin intermediul mesajelor. Prin natura noastră suntem sociabili și trăim în comunități pentru a interacționa. Acest proces ia naștere din nevoia de a diminua incertitudinea, de a acționa, de a apăra sau întări eul.

Specialiștii susțin că limbajul nonverbal reprezintă 90% din ceea ce se numește comunicare. „Nonverbalul” poate fi definit prin sintagma „fără cuvinte”. Termenul de comunicare nonverbală se aplică la gesturi, orientarea corpului, postură, particularitățile somatice, la raporturile de distanță dintre indivizi, la organizarea obiectelor, prin care se transmite o informație. Comunicarea nonverbală se realizează cu ajutorul semnelor și semnalelor. Este primordială în interacțiunile umane.

Înainte de a spune un cuvânt, comunicăm prin diferite canale nonverbale cine suntem, ce tip de relații am stabilit cu ceilalți și ce sentimente avem față de aceștia.

Folosind semnalele nonverbale, putem transmite informații despre vârsta și sexul nostru, despre statutul social și economic, despre profesia pe care o avem, precum și despre anumite caracteristici ale personalității noastre. Uneori aceste informații sunt transmise involuntar.

De exemplu, îmbrăcămintea și accesoriile vestimentare pot comunica clasa de vârstă a unei persoane (tânăr-bătrân), categoria socio-economică (sărac-bogat, român-rom) sau profesia (preot, militar). Modul în care ne îmbrăcăm spune despre noi cine suntem și cum percepem noi lumea. Se întâmplă de multe ori să etichetăm pe cineva după felul cum arată. Uneori, comunicarea nonverbală o contrazice pe cea verbală.

Comunicarea verbală necesită, de asemenea, limbajul corpului pentru a arăta că persoana cu care vorbim ascultă ceea ce vorbim. Aceste semnale pot consta în contactul cu ochii și înclinarea capului pentru a arăta că înțelegem ce a vrut să spună interlocutorul. Alte exemple ar include: căscatul arată lipsă de interes pentru subiectul conversației.

Chipul omului nu este mut, el ne spune ceva despre viața psihică a persoanei. „Omul cu o mie de fețe” nu constituie o excepție. Fiecare dintre noi prezentăm mai multe fețe. Dintre toate, una singură credem că ne reprezintă și o afișăm atunci când dorim să arătăm cine suntem. S-a constatat că funcționează un stereotip în atribuirea caracteristicilor psiho-morale diferitelor tipuri de fețe.

De exemplu, persoanele cu fața ovală sunt sensibile, calme și amabile, cele cu fața rotundă sunt deschise, voioase și indecise, persoanele cu fața pătrată sunt caracterizate ca fiind încăpățânate, decise și puternice, cele cu fața dreptunghiulară sunt energice, curajoase și autoritare, iar cele care au fața triunghiulară sunt serioase, timide și satisfăcute de sine.

Contactul vizual consecvent poate indica faptul că o persoană se gândește pozitiv din ceea ce spune vorbitorul. Aceasta poate însemna, de asemenea, faptul că cealaltă persoană nu are suficientă încredere în ceea ce spune vorbitorul. Lipsa de contact vizual poate indica negativitate. Dacă o persoană se uită la tine, dar face gestul de încrucișare a brațelor de-a lungul pieptului, contactul vizual ar putea fi un indicator că există ceva care deranjează persoana. Sau, dacă o persoană este neliniștită sau neatentă, chiar și în timp ce se uită la tine direct, indică faptul că nu este atentă. Neîncrederea în interlocutor este adesea indicată de evitarea privirii. Plictiseala este indicată de înclinarea capului într-o parte, sau de ochii care privesc direct la vorbitor, dar devine ușor nefocalizat.

Interesul poate fi indicat prin contactul vizual prelungit, dar și printr-o poziție a ascultătorului de a sta în picioare și de a asculta în mod corespunzător.

Unul dintre cele mai de bază și puternice semnale ale limbajului corpului este atunci când o persoană își încrucișează brațele peste piept. Acest lucru poate indica intenția subconștientă de a pune o barieră între acea persoană și alți oameni. Atunci când atmosfera generală este amiabilă, aceasta mai poate însemna că o persoană se gândește profund la ceea ce se discută, dar într-o situație tensionată, aceasta poate însemna că o persoană își exprimă opoziția.

Alte semnale ale limbajului corpului:

Apăsând degetele (trosnit degete) - Plictisit, anxios sau agitat

Joaca cu obiecte (de ex. pix) - Plictiseală sau are ceva de spus

Brațe deschise sau palme la vedere - Arată încredere și interes

Bătutul din picior în scaun sau alte obiecte - Relaxare, autoritate sau posesie

Împinsul ochelarilor pe nas - Gânduri profunde

Atingere în zona nasului - Gânduri negative sau dubii

Buze strânse - Dezaprobare sau dorește să încheie conversația

Tușit - Nervozitate sau dorește să spună ceva

Aranjatul cravatei - Insecuritate sau dorește să impresioneze

Inspirație prelungă - Dorește să întrerupă conversația

Semnalele nonverbale au un rol important în realizarea exactă a comunicării verbale atât în ceea ce privește codificarea mesajelor, cât și în legătură cu decodificarea lor. Artiștii de pantomimă utilizează aceste tehnici de a comunica spectacole întregi fără a spune niciun cuvânt. Putem comunica fără cuvinte și putem înțelege din gesturi ceea ce nu ne spun cuvintele.

Rolul tăcerii și al ascultării în comunicarea verbală

„Și restul e tăcere.” Shakespeare, Hamlet

Alexandra Bibire

„Tăcerea are glasurile ei de înțelepciune: ascult-o.”

Acest citat plin de verosimilitate aparține lui Nicolae Iorga. Tăcerea este o cale de a aștepta, o cale de a veghea și o cale de a asculta cele ce se petrec înăuntrul și în afara noastră. Tăcerea este acel lipici care ne ajută la contopirea atitudinilor cu acțiunile noastre.

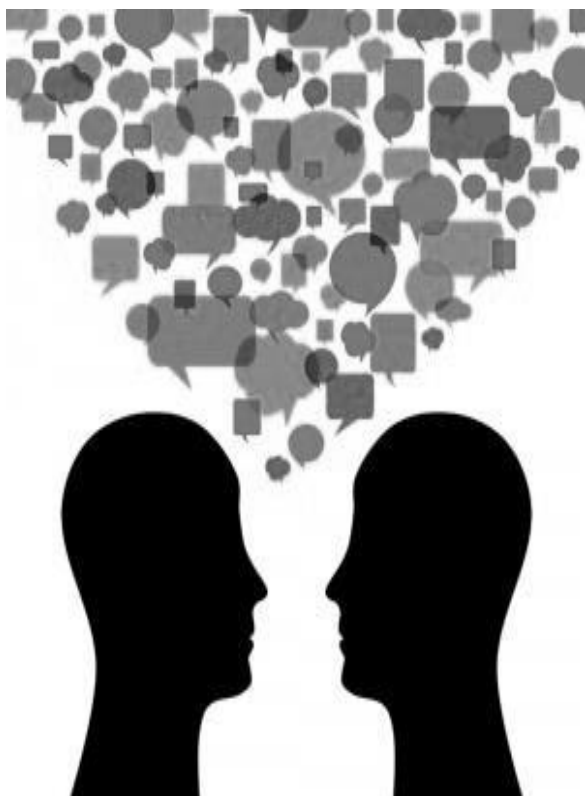
Acest articol își propune să deslușească statutul tăcerii în cadrul conversației. O conversație înseamnă să călătorești împreună pe poteca limbajului. Tăcerea este o armă redutabilă a puterii pentru cel care știe să se folosească de ea; autocontrolul spre a nu-și trăda intențiile, a-și înăbuși emoția care dă năvală, a-și acorda timp de gândire. Tăcerea devine o formă de împotrivire atunci când cineva tace în mod intenționat pentru a exprima un refuz, o rezistență față de cineva ori față de o situație.

O formă de tăcere se regăsește sub forma secretului, descris ca fiind o disciplină de limbaj care se exercită în favoarea sau în detrimentul acelor care îi ignoră existența. Tăcerea este un sentiment, ea face referire la atitudinea omului față de mediul social înconjurător. Față de tăcere, pe unii îi încearcă un sentiment de reculegere, de fericire calmă, în timp ce alții se sperie de ea și caută prin zgomot sau prin vorbă să se apere de frică. Zgomotul este adesea o măsură de protecție, lucru dovedit de muzica de ambianță care este difuzată în majoritatea spațiilor publice.

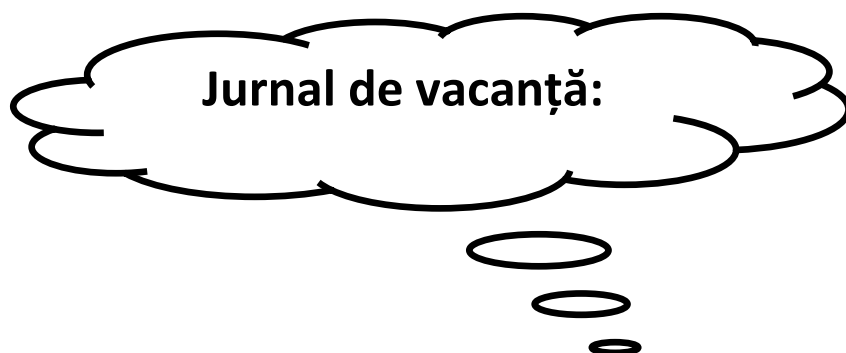
Tăcerea este un fel de refugiu în afara limbajului, o voință de a nu-și mai spune cuvântul și de a da de înțeles celuilalt acest lucru.

Chiar dacă tace, omul tot comunică. În orice conversație, tăcerea se împletește cu lexemele, pauza cu vorba, creând respirația schimbului. Vorbele și stilul discursului utilizat nu alcătuiesc esențialul conversației; ritmul schimbului, vocea, privirile, gesturile, distanța păstrată față de celălalt contribuie și ele la circulația sensului. Scurtele tăceri cu care este presărată o discuție dau posibilitatea unui moment de reflecție înainte ca raționamentul să-și urmeze cursul.

Dostoievski, în cartea „Sfioasa”, vorbește despre o tânără care s-a căsătorit și care își aștepta cu nerăbdare soțul acasă pentru a-l copleși cu afecțiune și pentru a-i povesti ce a pățit peste zi sau ce a visat. Însă el turna apă rece peste toată înflăcărarea tinerei și-i răspundea prin tăcere. Acest pasaj m-a făcut să privesc în jurul meu și să îmi dau seama că povestea tinerei din roman se aseamănă izbitor cu relațiile din ziua de astăzi. În general, bărbații comunică mai puțin, de aici pornind și lipsa comunicării care se întâlnește foarte des în cadrul familiei, și care are repercusiuni asupra tuturor membrilor. Doi cercetători americani au studiat zece conversații între femei, bărbați și în cupluri. În cuplurile de bărbați și femei, nu s-au produs decât șapte întreruperi, însă în cuplurile mixte s-a ajuns la patruzeci și opt de întreruperi, toate fiind provocate de bărbați. Și cu toate astea, nicio femeie nu a protestat sau a încercat să ia cuvântul mai târziu, acceptând pur și simplu situația.



Consider că uneori tăcem pentru că nu avem o părere, pentru că nu avem ce să spunem, alteori pentru că nu putem spune ce am avea de spus. În alte situații, tăcerea este o modalitate de a asculta ce spun ceilalți sau de a reflecta. Sunt multe feluri de tăceri, unele plăcute, altele stânjenitoare, unele care ascund sau altele care liniștesc, însă ce a rămas o dilemă este dacă tăcerea este un prieten sau un dușman.



Jurnal de vacanță:

BORDEAUX - Capitala europeană a vinului

Ana-Maria Catană

Situat la aproximativ 580 km de Paris, „Capitala europeană a vinurilor” așa cum e supranumit Bordeaux, este amplasat pe malurile râului Garrone, în apropiere de Golful Biscaya, fiind "mângâiat" de briza Atlanticului care se afla la aproximativ 40 de minute depărtare. Partea veche a orasului Bordeaux, situata pe malul stang al râului Garrone, este deosebit de frumoasa, având construcții monumentale incluse, din anul 2007, în patrimoniul mondial al UNESCO.

Controlat de britanici timp de aproximativ 300 de ani, Bordeaux este catalogat ca fiind unul dintre cele mai non-franceze orașe din Franța. Cel care a fost odata supranumit "Orașul adormit", Bordeaux, este acum o destinație turistică înfloritoare, o adevărată Mecca a iubitorilor de vin. Un oraș elegant, aflat în inima regiunii viticole cu aceiași nume, Bordeaux și-a cucerit pe bună dreptate renumele de "Capitala europeană a vinului".

Odată ajuns în Bordeaux, trebuie să vizitezi cramele locale, pentru degustări sau pentru a asista la recoltarea strugurilor, la începutul toamnei. În zona Bordeaux se produc nu mai puțin de 57 de vinuri cu denumire de origine, aici fiind mii de proprietari viticole, multe cu castele.

Unele dintre vinurile din regiune sunt printre cele mai prestigioase din lume, precum Petrus, Yquem, Mouton Rothschild, Cheval Blanc, Lafitte-Rothschild, Latour, sau Margaux. Orice călătorie în zonă trebuie asortată cu un pahar de vin roșu. Deși acesta ar putea fi în sine un motiv suficient de convingător pentru a vizita frumosul oraș, Bordeaux mai are și alte surprize de oferit: bulevarde largi, arhitectură neoclasică, parcuri romantice și foarte mulți studenți.

Cei 4 km de faleză reprezintă partea modernă a orașului. Poți să te plimbi pe jos, cu bicicleta sau să te așezi și să admiri raul Garonne și Pont de Pierre – pod ce prezintă 17 arcade, construit în timpul domniei lui Napoleon, câte o arcadă pentru fiecare din literele numelui împăratului.

Trebuie să vizitezi și Piața Oglindă, aflată lângă un alt obiectiv turistic important din Bordeaux, Place de la Bourse, un frumos palat care datează din secolul al XVIII-lea.

Dacă ai ajuns în Bordeaux, probabil că ești un gurmand. Dacă încă nu ești, este bine să știi că aici există mai multe restaurante pe cap de locuitor decât oriunde altundeva în Franța, iar treisprezece dintre ele poartă prestigioasele stele Michelin.

Sunt cinci rute turistice, "Drumul vinului", presărate cu crame în regiune, punctul lor de plecare fiind, desigur, Bordeaux. Atfel, "Route des chateaux" te conduce prin Médoc, la nord de Bordeaux și până la Pointe de Grave, trecând prin locații cu aer rustic sau aristocrat și cu un nume în domeniu precum Pauillac, Saint-Estèphe, Saint-Julien, Margaux. Această rută include așa numitele "maisons des vins", în care sunt incluse peste 20 de crame și castele care pot fi vizitate.

Obiectivul turistic major al acestei rute a vinului este satul medieval Saint-Emilion, inclus în Patrimoniul Mondial al UNESCO. Saint-Emilion este considerat a fi unul dintre cele mai frumoase sate din Franța, fiind înconjurat de podgoriile roditoare pentru care Bordeaux este faimos. Satul este renumit pentru Biserica Monolită, săpată în piatră și care adăpostește în subteran crame și muzee. Tot aici poți degusta cele mai delicioase macarons, un dulce specific francezesc, considerat cel mai rafinat desert din lume. Destul de aproape de Bordeaux, la aproximativ 60 de kilometri, se află "Dune du Pilat", dune cu nisip fin precum în Sahara. Iar la 182 de kilometri de Bordeaux, lângă Montignac, se află peșterile din Valea Vézère, cea mai vizitată fiind Peștera Lascaux, celebră pentru picturile sale rupestre.

Descoperă magnificul Bordeaux în cea mai bună perioadă a anului, primăvară până la începutul verii, atunci când vremea este foarte frumoasă și flora abundentă, sau toamna, pentru a profita de culesul viilor. De la tradiție la inovație, trebuie să vezi tot ce poate să ofere Bordeaux!

Egiptul Antic – o învăluire în mister

Ionuț Dârlea

Egiptul Antic reprezintă una dintre cele mai impresionante culturi din întreaga lume.

De-a lungul timpului oamenii de știință au încercat să dezlege misterele acestei civilizații, însă cu fiecare descoperire, tainele și misterele acestei lumi se adâncesc și mai mult. Unul dintre lucrurile mistice ale Egiptului Antic mai puțin cunoscute este vindecarea bolilor.

Egiptenii nu dețineau medicamente și nici tratamente specializate. Tratamentul fiecărei boli conținea anumite cântece magice care, surprinzător, își făceau efectul și bolnavul se vindeca ca prin minune. De unde această putere? Nu se poate ști și nici preciza cu exactitate, dar este cert că această civilizație deținea anumite secrete ale vieții care nouă încă nu ne sunt cunoscute.



Comunicare în mediul virtual



7 motive pentru a renunța la Facebook

de Alexandru Maftei

Rețeaua socială îți afectează viața și productivitatea

Mijloacele de comunicare au înregistrat în ultimii 100 de ani progrese uimitoare: de la scrisoare la telefon și de la mesaje text la convorbiri video. Însă, în 2004 s-a lansat Facebook, una dintre cele mai importante invenții în ceea ce privește comunicarea modernă. Facebook s-a impus în fața altor rețele sociale ca Hi5 sau Myspace și s-a propagat în toată lumea ca un virus, ajungând în prezent la peste 1,2 miliarde de utilizatori. Totuși rețeaua de socializare are și dezavantaje. Și ajungem la întrebarea: Cât de mult îți afectează Facebook-ul viața și productivitatea? Facebook are parte de tot mai multe critici când vine vorba de productivitate, cele mai importante dezavantaje ar fi:

Facebook te poate demotiva

Să urmărești mereu postările de la petreceri sau în timpul altor activități interesante poate fi un lucru demotivant, întrucât îți vei pune întrebări despre cât de interesante sunt postările proprii, dacă acestea nu sunt la fel de „cool” ca ale prietenilor. Ai putea ajunge să te simți prost dacă o postare nu face suficient de multe like-uri.

Facebook îți distruge abilitățile de comunicare

Social media încurajează comunicarea între oameni cel puțin în teorie. Persoanele care ajung dependente de Facebook au risc crescut la stres și oboseală, au dificultăți în a comunica eficient, iar aceste lucruri pot afecta viața personală relațiile de muncă sau cele emoționale.

Facebook te manipulează să fii atent la ce postezi

Rețeaua de socializare afectează creativitatea individului prin atenția deosebită la postări și ocuparea timpului pentru compunerea și editarea unei postări, în tot acest timp ai putea face ceva mai folositor rezolvând sarcinile pe care le ai în timpul zilei sau citind o carte.

Facebook îți acaparează viața

Persoanele care stau mult pe facebook și petrec mult timp să facă postările mai atractive ajung să își dorească o personalitate mai populară și se izolează de propria lor personalitate în căutarea unui eu mai bun al său.

Facebook îți trimite cantități mari de informații nefolositoare

Este bine să te informezi din cărți, reviste sau ziare, dar informațiile care se repetă din share-urile prietenilor nu prezintă diversitate în informație.

Evident aceste aspecte negative nu vin doar din partea celor care au creat rețelele de socializare, ci și din vina utilizatorului care contribuie la formarea unui mediu nefavorabil în cadrul rețelelor sociale.

Social media te face să relaționezi cu persoane neimportante pentru tine.

Te poți uita la numărul de prieteni pe care îi ai pe contul de facebook. Te întrebi pe câți dintre aceștia îi cunoști, câți sunt cunoștințe sau câte persoane sunt reale? Acest lucru îți va consuma timpul și energia. De aceea ar trebui să ai în lista de prieteni persoane pe care le-ai cunoscut în viața reală și pe care le apreciezi.

Facebook-ul este o pierdere de vreme

Navigând pe feed-ul personal nu mulți ne dăm seama cât petrecem vizualizând știri, postări ale prietenilor, ale personalităților, ajungem să petrecem ore în fața computerului. Ar trebui să conștientizăm că timpul petrecut pe facebook este timpul nostru liber pe care am putea să-l folosim citind o carte sau rezolvând treburile urgente.

Ești conectat cu toți în afară de cel de lângă tine

Cătălina Paiu

În plasa lumii virtuale sunt prinși din ce în ce mai mulți adolescenți, tineri care au destul timp liber pentru aș desfășura bucuriile vieții într-un mod mai plăcut decât petrecerea în fața calculatorului. Astăzi, datorită internetului și rețelele de socializare un tânăr poate avea peste 2000 de prieteni virtuali, pe care eventual nu-i cunoaște, dar cu care bineînțeles, poate realiza o frumoasă relație și poate comunica ore în șir fără aș da seama că acest nu este întocmai un bun prilej de a se bucura de frumusețile vieții.

Procesul de comunicare virtuală prin intermediul rețelelor de socializare, a transformat generația secolului XXI într-o generație mecanizată, dependentă de lumea virtuală .

Dacă la începutul secolului XXI încă mai știam ce sunt jocurile copilăriei (“V-ați-ascunselea” ; “Baba-oarbă” ; ”Țară, țară vrem ostași”; ”Rațele și vânătorii” etc.) și cu câtă plăcere luau parte copiii la astfel de jocuri, în timp, jocurile copilăriei au fost înlocuite cu dependența de Facebook , Twitter ,Skype , cu dependența de a comunica ore în șir cu persoane necunoscute, care aparent ne inspiră încredere , însă nu putem ști cât de sincere sunt cu noi, că pozele lor într-adevăr reflectă imaginea lor, de exemplu .

Comunicând virtual nu putem urmări mesajele nonverbale și paraverbale(zâmbetul, privirea, mimica, gesturile). În același timp , trăirea în spațiul virtual ne face să ne pierdem interesul pentru trăirea vieții în sine, așa cum este ea supusă multiplelor cerințe, provocări și responsabilități. De altfel comunicarea reală care este mult mai bogată și mai vie își pierde și ea interesul ajungând încetul cu încetul să ne înstrăinăm de noi înșine. Vrem , nu vrem , comunicarea virtuală se răsfrânge din ce în ce mai mult în cea reală , iar într-o lume în care mediul virtual îți ofera șansa să fii cine vrei , majoritatea aleg să fie o copie a celorlalti, lăsându-se atrași de procesul lumii virtuale care e într-o continuă evoluție .Ești conectat cu toți ceilalți înafară de cel de lângă tine !

Comunicarea virtuală vs Comunicarea reală

Mariana Varga



Comunicarea virtuală ajută unele persoane să-și creeze noi prieteni virtuali iar pe unele persoane îi sustrage de la lucruri și relații mai importante: *viața reală*. În capcana acestei lumi virtuale sunt prinși tinerii, adolescenții și mai ales copiii care își petrec majoritatea timpului în fața calculatorului. Datorită internetului, un tânăr poate avea peste 4000 prieteni virtuali, pe care nu-i cunoaște personal, dar cu care poate avea o comunicare virtuală bogată. În acest sens, prietenii din viața reală, încetul cu încetul se împrăștiează. Rețelele de socializare, precum: Facebook și Twitter, au transformat generația secolului XXI, într-o viață virtuală și nu reală.

Niciodată nu poți ști cu siguranță că cel cu care discuți este într-adevăr așa cum pretinde că ar fi. Nu poți ști cu siguranță că pozele lui reflectă imaginea sa. Comunicând virtual, nu poți urmări mesajele nonverbale și paraverbale.

Cum afectează comunicarea virtuală sferele vieții?

Dacă angajatul venind la lucru, deschide site-ul preferat, cu siguranță nu se va gândi la munca sa, iar în timpul de pauză în loc să meargă la o gură de aer, va fi tentat să socializeze cu *prietenii* săi virtuali. Rețelele sociale sunt un adevărat dușman al timpului.

Cercetarile în domeniul comunicării arată că 55% din totalitatea mesajului pe care îl comunicăm este transmis prin limbajul trupului, 38% este transmis prin elementele paraverbale și doar 7% este transmis prin intermediul cuvintelor.

Ce spun cercetătorii?

Psihologii, bat alarme cu privire la copiii care nu știu ce înseamnă jocurile gălăgioase în curte, dar de dimineața până seara, stau în fața computerului. Comunicarea îi face pe oameni egocentriți. Trimitem un mesaj,

dar nu știm dacă a fost citit cu răceală sau cu un zâmbet pe buze, dacă persoana s-a emoționat sau a roșit, dacă a avut ochii înlăcrimați sau plini de repulsie.

Psihologii, situează *abuzul de internet* pe aceeași treaptă cu alcoolismul și consumul de droguri în ceea ce privește efectele negative. Când oamenii își pierd serviciul, copiii sunt exmatriculați de la școală sau persoanele divorțează pentru că nu pot rezista să nu-și petreacă tot timpul lor în lumi virtuale, atunci dependența este patologică. Pericolele socializării online poate fi pentru unii utilizatori un refugiu, ajungând să-și respingă semenii și chiar să evite să-și confrunte propriile temeri sau complexe. Spațiul virtual nu este în sine periculos și nu trebuie evitat. Calculatorul, televizorul, internetul sunt niște instrumente extraordinare.

Dar hoții de timp și de viață personală există.

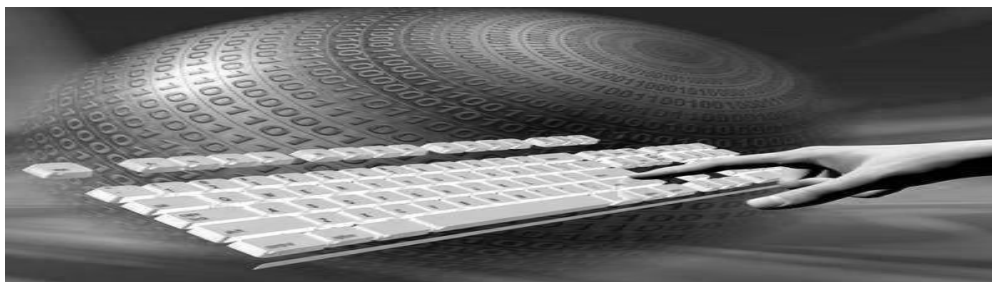
Ei profită de faptul că oamenilor le plac poveștile, iar unii dintre ei sunt pradă ușoară,

lăsându-se trași în povești. Astfel, pot uita complet de viața lor și intra într-o altă poveste – cel puțin pentru o perioadă de timp. Acești oameni care cad victime își pierd interesul pentru viața personală, care li se pare ternă și lipsită de strălucire. Ei pot fi tineri sau bătrâni – cei tineri intra în poveștile din jocurile pe calculator, iar cei mai în vârstă în poveștile din telenovele, filme.

Dacă le folosiți ca mijloace de informare și comunicare, precis că nu o să simțiți nevoia de a sta la nesfârșit.

- Ia-ți doza de povești și de trăire din propria viață.
- Fă lucruri cât mai plăcute în viață.
- Întâlnește-te cu prietenii față în față, fă sport, mergi în natură.

Toate aceste elemente, îți vor face viața mai colorată și mai frumoasă, încât să poată concura cu *periculosul univers virtual- imaginar*.



COMUNICARE ȘI PR

Etică și relațiile publice

Ana-Maria Olaru

Apariția relațiilor publice a generat numeroase probleme etice în Statele Unite, deoarece agențiile de presă obișnuiau să înfățișeze realitatea într-un mod exagerat, plin de senzație și, prin urmare, deformat. Eduard Bernays, considerat "părintele relațiilor publice", a numit perioada dintre 1850 și 1905 "era publicului damnat". Agenții de presă ofereau publicitate aproape la orice preț, lucru care a generat o reputație nefastă relațiilor publice moderne. Abia în 1906 s-a pus problema eticii în practica relațiilor publice, o dată cu principiile formulate de Ivy Lee. Declarația sa pune accent pe necesitatea furnizării de informații corecte, ceea ce a dus la o nouă etapă a practicii relațiilor publice, și anume, a "publicului informat".



Cercetările actuale arată că, în mod curent, relațiile publice sunt asociate cu un comportament lipsit de etică: minciuna, manipularea sau chiar spionajul. Mulți critici susțin că nu se poate vorbi de etică în relații publice, deoarece profesia în sine presupune manipulare și propagandă. Numeroși jurnaliști, politicieni sau oameni de rând consideră că termenul de etică în PR este un oximoron, și anume, fie exprimă ceva imposibil, fie o minciună.

Dincolo de scandalurile generate de lipsa onestității sau a comunicării deschise la nivelul corporațiilor și de încălcările principiilor etice de care se fac responsabile uneori firmele de PR, relațiile publice se confruntă cu o problemă de identitate. În ce măsură se poate vorbi de etică în relații publice? Profesioniștii de PR chiar sunt acei "oameni invizibili" care controlează dezbaterile politice și opinia publică, deformând realitatea și protejându-i pe cei care dețin puterea de eventuale investigații.

Profilul unei personalități din domeniul PR

Eliza Rogalski – Din PR în lumea antreprenorilor

Lucian Dîrlău

A debutat în presă la revista „Banii Noștri”, după care a petrecut aproape doi ani în redacția „Ziarului Financiar”. A abandonat jurnalismul din motive pragmatice, spune ea: nu-și vedea un viitor acolo, nu a fost nimeni care să-i ofere coaching, s-o ghideze spre ceva. Ulterior, a intrat în comunicare și relații publice, unde a simțit că vrea să devină cea mai bună.

În prezent, Eliza Rogalski conduce una din cele mai premiate și respectate agenții de PR din România.

Eliza Rogalski povestește într-un interviu acordat incont.ro, Gabrielei Stanciu, în data de 11 octombrie 2012 că a absolvit Facultatea de Litere și Limbi Străine din cadrul Universității București, dar și-a început cariera ca ziarist. Și-a dat seama ulterior că nu aparținea acelei lumi.

A plecat din presă cu mai bine de 10 ani în urmă pentru că, spune ea, nu-și vedea niciun viitor: *„Nu simțeam că mă îndrept spre ceva. Nu*

știam ce se întâmpla mai departe cu cariera mea, ce șanse am să fac lucruri extraordinare.

Pur și simplu, nimeni nu mi-a deschis perspectiva a ceea ce aș fi putut deveni ca jurnalist. Și atunci m-am dus către o meserie care mi se părea că era la început. Începuturile sunt dătătoare de speranțe.”

A ales comunicarea, crezând că dacă știe să scrie, să vorbească frumos și să se documenteze va avea șanse să ajungă undeva. „Trecerea de la jurnalism la comunicare a fost atunci creatoare de alienare. De la spațiul ăla extrem de viu și de dinamic dintr-o redacție, unde lucrurile se schimbă de la un minut la altul, în care trăiești fiecare știre, fiecare fotografie, fiecare titlu, am intrat într-un mediu corporatist. Eram primul om de PR pe care compania îl angaja.”

Eliza Rogalski spune despre ea că este un om care se hrănește în continuare cu știri, deși a părăsit această breaslă de mai bine de 10 ani. Citește site-uri, bloguri, este mereu prezentă pe Facebook și, mai nou, nedezipită de tabletă. “Am trei televizoare acasă, în trei camere. Toate merg pe canale de știri. Înainte colecționeam ziare care aveau pe prima pagină titluri extrem de creative sau poze extrem de grăitoare sau povești care au făcut istorie.”

Crede că PR-ul și comunicarea au propulsat-o în lumea antreprenoriatului. “Am intrat în contact cu antreprenori pe care am putut să-i ajut cu mai mult decât o știre. Relația pe care o ai ca om de agenție cu un client este una de tip medic-pacient. Jurnalistul îi vinde pastila, dar până atunci, el trebuie să știe cum să ajungă la ea. Are nevoie de un om care să-l învețe cum să gândească strategic, să

cunoască finețea businessului și să-i ofere o consultanță mult mai importantă decât cea cum să apărem astăzi în presă cu o știre.”

Rogalski a absolvit numeroase cursuri de comunicare, cât și un MBA în Leadership Creativ la Berlin. Fostul CEO al “Tempo” spune că afacerile nu țin doar de fler și că școala este foarte importantă în construirea unei cariere. *“Sunt total împotriva carierei fără școală, cum sunt și total împotriva suprașcolarizării. Sunt mulți care-și dau doctorate, hiperdoctorate. Trebuie să știe pentru ce fac asta. N-am respect pentru cei care vor doar să le treacă în CV”,* spune aceasta.

Crede că managerii trebuie să fie dispuși să le ofere consiliere celor "mici", aflați la început de drum. *“Mie nu mi-a oferit nimeni coaching. Dacă imi oferea, probabil că eram și astăzi tot în presă. Am găsit asta aici. Eu sunt cel mai bun exemplu: am venit un nimeni și am ajuns un CEO.*

Asta e povestea mea. Sunt încantată când văd, dintre cei care ajung în internship și rămân în companie, oameni entuziasmați, oameni care dau tot ce pot, văd viitori oameni ca mine”, spune ea.



Eliza Rogalski

COMUNICARE ȘI CONFLICT

Spune NU violenței !

Alina-Mădălina Ouatu

Pornind de la etimologia cuvântului, constatăm că verbul „violare” înseamnă „a profana”, „a transgresa”adică a depăși limitele impuse de lege. Îndicționare, cuvântul violență trimite la ceea ce se efectueazăcu o „forță intensă”, brutală și adesea distructivă, la abuzul de forță pentru a constrânge pe cineva la ceva.

A devenit din ce în ce mai frecventă : pe stradă, în școli, în familii etc., mass-media mediatizează tot mai multe cazuri. Eric Debarbieux consideră că “violența este dezorganizarea brutal sau continuă a unui sistem personal, colectiv sau social și care se traduce printr-o pierdere a integrității, ce poate fi fizică, psihică sau materială.

Această dezorganizare poate să opereze prin agresiune, prin utilizarea forței, conștient sau inconștient, însă poate exista și violență doar din punctul de vedere al victimei, fără ca

agresorul să aibă intenția de a face rău”. Această definiție evidențiază natura discretă a violenței, care ar consta în opinia autorului, nu doar în acte fizice, ci și acțiuni la nivelul psihic sau al obiectelor celui agresat.

Există mai multe tipuri de violență: violența fizică – utilizarea forței în scopul provocării suferinței fizice, violența psihică – utilizarea unui limbaj care influențează negativ dezvoltarea personalității unei personae, violența instituțională apare când o instituție neagă drepturile fundamentale ale unora dintre membrii ei; când violența este instituționalizată, ea devine o parte a culturii și este acceptată de către societate.

Trăim în secolul XXI și totuși unii din noi încă se mai poartă ca-n Evul Mediu, când totul se rezolva cu „parul”sau poate nici atunci.

„Violența este arma celor slabi” (Mahatma Gandhi). Din punct de vedere psihologic când vorbim de violență ne referim la nevoia de control, nevoie care din motive obiective nu se poate exercita pe căi pașnice și se recurge la agresivitate. Unii indivizi când văd că nu se pot controla încearcă să pună stăpanire pe alții.

După cum zice proverbul de mai sus, într-adevăr oamenii slabi, cei care nu știu altceva decât violență, care doar asta au văzut în decusul existenței lor, vor duce mai departe aceste rele practici (mal praxis). Violența fizică este însoțită de multe ori de violența verbală și invers.

Din păcate România este printre primele țări în care violența este din ce în ce mai frecventă. Violența exercitată asupra femeilor reprezintă 83% din cazurile de violență fizică în familie. De teamă, rușine sau chiar din convingerea că merită

ceea ce li se întâmplă, numeroase femei tolerează violența partenerilor de viață. Deși studiile au ajuns la concluzia că sărăcia și lipsa de educație sunt principalii factori care duc la apariția violenței în familie, aceleași studii demonstrează faptul că violența este prezentă și la "case mai mari".

În concluzie, violența este constantă în viața omului contemporan. Acasă, la serviciu, pe stradă, la televizor. Zi de zi, întâlnim o formă sau alta de violență. De la atacuri și până la înjurături la volan, o întreagă pleiadă de comportamente agresive populează spațiul public românesc. Acest lucru nu poate trece neobservat, deoarece violența și suferința sunt inseparabile. Principalele consecințe ale violenței instituționale sunt: neactualizarea potențialului propriu, stresul, sentimentul de autoeficacitate scăzut.



Veninul comunicării: obscuritatea

Cristina Tudorean

Plimbându-ne pe stradă, călătorind cu transportul public sau vizitând locurile aglomerate, tot mai des putem întâlni persoane care fără jenă și rușine comunică utilizând cuvinte ordinare. Aproape pretutindeni se folosește limbajul vulgar, indiferent de loc, timp sau adecvația vorbirii.

Cu groază am realizat că unele persoane înlocuiesc unele cuvinte cu înjurături și le înrădăcinează în limbajul său de zi cu zi. Dar de ce asta se întâmplă? Și cum să te debarazezi de acest venin al comunicării?



Prin intermediul cuvintelor josnice unii oameni doresc să scape de dependența unei persoane sau situații, schimbând vectorul comunicării la absența unei probleme. Pe de altă parte, cuvintele necenzurate se folosesc pentru a exprima vreo răskoală sau protest. Utilizarea jargoului poate fi ca un scut contra tabuurilor impuse de părinți sau al educației precaute la adolescenți. Rostind aceste cuvinte, el se simte mai liber, deoarece simte că se debarasează de energia pe care o adună pentru a se abține în limitele decenței. De asemenea, lipsa de independență relevă dorința necondiționată de o astfel de exprimare în public.

Cei care folosesc în vorbire cuvintele obscure recunosc că ar dori să se debaraseze de astfel de neajuns, însă nu știu care sunt soluțiile, deoarece problema aceasta este puțin invocată, fiind considerată una neînsemnată.

Folosirea cuvintelor obscene este foarte similară cu dependența de alcool, droguri sau oricare alta deprindere, provocând nu doar prejudicii morale și fizice, dar și neplăceri și critici din partea celor din jur. În acest caz este nevoie de a lua sub control acest domeniu și treptat, recompensa va apărea prin intermediul ușurintei în vorbire, fericirii în comunicare și purității în gândire.

Desigur cea mai bună soluție contra folosirii înjurăturilor este schimbarea cercului de prieteni, chiar pe o perioadă scurtă, și rezultatul nu va lăsa mult de așteptat. Devenind o parte a unei societăți în care comunicarea vulgară devine ceva obișnuit, persoana începe a prelua unele trăsături, care uneori depășesc limitele moralității. De aceea, schimbul cercului de prieteni este una din soluțiile rezonabile contra acestui cusur. Dacă totuși nu doriți să vă schimbați grupul de comunicare, puteți recurge la ajutorul rudelor și celor dragi, explicând scopurile voastre nobile spre debarasarea neajunsului dat. Sprijinul lor va fi foarte important, mai ales în momentele când vă puteți simți în criza de a folosi cuvintele “puternice”. În cele din urmă, cea mai bună soluție se consideră lectura, grație cărei veți observa că limba maternă sună mult mai frumos fără cuvintele așa-zise “neliterare”.

Dostoevski spune că „Respectându-te pe tine însuși, impui respectul celorlalți.” Doar respectul de sine este cel mai bun îndrumător spre auto-cunoaștere și înțelepciune.

Sursa imagine:

<http://a.dilcdn.com/bl/wpcontent/uploads/sites/8/2014/01/file0001270949979.jpg>

Cine îți pune obstacole în comunicare

Mădălina-Elena Viliman

Oamenii au mai multe nevoi psihologice, una dintre ele este nevoia de recunoaștere, de apreciere. Unii oameni au nevoie să le apreciezi vestimentația, alții au nevoie să le apreciezi culoarea părului, alții au nevoie să le apreciezi formele corpului. Dar alții au nevoie să le apreciezi ideile, inteligența, creativitatea.

Așa că atunci când porți o discuție cu cineva, nu te aștepta ca acel om să renunțe imediat și ușor la propriile idei, ca să îți facă ție pe plac.

Sunt două tipuri de persoane: unii cu stimă de sine, iar alții cu orgoliu. Oamenii cu stimă de sine pot să accepte ușor că ai dreptate. Când tu vrei să comunici cu cineva, trebuie să îți dai seama dacă ai în fața ta o persoană care comunică prin orgoliu sau o persoană care comunică prin stima de sine. Când o persoană comunică din orgoliu vei vedea că vorbește preponderent despre sine, despre cât de bun este și cât de tare este. O persoană care comunică condusă de orgoliu o să facă în așa fel încât să aducă discuția spre sine. O persoană cu stimă de sine e un om pasionat de diferite lucruri din viață, nu doar de propria persoană.

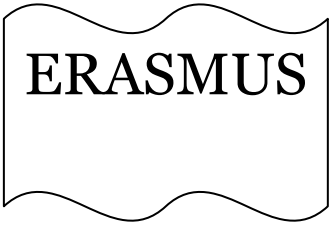
Și mai există un al treilea tip de oameni: cei care nu au nici orgoliu, nici stimă de sine. Aceștia sunt foarte timizi și îi consideri oameni slabi. Pe aceștia îi poți convinge ușor, indiferent de subiectul conversației. Însă oamenii orgolioși o să se opună pur și simplu la ce le zici, pentru că altfel s-ar simți ei călcați în picioare și în ochii lor s-ar simți slabi.

Ei nu își modifică părerile, chiar devin violenți verbal dacă insiști în modul obișnuit, prin argumente. Pur și simplu nu îi interesează argumentele, ci gândesc doar că nu doresc să fie ei cei care cedează.

Oamenii cu stimă de sine au uneori păreri care intră în contradicție cu părerile tale, pentru că ei chiar au o părere (nu contează acum dacă au o părere greșită sau corectă – oricum nimeni nu știe ce e cu adevărat corect sau greșit). Nu se țin însă cu dinții de părerea lor, acceptă să își schimbe părerea dacă consideră că au un avantaj dacă își modifică modul de gândire. La oamenii orgolioși nu contează decât să nu își schimbe părerea, nu mai contează beneficiile. Ei văd în propria inflexibilitate un beneficiu.



Blocajele în comunicare pleacă, deci, de la următoarele situații: oamenii își construiesc păreri din puține informații, au impresia că tu ai înțeles tot când ei au spus puțin din ce aveau în minte, folosesc în discuție principii care nu sunt valabile tuturor, considerate de ei reguli pentru toată lumea, au tendința să exagereze și bineînțeles să își creadă propriile exagerări, au convingeri despre ceva ce nici măcar nu au studiat și fac presupuneri că știi ce gândești și de cele mai multe ori se înșală.



ERASMUS

Gabriela Paic

La vita è bella!

Crezi că te poate schimba o experiență Erasmus de fix 5 luni? Ei bine, da!

Georgiana-Gabriela Paic este numele meu și sunt studentă la Comunicare și relații publice, anul II, dar pentru 5 luni am fost „una studentessa Erasmus” la „Scienze della comunicazione” în Universitatea din Torino.

Vă povestesc pe scurt începutul experienței mele cum am aplicat, în ultimul moment, pentru această bursă cu gândul că nu voi fi acceptată și nefiind prea încântată că singura opțiune era Torino, Italia (țară pe care o vizitasem de 2 ori). Însă s-a dovedit a fi o experiență de neuitat, pe care nu mă așteptam să o trăiesc.

Într-o dimineață rece de februarie, am pășit cu pași timizi, pe meleagurile torineze, într-o lume străină, așteptându-mă niște persoane necunoscute pentru a mă duce în locuința care avea să-mi fie „acasă”. Eram puțin sceptică, în ceea ce-i privește pe italieni și modul în care mă vor primi, știind cum ne etichetează pe noi românii, dar am zis că o pot face și pe asta.

În acest timp, am locuit într-un apartament cu alte două studente, o italiancă din Venezia și o studentă Erasmus din Lituania. Toate trei eram abia venite în acest oraș necunoscut, dar cu care am legat o frumoasă prietenie, am strâns multe amintiri memorabile (începând de la cunoașterea orașului, pe biciclete în toiul nopții, gătitul împreună... până la plânsul de dinaintea plecării).

De Torino m-am îndrăgostit! Un oraș cu multe spații verzi, două râuri (Po și Dora) care te înconjurau și erau doar la 5 minute de locuința mea, unde puteam să evadez și să mă simt ca în natură, deși eram în centrul orașului, iar Munții Alpi... îi puteam admira în fiecare dimineață de la fereastra mea, fiind la etajul 4. Oraș în care te regăseai, mai ales tânăr fiind, pentru că în fiecare zi erau organizate tot felul de activități.



În ceea ce privește universitatea, pur și simplu te chema la ea. Profesorii erau foarte buni și devotați, mergeam de drag la cursuri, apoi colegii care erau primitivi, sociabili, zâmbitori, oferindu-mi ajutorul în orice aveam nevoie, iar campusul... arăta impecabil și aveai tot ce îți trebuie acolo. Atmosfera studențească era la ea acasă, unii care luau prânzul pe gazon, alții vindeau limonadă, alții puneau muzică și făceau anumite acțiuni voluntare. Cum să nu îți dorești să faci parte și tu din acea poveste? Da, am simțit că m-au integrat și că sunt student de al lor.

Oriunde mergeam îmi făceam noi și noi prieteni internaționali (din Mexic, Portugalia, Polonia, Bulgaria, Cehia, Spania, Franța, Uzbekistan, India...) din toate colțurile lumii, era câte un student Erasmus, de la care am învățat care le sunt tradițiile, de la care am încercat mâncarea specifică și cu care am creat noi amintiri.

Experiența mea Erasmus am vrut să nu fie una stereotipizată „studentul merge doar la petreceri, examenele trecându-le pentru că e Erasmus”. Nu a fost așa. Mi-am luat abonament la muzee și am vizitat cât am putut de mult, am învățat și văzut în tot felul de castele despre istoria Italiei, iar pentru examene chiar am studiat mult în limba italiană, voind să demonstrez că românii nu sunt chiar așa cum îi consideră unii italieni. Și da, am avut timp pentru distracții, de vizitat și alte orașe și de legat cele mai frumoase prietenii.

Cel mai important este că am învățat cum să trăiesc pe cont propriu, să nu mai am prejudecăți în ceea ce-i privește pe străini și să am încredere în mine.

Așadar, tu cititorule, dacă încă ai posibilitatea de a aplica pentru o bursă Erasmus, nu mai sta pe gânduri. Fă-ți bagajele și trăiește-ți visul studentesc în orice colț al lumii te duce el.



Zvonurile, dezinformarea, propaganda. Fenomene care ne scapă

Zvonul – mașinăria „știrilor”

Pentru mulți oameni, cuvântul zvon evocă un fenomen misterios, aproape magic. O analiză a vocabularului curent e revelatoare în această privință: zvonurile zboară, cresc, șerpuiesc, mocnesc și circulă. Din punct de vedere fizic, sunt niște animale neobișnuite, iuți și nesătule. Iar efectul asupra oamenilor este cunoscut, datorită urmărilor poate fi asemănat unei hipnoze: fascinează, subjugă, seduc, înflăcărează.

Realitatea este însă alta când analizezi acest fenomen ca pe un proces cu scop, actori, efecte și mai ales interese ascunse. Concepția mai sus menționată este greșită, deoarece zvonurile se supus unei logici al cărei mecanism de funcționare poate fi demontat. Cu privire la tema zvonul, considerat ca fenomen, apar nenumărate întrebări: Cum se iscă? Care e mesajul ascuns? Pot fi înăbușite zvonurile?

În epoca noastră, dezinformarea este o problemă la ordinea zilei, astfel zvonurile sunt foarte lesne răspândite.

Psihiatrizarea zvonului e o consecință directă a refuzului de a recunoaște un fapt crucial: o informație falsă, odată introdusă în corpul social, se răspândește exact la fel ca și una veridică. Modul de difuzare nu ține de nebunie sau de halucinație colectivă, ci pur și simplu de regulile pe care se bazează viața socială. Zvonurile nu ne parvin niciodată prin persoane necunoscute, ci, dimpotrivă, prin persoane apropiate. Viața socială se bazează pe încredere: din principiu, nu pornim de la ideea că rudele noastre inventează, fabulează sau sunt victime ale halucinațiilor.

Zvonul este creația persoanelor care, după ce au auzit ceva, repetă și altora ce a auzit. Însă apare o întrebare: care zvonuri sunt transmise mai departe și care sunt înăbușite? În toate situațiile, zvonul se răspândește pentru că altfel ar exista pericolul, fizic sau simbolic, de a nu cunoaște știrea, fie ea adevărată sau falsă.

Desigur, în afară de funcția lui de alarmare, zvonului îi revine și misiunea de a hotărî soarta știrii, ceea ce trebuie să credem despre ea. Aici se află a doua funcție a repetiției: vorbim ca să știm. Să știm dacă opiniile noastre sunt bune sau proaste. Zvonul, de asemenea, este mijlocul prin care grupul din care facem parte ne comunică ce anume trebuie să credem dacă dorim în continuare să facem parte din el, practic e cel mai eficient mijloc de coeziune socială.

Transmiterea zvonului echivalează cu plecarea într-o cruciadă, cu răspândirea cuvântului cel bun. Se vorbește ca să convină. Dacă sunt crezut, înseamnă că am dreptate. Se înțelege că zvonul înflorește în situații și în medii unde funcționează o puternică cenzură morală:

zvonul e o scrisoare anonimă pe care fiecare poate să o scrie fără teamă de a fi pedepsit, astfel zvonul e o modalitate de eliberare. În fond, zvonul oferă o trambulină pentru consumarea relațiilor sociale și pentru întărirea legăturilor de prietenie, vecinătate sau rudenie.

Pe măsură ce se amplifică, zvonul devine din ce în ce mai convingător. Colportat la început numai din amuzament, devine certitudine. Într-adevăr, convingerea se formează atunci când primim aceeași informație de la mai multe persoane: dacă diferite persoane care ne cunosc spun același lucru, înseamnă că e adevărat.

Capacitatea critică a fiecăruia filtrează informația, mai mult decât atât, anume caracteristicile de personalitatea într-un context social concret facilitează sau nu nașterea și viața unui zvon. Prin urmare, de amploarea circulației zvonurilor ne facem noi înșine responsabili.

Dezinformarea – arta ocolului

Dezinformarea este întotdeauna deliberată, iar decizia de a recurge la ea relevă o stare de spirit ale cărei resorturi complexe nu pot fi deduse clar. Poate fi dictată de necesitate, având în vedere amploarea mizei și pericolul unei confruntări deschise, demonstrând astfel slăbiciune sau frică.

Poate fi, de asemenea, o acțiune de premeditată pentru a obține succesul cu minimum de forțe deoarece agresorul crede, pe bună dreptate sau nu, că influența conștiințelor este mai puțin riscantă decât violența fizică. Dezinformarea poate deveni o obișnuință fatală pentru

o societate care se vrea închisă, secretă și care astfel poate pierde pe nesimțite contactul cu realitatea. Dezinformarea punctuală poate oferi un avantaj imediat, uneori decisiv într-o conjunctură favorabilă. Aceasta interzice prin natura sa orice schimb interuman, deoarece este un act anti-social.

Dialogul există numai în aparență în unele cazuri. Comunicarea are sens unic, de la manipulator la cel manipulat, în scopul de a-l face pe acesta din urmă să acționeze cu docilitate la ordinele primului. Dezinformare există, nu este nicidecum o fantezie a imaginației și ea nu se rezumă doar la falsificarea conștiințelor, ea se dovedește a fi o pârghie de acționare psihologică, de conducere a indivizilor, de dirijare a opiniilor publice, a stărilor și a comportamentelor umane.

Constatând imensa influență și reala eficacitatea comercială a publicității, nu este deloc surprinzător că aceasta a devenit propagandă. Se recurge la dezinformare deoarece se crede în puterea cuvântului de a disloca inamicul. Se încearcă mai ales manipularea prin intermediul imaginilor.

Așa cum este concepută în statele democratice, informarea oferă, prin ea înseși, căi ascunse de pătrundere pentru dezinformare. Relația între știrea difuzată și eforturile sale asupra moralului publicului este adesea de neînțeles. Sensul mesajului se modifică în mare parte în funcție de context, foarte larg în societățile moderne, fiecare individ perceputându-l în felul său.

Informarea răspunde curiozității umane, dorinței de cunoaștere, de a fi la curent. Mai trebuie remarcat faptul că această curiozitate umană se manifestă cu precădere în ceea ce privește evenimentele și personalitățile, și mai puțin în ceea ce privește ideile. Însă un eveniment este ales dintre altele, este prezentat, este comentat și de fiecare dată este există o inevitabilă reducere de date și deci o distanțare tot mai mare de realitate. Văzută din acest unghi, dezinformarea n-ar fi o problemă de cantitate dacă n-ar exista intenția de a înșela, care o delimitează de informare; trebuie însă să reținem că la originalitatea marilor cazuri de dezinformare existat o dezinformare naturală ce a fost exploatată și a întărit acțiunea deliberată a dezinformării.

Multiplicarea temelor și canalelor de difuzare mai mult a exacerbat decât a satisfăcut dorința de a fi informat. Poate că, mai mult

chiar decât a satisface setea de cunoaștere, informarea răspunde tendinței fiecărui individ de conformism față de grupul social căruia îi aparține, el căutând să fie miezul actualității și să împărtășească opinia majoritară sau cea mai avansată.

Propagandă, nu dezinformare

Propaganda rămâne și în prezent o noțiune ambivalentă. Există numeroase puncte comune între propagandă și dezinformare. Termenul de propagandă înglobează toate acțiunile psihologice îndreptate în special asupra cetățenilor într-un scop educativ.

Distincția este clară între propaganda deschisă, aceea care se vrea explicată, neascunzându-și nici obiectivele și nici originea, și așa-zisa propagandă neagră care își disimulează sursa, înșeală în privința intențiilor, și la nevoie face negoț ilicit cu mesajele sale. Aceasta din urmă nu este altceva decât dezinformarea în acțiune.

Mai există o diferență fundamentală între propaganda deschisă și dezinformare, și anume faptul că, în timp ce prima caută să convingă, chiar dacă uneori modul său de exprimare este la limita licitului, cea de-a doua își propune destrucțurarea grupărilor de idei, dezorganizarea gândirii și manipularea indivizilor.

Ambele își selectează țintele. Propaganda are în vedere subiecte pregătite într-un fel să primească, dispuse să înțeleagă un mesaj a cărui sursă le este cunoscută și de sub a cărei influență au posibilitatea, cel puțin teoretic, să se sustragă. În timp ce, dezinformarea, atacă indivizii neavizați și de la care se așteaptă o anumită reacție.

În principiu, propaganda se adresează opiniilor, ea încearcă să valorifice anumite idei în detrimentul altora, să înfrumusețeze evenimentele dându-le o prezentare favorabilă. Însă o cât de mică înclinare determină începerea imperceptibilă a alunecării spre dezinformare.

Concluzie

Fiecare dintre noi trăim, zilnic, sentimentul că primim informații diverse care ni se par, dacă nu false și mincinoase, cel puțin departe de realitate. În plus, cum dezinformarea tinde să devină o preocupare la modă și adesea o scuză comodă, suntem tentați să o vedem peste tot. Sarcina ce ne revine fiecăruia trece, înainte de toate, printr-o educare a

spiritului critic. și aceasta începe, în materie de informare, cu dorința de a nu considera suficientă preluarea pasivă a știrilor, ci trebuie să adoptăm obișnuința de a le căuta și, pe cât posibil, de a le controla prin toate mijloacele avute la dispoziție.

Bibliografie

Cathala, Henri -Pierre, *Epoca dezinformării*, Editura Militară,
București, 1991

Kapferer, Jean -Noel, *Zvonurile*, Editura Humanitas, București, 1993

Cum realizezi recenzii bune?

Biatricia Iurasco

Nu oricine poate întocmi o recenzie, în ciuda faptului că, la prima vedere, foarte mulți se vor simți competenți să-și dea cu părerea despre orice; nu poți să realizezi o recenzie relevantă, dacă nu ai fost în contact direct, de la un capăt la altul, cu obiectul / evenimentul supus recenzării; o recenzie de calitate depinde, în bună măsură de pregătirea/instruirea într-un anumit domeniu a celui care o realizează și de experiența sa profesională.

Ce este recenzia? Prezentare succintă, a unei opere literare sau științifice, cu comentarii și aprecieri critice.

La acestea, mi-aș permite eu să adaug, că recenzia poate viza o arie mult mai largă, de la piese de teatru, spectacole, lucrări de artă, concerte, expoziții, etc.

Un asemenea demers, trebuie să fie cât se poate de serios, mai ales atunci când vine din partea unor oameni care au pretenția să fie luați în seamă pentru ceea ce propun / emit către ceilalți.

Nu am pretenția că aș deține adevărul absolut în ceea ce privește întocmirea unei recenzii, dar am să vă prezint părțile componente ale unei recenzii de carte, care cred eu că ar fi tocmai bune de aplicat.

1. Parte introductivă

- prezentare succintă a cărții – locul, data, contextul apariției lucrării și date tehnice despre carte (autor, titlu, gen, editura, număr de pagini, structura lucrării, prefată);
- importanța temei abordate, a domeniului sau ramurii științifice;
- locul pe care îl ocupă lucrarea respectivă în cadrul disciplinei din care face parte, în care se încadrează sau la care face referire directă;
- actualitatea problemelor prezentate în material;
- comparație cu alte lucrări pe aceeași temă (autohtone și străine) și comparație cu alte lucrări scrise de același autor.

2. Rezumat indicativ

- descrierea materialului
- prezentarea ideilor principale care reies din text
- menționarea câtorva citate reprezentative

3. Analiza SWOT a cărții

- evidențierea punctelor forte și a celor deficitare
- prezentarea oportunităților și a amenințărilor

4. Judecați de valoare

- îmi place sau nu-mi place; de ce îmi place, de ce nu-mi place; ce îmi place, ce nu-mi place; ce mi-ar fi plăcut; (predominant subiectiv)
- ce e interesant, ce e neinteresant ; la ce ajută, ce aspecte nu clarifică; ce stare de spirit induce ? (predominant obiectiv)

5. Caracterizări de formă și fond

- oportunitate
- actualitate

– originalitate (evidențierea unicității conținutului operei și motivarea titlului)

6. Concluzii

– rezumarea ideilor emise si evaluări

– propuneri personale cu privire la noi moduri de abordare

Cam așa mi se pare mie că ar trebui să arate o recenzie cât de cât onorabilă. Când faceți o recenzie, căutați să susțineți cu argumente solide și exemple fiecare punct de vedere exprimat și , la fel de important, fiți cinstiți atât față de voi înșivă, cât și față de ceea ce recenzați; valorile în care credeți și criteriile după care judecați trebuie să rămână mereu aceleași; astfel subiectivismul va fi ținut mai atent sub control, iar rezultatul muncii voastre va fi unul de calitate și apreciat ca atare.

Poezii

Căderea unei stele

Rodica Roșca

Azi a căzut o stea,
Sa stins și a murit,
Și a căzut cu ea-
Tot ce eu am dorit.

Azi a căzut o stea,
Din infinitul cer,
Lăsând doar dupa ea-
Doar umbră și mister.

Și totuși unde pleacă
Un suflet mort apoi,
El se ridică-n ceruri
Ori vine înapoi?

Și dacă moartea poate,
Ar deceda și ea,
Und-ar pleca iubitul
Și cum ar reacționa?

Fiindcă iubirea mare
Se-nalță către cer
Iar moartea, desărtirea,
Îi duce în infern.

Acesta-i cursul vieții,
Așa e soarta scrisă,
Ca să murim cu toții,
După ce nii cartea scrisă.
Dar oare cum cunoaștem
Când firul s-a oprit?
Noi tindem spre minciună,
Sau tindem spre infinit?

Azi a căzut o stea,
Odată cu căderea ei,
A mai murit un vis,
A mai murit un zeu.

Un zeu, un om ca alții,
Un luminat prin faptă,
Un suflet care luptă,
Și chinuit de soartă.

El moare pentru veci,
Lăsându-ne pe noi,
Ne face niște reci,
Crezându-ne gunoi.

*Azi a căzut o stea
Și am murit și eu cu ea.*

Anotimpurile vieții

Cristina Morari

Ne naștem într-un buchețel de primăvară,
Privim frumosu-n jur și ne-nfioară,
Ca mugurașii de cireș dăm parfumat în floare
Și ni se dăruiește-un legănel sub soare.

Apoi ca puișorii mici de rândunea
Pornim a cerceta,a contempla
Cum plouă, și-apoi curcubeu răsare,
Cum se revarsă soarele în mare.

Dansăm cu vântul ,ce ne pierde în visare,
Privim spre cer cum se ivesc cocori-n zare,
Ca ghiocerii firavi, curați și albi ca neaua
Ne tot grăbim să creștem și să ne-atingem steaua.

Și uite timpul trece, cireșele se coc
Ieșim pe ulicioare în serile cu joc,
În vară pe ogoare și grăie-ngălbinesc
În ochii noștri sinceri și visele iubesc.

Tiptil pitim păpușa, în pod, pe undeva
Și ne gândim că poate cândva va evada.
Luăm ghiozdanu-n spate, de clopoțel chemați
Pe altă treaptă a vieții deja suntem urcați.

Acum prin tot văzduhul, tot fluturași roiesc,
Sub zborul lor feeric inimile zvâcnesc
Iar versuri și petale dansând ușor se scurg,
În zilele senine sau seara în amurg.

Apoi, după ce vara și-a petrecut iubirea,
Sorbim din fructe coapte, mai pățimaș simțirea.
Și toată munca noastră începe să dea roade
Asemeni toamnei calde cu coșuri

Iar spre sfârșit de toamnă, când mai dă gerul greu
Ne spălăm de păcate și uităm ce-a fost rău
Atunci, cu dorul mare ne simțim iar copii,
Și spunem cu blândețe: „Pe la noi când mai vii?”

Și iată că-i petrecem, se-ntorc la primăvară
Dar gerul tot mai aspru ne zgârie de-afară.
Se așează-n plete neaua și părul alb ni-l face
Iar gândul tinereții parcă nu ne dă pace.

În inimă zvâcnește un zâmbet de copil
Iar sufletul e-n temniță prizonier umil.
Și pe la geam ne cad, petalele de măr
Vrem iarăși primăvară, dar este neaua-n păr.

Chiar și izvorul vieții aproape c-a secat
Când peste el, tot cerne omătul cel curat
În gând e primăvară, pe chip e gerul mut,
Iar pe pământ o urmă, căci toate-n veșnicie au trecut.

CUPRINS

Cronici de studenție 5

Monica Comorașu: *Facultate? Ce înseamnă pentru mine facultatea?* 5

Andreea Cotioraș: *Cum este să fii student la Litere?* 6

Anca Borto: *Cum să-ți organizezi timpul în sesiune* 7

Comunicare... 9

Roxana-Elena Coșa: *Comunicarea în exces dăunează grav sănătății?* 9

Mihaela Luca: *Comunicarea și rolul ei în viața mea* 11

Simona Benchea: *Oare comunicăm în adevăratul sens al cuvântului?* 12

Maria Bocicov: *Despre puterea cuvântului* 14

Andreea-Roxana Cancel: *Cuvintele ca scut și armă* 16

Necuvinte 18

Alina-Mihaela Elinoiu: *Cuvintele nu sunt de-ajuns* 18

Alexandra Bibire: *Rolul tăcerii și al ascultării în comunicarea verbală* 22

Jurnal de vacanță 25

Ana-Maria Catană: *BORDEAUX - Capitala europeană a vinului* 25

Ionuț Dârlea: *Egiptul Antic – o învăluire în mister* 28

Comunicare în mediul virtual

Maței Alexandru: *7 motive pentru a renunța la Facebook* 29

Cătălina Paiu: *Ești conectat cu toți în afară de cel de lângă tine* 31

Mariana Varga: *Comunicarea virtuală vs Comunicarea reală* 33

Comunicare și PR 35

Ana-Maria Olaru : *etică și relațiile publice* 35

Lucian Dîrlău : *Profilul unei personalități din domeniul PR.*

Eliza Rogalski – *Din PR în lumea antreprenorilor* 36

Comunicare și conflict 39

Alina-Mădălina Ouatu: *Spune NU violenței !* 39

Cristina Tudorean: *Veninul comunicării: obscuritatea* 41

Mădălina-Elena Viliman: *Cine îți pune obstacole în comunicare* 43

ERASMUS Gabriela Paic: La vita è bella! 45

Cristina Bolohan: *Zvonurile, dezinformarea, propaganda. Fenomene care ne scapă* 48

Biaticia Iurasco: *Cum realizezi recenzii bune?* 52

Poezii : Rodica Roșca, Cristina Morari 55