

**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT „ION CREANGĂ”
DIN CHIȘINĂU**

Cu titlu de manuscris
CZU 373.3.015(043.3)

SANDA Olguța

**FUNDAMENTE PSIHOPEDAGOGICE ALE DEZVOLTĂRII INTELIGENȚEI
EMOȚIONALE A ELEVILOR ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR**

Specialitatea 531.01 – Teoria generală a educației

Teză de doctor în științe ale educației

Conducător științific:

BOROZAN Maia,
doctor habilitat, profesor universitar

Autoare

SANDA Olguța

CHIȘINĂU, 2024

© Sanda Olguța, 2024

CUPRINS

ADNOTARE	6
Lista abrevierilor	8
Lista tabelelor.....	9
Lista figurilor.....	11
INTRODUCERE	12
1. REPERE TEORETICE PRIVIND INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ ȘI EDUCAȚIA PENTRU DEZVOLTARE EMOȚIONALĂ A ELEVILOR	20
1.1. Evoluția istorică a conceptului de inteligență emoțională	21
1.2. Precizări terminologice în aria educației pentru dezvoltare emoțională	37
1.3. Particularitățile dezvoltării afective a elevilor de vârstă școlară mică	48
1.4. Concluzii la capitolul 1	59
2. CADRUL CONCEPTUAL ALE DEZVOLTĂRII INTELIGENȚEI EMOȚIONALE A ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR	60
2.1. Mecanismul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar.....	60
2.2. Proiectul cercetării experimentale a condițiilor de debut în dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar	70
2.3. Concluzii la capitolul 2	91
3. METODOLOGIA DEZVOLTĂRII INTELIGENȚEI EMOȚIONALE A ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR	92
3.1. Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie.....	93
3.2. Valori experimentale comparate ale dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar și a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar.....	103
3.3. Concluzii la capitolul 3	129
CONCLUZII GENERALE și recomandări	130
BIBLIOGRAFIE	133
ANEXE	
Anexa 1. Termeni operaționali ai cercetării	152
Anexa 2. Program de dezvoltare emoțională pentru copii	151
Anexa 3. Alfabetul emoțiilor	164
Anexa 4. Ghicitori despre emoții	165

Anexa 5. Citate despre emoții	166
Anexa 6. Jocuri pentru dezvoltarea inteligenței emoționale	167
Anexa 7. Zece modalități de a crește copii inteligenți emoționali	170
Anexa 8. Semne ale unui nivel înalt și scăzut de IE	172
Anexa 9. Cerințe adresate atât copiilor cât și adulților în vederea dezvoltării inteligenței emoționale	173
Anexa 10. Tehnici de dezvoltare a inteligenței emoționale.....	174
CV-ul autoarei... ..	175

ADNOTARE
SANDA Olguța

**„FUNDAMENTE PSIHOPEDAGOGICE ALE DEZVOLTĂRII INTELIGENȚEI
EMOȚIONALE A ELEVILOR ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR”, Chișinău, 2024**

Structura tezei: introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 223 de surse, adnotare (română, engleză), concepte-cheie în limbile română și engleză, lista abrevierilor, 140 pagini de text de bază, 27 de tabele, 17 figuri, 10 anexe.

Publicații la tema tezei: 12 lucrări științifice.

Concepte – cheie: inteligența emoțională, dezvoltare, valori ale inteligenței emoționale, competențe emoționale, elevi de vârstă școlară mică, cultura emoțională, profesori pentru învățământul primar.

Scopul cercetării constă în determinarea fundamentelor psihopedagogice, conceperea, întemeierea științifică și implementarea experimentală a Modelului pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie.

Obiectivele cercetării: stabilirea fundamentelor teoretice privind inteligența emoțională, educația pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală în învățământul primar; elaborarea mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar; studiul experimental al specificului și a nivelurilor dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar; diagnosticarea gradului de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor; conceptualizarea, fundamentarea teoretică și validarea experimentală a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie*; formularea concluziilor științifice și a recomandărilor privind educația pentru dezvoltare emoțională în perspectiva sporirii inteligenței emoționale a elevilor.

Noutatea și originalitatea științifică a cercetării constă în: descrierea fundamentelor psihopedagogice privind inteligența emoțională și a educației pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală în învățământul primar; delimitarea *legităților dezvoltării afective a elevilor de vârstă școlară mică*: a interdependenței între dezvoltarea afectivă și dezvoltarea cognitivă, a influenței educației emoționale asupra dezvoltării inteligenței emoționale, legitatea interdependenței cultura emoțională a profesorilor - autoeducație emoțională, legitatea influenței comunicării asertive asupra eficienței interacțiunilor sociale, a interdependenței între competențele sociale și succesul școlar și legitatea impactului inteligenței emoționale asupra adaptării și integrării școlare; elaborarea *Mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale în învățământul primar*; conceptualizarea științifică a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie* și contribuții științifice la afirmarea coerentă a pedagogiei culturii emoționale ca știință a educației cu obiectul de studiu - educația emoționalității umane.

Rezultate obținute ce contribuie la soluționarea unei probleme științifice importante în cercetare se referă la stabilirea fundamentelor psihopedagogice și conceptualizarea științifică a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie* prin elaborarea și valorificarea coerentă a *Mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale al elevilor în învățământul primar*.

Semnificația teoretică a cercetării constă în: analiza evoluției istorice a inteligenței emoționale prin sistematizarea cronologică a relevantelor contribuții teoretice la afirmarea modelului educației bazate pe inteligența emoțională; descrierea particularităților dezvoltării afective la vârsta școlară mică; *evocarea implicațiilor educaționale ale culturii emoționale a profesorilor asupra procesului de dezvoltare afectivă a elevilor mici și formularea unor concluzii științifice referitoare la dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar*.

Valoarea praxiologică a investigației este certificată de validarea mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar; implementarea experimentală a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie* care vizează formarea profesională a culturii emoționale a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor; formularea concluziilor generale și a recomandărilor metodologice profesorilor din învățământul primar și părinților.

Implementarea rezultatelor științifice s-a realizat prin cercetări teoretice prezentate în cadrul conferințelor științifice și studii experimentale, desfășurate cu profesorii și elevii din învățământul primar în Liceul Tehnologic Sfântul Mucenic Sava, Școala Gimnazială G. Emil Palade Buzău, Liceul Tehnologic Vernesti Buzău și Școala Gimnazială nr. 11 din Buzău.

ANNOTATION

SANDA Olguța

"PSYCHOPEDAGOGICAL FOUNDATIONS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE DEVELOPMENT IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS", Chișinău, 2024

Thesis structure: introduction, three chapters, general conclusions and recommendations, bibliography of 223 sources, annotation (in Romanian and English), key concepts in Romanian and English, list of abbreviations, 140 pages of main text, 27 tables, 17 figures, 10 appendices. Publications related to the thesis: 12 scientific works.

Key concepts: emotional intelligence, development, emotional intelligence values, emotional competencies, young school-age students, emotional culture, primary school teachers.

The aim of the research is to determine the psychopedagogical foundations, scientifically design and experimentally implement the pedagogical model for developing emotional intelligence in primary school students within the context of school-family partnerships.

Research objectives: establishing the theoretical foundations regarding emotional intelligence, education for emotional development, and mental health in primary education; developing the mechanism for emotional intelligence development in primary school students; experimental study of the specifics and levels of emotional intelligence development in primary school students; diagnosing the preparedness level of teachers for students' emotional education; conceptualizing, theoretically grounding, and experimentally validating the pedagogical model for emotional intelligence development in primary school students within the school-family partnership; formulating scientific conclusions and recommendations regarding education for emotional development aimed at enhancing students' emotional intelligence.

The novelty and scientific originality of the research lie in: describing the psychopedagogical foundations regarding emotional intelligence and education for emotional development and mental health in primary education; distinguishing the laws governing the affective development of young school-age students: the interdependence between affective and cognitive development, the influence of emotional education on the development of emotional intelligence, the law of interdependence between teachers' emotional culture and self-emotional education, the law of assertive communication's influence on the efficiency of social interactions, the interdependence between social competencies and academic success, and the law of emotional intelligence's impact on school adaptation and integration; developing the mechanism for emotional intelligence development in primary education; scientifically conceptualizing the pedagogical model for developing emotional intelligence in primary school students within the school-family partnership and contributing to the coherent establishment of emotional culture pedagogy as a science of education focused on the education of human emotionality.

The results obtained that contribute to solving an important scientific issue refer to establishing the psychopedagogical foundations and scientifically conceptualizing the pedagogical model for emotional intelligence development in primary school students within the school-family partnership, through the coherent development and application of the emotional intelligence development mechanism in primary education.

Theoretical significance of the research: analysis of the historical evolution of emotional intelligence by chronologically systematizing relevant theoretical contributions to the establishment of the emotional intelligence-based educational model; description of the affective development characteristics in young school-age students; highlighting the educational implications of teachers' emotional culture on the affective development of young students and formulating scientific conclusions regarding the emotional intelligence development of primary school students.

The practical value of the investigation is certified by the validation of the emotional intelligence development mechanism in primary education; the experimental implementation of the pedagogical model for emotional intelligence development in primary school students within the school-family partnership, aimed at enhancing teachers' emotional culture for students' emotional education; and formulating general conclusions and methodological recommendations for primary school teachers and parents.

The implementation of the scientific results was carried out through theoretical research presented at scientific conferences and experimental studies conducted with teachers and students from primary education at Saint Sava Technological High School, G. Emil Palade Gymnasium School in Buzău, Vernesti Technological High School in Buzău, and Gymnasium School No. 11 in Buzău.

LISTA ABREVIERILOR

CEP – cultura emoțională a profesorului

EDE- educație pentru dezvoltare emoțională

GC – grup de control

GE-grup experimental

IE- Inteligența emoțională

MEIE – Modelul educației bazat pe inteligență emoțională

PCE – Pedagogia culturii emoționale

Q E – coeficientul inteligenței emoționale, indice a gradului de dezvoltare emoțională

Lista tabelelor

Tabelul 1.1. Abordări istorice ale conceptului de IE

Tabelul 1.2. Direcții majore în conceptualizarea termenului de inteligență emoțională

Tabelul 1.3. Teorii privind emoțiile

Tabelul 1.4. Tipuri de competențe emoționale

Tabelul 1.5 Definierea competențelor emoționale

Tabelul 2.1. Eșantionul cercetării experimentale

Tabelul 2.2. Metodologia cercetării pedagogice experimentale

Tabelul 2.3. Variabilele cercetării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar

Tabelul 2.4. Mecanismul determinării nivelurilor culturii emoționale a învățătorilor

Tabelul 2.5. Nivelurile de dezvoltare în plan intrapersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul experimental

Tabelul 2.6. Nivelurile de dezvoltare în plan interpersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul experimental

Tabelul 2.7. Nivelurile de dezvoltare în plan intrapersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul de control

Tabelul 2.8. Nivelurile de dezvoltare în plan interpersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul de control

Tabelul 2.9. Descriptorii nivelurilor de dezvoltare a inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar

Tabelul 2.10. Date despre gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (constatare, GE)

Tabelul 2.11. Date despre gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (constatare, GC)

Tabelul 3.1. Obiectivele și activitățile de învățare emoțională stipulate curricular pentru educația elevilor din învățământul primar

Tabelul 3.2. Școala părinților cu tematica dezvoltării inteligenței emoționale

Tabelul 3.3. Metodologii de sporire a inteligenței emoționale ale elevilor din clasele primare (plan intrapersonal)

Tabelul 3.4. Metodologii de sporire a inteligenței emoționale ale elevilor din clasele primare (plan interpersonal)

Tabelul 3.5. Metodologii de sporire a inteligenței emoționale ale elevilor din clasele primare (plan intrapersonal)

Tabelul 3.6. Metodologii de sporire a inteligenței emoționale ale elevilor din clasele primare

(plan interpersonal)

Tabelul 3.7. Date experimentale privind gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (control, GE)

Tabelul 3.8. Date despre gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (control, GC)

Tabelul 3.9. Niveluri de formare a valorilor inteligenței emoționale în plan intrapersonal (rezultatele GE la etapa de control)

Tabelul 3.10. Niveluri de formare a valorilor inteligenței emoționale în plan interpersonal (rezultatele GE la etapa de control)

Tabelul 3.11. Niveluri de formare a valorilor inteligenței emoționale în plan intrapersonal (rezultatele GC la etapa de control)

Lista figurilor

Figura 1.1. Componentele și competențele inteligenței emoționale (D. Goleman, 2007)

Figura 2.1. Mecanismul asigurării succesului școlar al elevilor prin dezvoltarea inteligenței emoționale în învățământul primar

Figura 2.2. Abordare comparată a rezultatelor cercetării experimentale în plan intra- și interpersonal (grupul experimental)

Figura 2.3. Abordare comparată a rezultatelor cercetării experimentale în plan intra- și interpersonal (grupul de control)

Figura 2.4. Abordare comparată a rezultatelor cercetării experimentale în plan intra- și interpersonal la etapa de constatare (GE-GC)

Figura 2.5. Gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (comparat, constatare, GE-GC)

Figura 3.1 Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar

Figura 3.2. Mecanismul managerial de educație pentru dezvoltarea emoțională a elevilor

Figura 3.3. Competențele emoționale corespunzătoare componentelor IE

Figura 3.4. *Secvență din Fișa „Discursul unui elev despre meseria de părinte”*

Figura 3.5. *Secvență din „Chestionarul pentru părinți”*

Figura 3.6. Secvență din fișa de lucru cu părinții

Figura 3.7. Gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (comparat, constatare-control, GE)

Figura 3.8. Gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (comparat, control, GE-GC)

Figura 3.9. Niveluri comparate ale valorilor inteligenței emoționale: planurile intra-, interpersonal (GE, etapa de control)

Figura 3.10. Niveluri comparate ale valorilor inteligenței emoționale: planurile intra-, interpersonal (GC, etapa de control)

Figura 3.11. Niveluri comparate ale valorilor inteligenței emoționale: planurile intra- și interpersonal (GE-GC, etapa de control)

INTRODUCERE

Actualitatea temei de cercetare este determinată de prevederile actuale ale politicilor educației privind dezvoltarea copiilor de vârstă școlară mică care reflectă inițiative la nivel european de instituționalizare a modelului educației bazate pe inteligență emoțională, stimulate și de interesul sporit al cadrelor didactice pentru abordarea unor teme specifice problematicii dezvoltării emoționale la orice treaptă a sistemului de învățământ. Din această perspectivă ideea centrală lansată de UNESCO în *Noul Cadru al Educației pentru Dezvoltare Durabilă în anii 2020-2030* promovează „sporirea calității educației din perspectivă axiologică și formarea profesorilor ca agenți ai schimbării” [21].

Importanța cercetării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar rezultă din evoluția în sec. XXI a noilor dimensiuni ale educației (*inclusiv, educația pentru dezvoltare emoțională, concept prezentat în literatura pedagogică și ca educație emoțională*) care a generat dezbateri științifice privind conceperea, proiectarea și realizarea demersurilor educației pentru dezvoltare emoțională în contextul parteneriatului educațional.

Necesitatea studierii inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar este stimulată de tendințele de reconsiderare a finalităților educației pentru dezvoltare emoțională din perspectiva asigurării sănătății mintale, prin inițiativele curente la nivel european de promovare a culturii emoționale a cadrelor didactice în învățământ. Interesul sporit al profesorilor pentru abordarea unor teme specifice problematicii educației pentru dezvoltare emoțională, în special, rerconsiderarea finalităților și a conținuturilor educației pentru dezvoltarea emoțională la orice treaptă a sistemului de învățământ [2]. În această ordine de idei, dezvoltarea afectivă a personalității capătă noi semnificații în procesul anevoios de asigurare a eficienței adaptării școlare a elevilor, fapt care amplifică importanța determinării fundamentelor științifice ale educației pentru dezvoltare emoțională în perspectiva dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar [35, p. 76].

Caracterul oportun al studierii temei este determinat de afirmarea *modelului educației bazată pe inteligență emoțională* în sistemul de educație din România, și, în Republica Moldova, fapt ce constituie o dovadă a valorificării paradigmei inteligenței emoționale, dezvoltate la nivelul raporturilor pluridisciplinare dintre pedagogie - psihologie - sociologie. Se constată necesitatea pregătirii profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională prin formare profesională inițială și continuă. Contextul favorabil acestui proces este disciplina *Dezvoltare personală* și prin demersul integrării unor obiective specifice educației pentru dezvoltare emoțională în procesul de învățământ la toate disciplinele școlare, acțiuni pedagogice ce

amplifică și stimulează dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor la toate treptele sistemului de învățământ.

În contextul cercetării noastre ne referim la *inteligenta emoțională a elevilor* și la *cultura emoțională a profesorilor*, ultima constituind un model semnificativ de referință pentru elevi. Actorii implicați în procesul de educație vor crea copiilor climatul psihologic pozitiv pentru a-i determina să învețe și să-și dezvolte competențele emoționale importante pentru viața socială. Din aceste rațiuni contează nivelul de cultură psihologică a educatorilor.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemei de cercetare
Problematica complexă a dezvoltării inteligenței emoționale rămâne în atenția cercetătorilor atât în context național, cât și pe plan global.

Încadrarea temei în preocupările internaționale, naționale, în context inter- și transdisciplinar. Cercetări semnificative privind inteligența emoțională descoperim în studiile autorilor din România și R. Moldova: D. Goleman (2001) conceptul de inteligență emoțională [58]; M. Roco (2004) „*creativitate și inteligență emoțională*”; M. Năstase (Suditu) (2009) „*dezvoltarea inteligenței emoționale la studenții pedagogi*”; M. Dumitrescu și S. Dumitrescu (2008) „*conceptul educație pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală*”; S. Marcus (1997) „*empatia cadrelor didactice*”; Iu. Baxan (2001) „*echilibrul emoțional al cadrelor didactice*”; Sv. Chițu (2005) „*empatia cadrelor didactice*”; E. Losâi (2009) „*inteligenta emoțională a adolescenților*”; B. Rime (2007) „*comunicarea socială a emoțiilor*”; L. Năstasă (2009) „*dezvoltarea inteligenței emoționale*”; F. Gardin (2010) „*explorarea competențelor socio-emoționale*”; El. Bugonea (2016); M. Hughis (2017) [64] „*determinări ale inteligenței emoționale asupra leadership-ului charismatic-transformațional*”; C. Rosca (2017); Fl. Biculescu (2023) „*formarea referențialului axiologic al elevilor prin autoeducație*” [16]; și alți autori.

În Republica Moldova, în perioada 2007-2024 relevante investigații științifice privind cultura emoțională a profesorilor sunt semnate de M. Cojocaru-Boroșan [29], [30], [31], [33], [34], prin care autoarea contribuie semnificativ la dezvoltarea și afirmarea noii științe a educației – *Pedagogia culturii emoționale (PCE)*, cu obiectul de studiu – educația emoțională a personalității. *Cultura emoțională* definește specificul profesional al cadrelor didactice în termeni de *competențe emoționale*, rezultantă a dezvoltării emoționale, un sistem de atitudini privind importanța disciplinării comportamentului afectiv, spectrul variat al cunoștințelor despre viața afectivă a individului, ansamblul de capacități ce permit gestionarea adecvată a energiei emoționale, integrarea de succes în orice mediu social și crearea unei cariere de rezonanță [33], [29].

Autorii reprezentativi care au contribuit la dezvoltarea pedagogiei culturii emoționale prin valorile științifice create în cercetările sale sunt: Antoci D. (2022) „teoria și metodologia formării orientărilor valorice la adolescenți și tineri”; Iu. Racu (2020) „psihologia anxietății la copii și adolescenți”; C. Zagaievschi (2012) „dezvoltarea prin comunicare a inteligenței emoționale la adolescenți” [146]; El. Rusu (2013) „inteligența emoțională a studenților” [105]; T. Șova (2013) „stresul ocupațional al cadrelor didactice”; L. Țurcan (2015) „pedagogia toleranței” „formarea toleranței pedagogice a cadrelor didactice” [136]; El. Bîrsan (2016) „paradigma comunicării asertive”; R. Cerlat (2017) „autoreglarea emoțională a educatorilor” [25]; S. Androne (2019) (*paradigma inteligenței emoționale din Italia*) și alți autori. Valorile inteligenței emoționale au fost abordate de A. Bețivu (2021) „formarea stilului existențial la adolescenți”, V. Buzenco (2023) „conceptualizarea pedagogică a inteligenței sociale a cadrelor didactice”, I. Paiul (2022, 2023, 2024) „formarea profesională a cadrelor didactice pentru educația emoțională”; V. Oală (2024) „formarea empatiei studenților mediciști” și alți autori care au dezvoltat cunoașterea științifică a pedagogiei culturii emoționale.

Reperetele epistemologice ale cercetării s-au constituit pe fundalul unui sistem de idei reprezentate în: teoria educației bazate pe inteligență emoțională (D. Goleman) [58]; teoria disciplinării emoționale (Ch. Manz, 2005) [73]; teoria privind Pedagogia culturii emoționale (D. Chabot, 2005) [apud, 30]; conceptul de cultură emoțională a profesorului, metodologia cercetării și tehnologia dezvoltării culturii emoționale, conceptul Pedagogia culturii emoționale (M. Cojocaru-Borozan) [34], conceptul de educație pentru dezvoltare emoțională (M. Cojocaru-Borozan, C. Zagaievschi, 2014) și alți autori [146] etc.

Relevanța studierii inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar rezultă din noutatea acestei teme care acum două decenii în urmă a fost insuficient cercetată în domeniu. În plan național se constată tendințe de renovare curriculară în planul educației pentru dezvoltare emoțională. Deși conceptorii de curriculum pentru învățământul primar promovează competențele emoționale la nivelul finalităților de studiu și conținuturi specifice, este totuși insuficient elaborată și validată metodologia educației pentru dezvoltare emoțională. La momentul actual profesorii pentru învățământul primar au nevoie de resurse curriculare și de formare profesională în vederea educației pentru dezvoltarea emoțională ce ar asigura sănătatea mintală și dezvoltarea personală a elevilor [146]. În contextul social actual, exigent în plan psihologic, cadrelor didactice li se solicită un nivel înalt de cultură pedagogică ce presupune cultură emoțională [40, p. 69-71].

Problematica cercetării se referă la: pregătirea insuficientă pentru educația emoțională și cunoașterea sumară de către părinți și profesori a particularităților dezvoltării afective la vârsta

școală mică, care face ca elevii să trăiască frecvent șocuri emoționale; competențele emoționale slab formate la copiii îi supun riscului de a dezvolta forme de psihopatologie (crize de furie necontrolate, agresivitate, anxietate, depresie etc.). Probabilitatea ca acești copii să renunțe la școală, să dezvolte comportamente antisociale (ex. delinvența juvenilă, dependența de droguri, etc.) este mai mare decât în cazul elevilor care au un nivel înalt de inteligență emoțională. Cunoscut este și faptul, că anume competențele emoționale influențează dezvoltarea cognitivă a copiilor facilitând adaptarea la mediul și la cerințele școlare.

Prin urmare, ***problema educației pentru dezvoltare emoțională în perspectiva sporirii inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar*** explică preocuparea noastră pentru soluționarea următoarelor contradicții:

(a) contradicția dintre necesitatea unor fundamente psihopedagogice privind dezvoltarea inteligenței emoționale și dificultățile profesorilor pentru învățământul primar de a răspunde provocărilor actuale privind educația emoțională a elevilor;

(b) contradicția dintre stringența dezvoltării competențelor socio-emoționale, și pregătirea insuficientă a cadrelor didactice pentru dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor;

(c) contradicția dintre necesitatea promovării modelului educației bazate pe inteligență emoțională și abordarea superficială a dezvoltării inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar în cadrul parteneriatului școală-familie.

Problema de cercetare constă în preocuparea comunității științifice de a stabili fundamentele psihopedagogice ale dezvoltării inteligenței emoționale prin educația pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar. Diversitatea și profuzimea dificultăților afective de integrare a elevilor de vârstă școlară mică și pregătirea insuficientă a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională conduc la formularea întrebărilor:

- *Care sunt reperetele teoretice privind inteligența emoțională ca finalitate a educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor?*

- *Cum pot fi determinate și valorificate fundamentele psihopedagogice necesare educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din clasele primare în contextul parteneriatului școală-familie?*

Scopul investigației: determinarea fundamentelor psihopedagogice, conceperea, întemeierea științifică și implementarea experimentală a Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie.

Ipoteza cercetării vizează prezumția că, dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor va deveni un proces eficient de dezvoltare personală în condițiile în care: vor fi determinate

fundamentele teoretice privind inteligența emoțională și educația pentru dezvoltare emoțională; va fi elaborat mecanismul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar; va fi studiat experimental specificul și nivelurile dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar; va fi diagnosticat gradul de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor și va fi conceptualizat, întemeiat științific și validat experimental Modelul pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie.

Obiectivele investigației:

1. Stabilirea fundamentelor teoretice privind inteligența emoțională, educația pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală în învățământul primar;
2. Elaborarea mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar;
3. Studiul experimental al specificului și a nivelurilor dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar;
4. Diagnosticarea gradului de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor;
5. Conceptualizarea, fundamentarea teoretică și validarea experimentală a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie*;
6. Formularea unor concluzii științifice și recomandări referitoare la educația pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală în perspectiva sporirii inteligenței emoționale a elevilor din clasele primare.

Sinteza și justificarea metodelor de cercetare: În demersul investigațional au fost aplicate metodele: *teoretice* - documentarea științifică, recursul la istorie, metoda modelizării pedagogice, inventarul de reflecții valorice, metodele analitico-sintetice și *experimentale* - experimentul pedagogic, conversația, testarea, studiul de caz, metode de prelucrare matematică și analiza calitativă a datelor experimentale.

Noutatea și originalitatea științifică a cercetării constă în: descrierea fundamentelor psihopedagogice privind inteligența emoțională și a educației pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală în învățământul primar; elaborarea *mechanismului dezvoltării inteligenței emoționale în învățământul primar*; conceptualizarea științifică a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie* și contribuții științifice la afirmarea coerenței a pedagogiei culturii emoționale ca știință a educației cu obiectul de studiu specific - educația emoționalității umane.

Rezultate obținute ce contribuie la soluționarea unei probleme științifice importante în cercetare se referă la stabilirea fundamentelor psihopedagogice și conceptualizarea științifică a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie* prin elaborarea și valorificarea coerentă a mecanismului *dezvoltării inteligenței emoționale al elevilor în învățământul primar*.

Semnificația teoretică a cercetării constă în: analiza evoluției istorice a inteligenței emoționale prin sistematizarea cronologică a relevantelor contribuții teoretice la afirmarea modelului educației bazate pe inteligența emoțională; descrierea particularităților dezvoltării afective la vârsta școlară mică; *evocarea implicațiilor educaționale ale culturii emoționale a profesorilor asupra procesului de dezvoltare afectivă a elevilor mici și formularea unor concluzii științifice referitoare la dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar*.

Valoarea praxiologică a investigației este certificată de validarea mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar; implementarea experimentală a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie* care vizează formarea profesională a culturii emoționale a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor; formularea concluziilor generale și a recomandărilor metodologice profesorilor din învățământul primar și părinților.

Implementarea rezultatelor științifice s-a realizat prin cercetări teoretice prezentate în cadrul conferințelor științifice și experimentale desfășurate cu profesori și elevi din învățământul primar în cadrul Liceului Tehnologic Sfântul Mucenic Sava, Școala Gimnazială G. Emil Palade Buzău, Liceul Tehnologic Vernesti Buzău, și din Școala Gimnazială nr. 11 din Buzău.

Publicațiile la tema tezei: 12 de lucrări științifice dintre care: 3 articole în reviste din Registrul Național al revistelor de profil incluse în Lista bazelor de date acceptate de către ANACEC, 9 articole în lucrările conferințelor internaționale și naționale publicate în România și R. Moldova.

Structura tezei: introducerea, 3 capitole, concluzii generale și recomandări, surse bibliografice și anexe.

Concepte – cheie: inteligența emoțională, dezvoltare, elevi de vârstă școlară mică, competențe emoționale, cultura emoțională a profesorilor pentru învățământul primar.

SUMARUL COMPARTIMENTELOR TEZEI

În **Introducere** este demonstrat caracterul actual și importanța formării inteligenței emoționale, sunt descrise problema, scopul și obiectivele cercetării, prezentate reperele teoretice ale cercetării și descrise semnificația teoretică și valoarea praxiologică a investigației procesului de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar.

Capitolul 1 „Repere teoretice privind inteligența emoțională și educația pentru dezvoltare emoțională a elevilor” prezintă definiții conceptuale ale termenului de inteligență emoțională în evoluție și clarifică semnificația conceptului de EDE; descrierea particularităților de vârstă a elevilor de vârstă școlară mică. Dezvoltarea inteligenței emoționale presupune eforturi de educație și autoeducație deoarece este demonstrat științific că abilitățile emoționale sunt competențe învățate pe parcursul vieții. Dacă IQ (coeficientul de inteligență academică) este un dat genetic, inteligența emoțională este tipul de inteligență care poate fi îmbunătățită prin cunoașterea vieții emoționale și prin interpretarea diverselor experiențe emoționale.

Capitolul 2 „Cadrul conceptual al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar” conține explicația științifică a *Mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar* care include *mecanismul automotivației pentru învățare a elevilor și mecanismul disciplinării emoționale*. Cultura emoțională a profesorilor constituie o premisă în dezvoltarea afectivă a elevilor; elucidarea designului experimentului pedagogic de constatare a nivelurilor de inteligență emoțională a elevilor, prezintă diagnosticarea gradului de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor. În text este prezentată descrierea legităților identificate în cadrul cercetării: *legitatea dezvoltării afective, legitatea interdependenței între dezvoltarea afectivă și dezvoltarea cognitivă (QE și IQ), legitatea influenței educației emoționale asupra dezvoltării inteligenței emoționale, legitatea interdependenței cultura emoțională a profesorilor - autoeducație emoțională, legitatea influenței comunicării asertive asupra eficienței interacțiunilor sociale, legitatea interdependenței între competențele sociale și succesul școlar, legitatea impactului inteligenței emoționale asupra adaptării și integrării școlare*. În esență, dezvoltarea inteligenței emoționale se referă la un sistem de competențe emoționale formate treptat prin atitudini, capacități și cunoștințe emoționale (abilitatea de a recunoaște, înțelege și gestiona propriile emoții, de a recunoaște, înțelege și influența emoțiile altora, de a gestiona stresul prin canalizarea energiei emoționale în soluționarea problemelor sociale etc).

Capitolul 3 „Metodologia dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar” include descrierea *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie,*

însoțite de concluzii intermediare și finale ce converg spre ideea necesității de a dezvolta competențele emoționale. Conținutul capitolului prezintă valorile experimentale comparate ale dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar. Concluziile la capitolul 3 demonstrează validarea eficace a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie* în mediul școlar și confirmarea ipotezei cercetării. Datele experimentale au confirmat *ipoteza cercetării* care vizează prezumția că, dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor va deveni un proces eficient de dezvoltare personală în condițiile în care va fi conceptualizat, întemeiat științific și validat experimental Modelul pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie.

Concluziile generale și recomandările prezintă principalele idei ale cercetării privind oportunitățile dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar.

1. REPERE TEORETICE PRIVIND INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ ȘI EDUCAȚIA PENTRU DEZVOLTARE EMOȚIONALĂ A ELEVILOR

În conținutul capitolului sunt dezvoltate idei care reprezintă abordări științifice ale conceptului de *inteligență emoțională*, la care se poate ajunge prin eforturi de educație și autoeducație a emoțiilor umane. Din aceste considerente teoretice, în acest capitol este înaintat spre analiză și un alt termen de înaltă relevanță științifică, *educație pentru dezvoltare emoțională*, așa cum este definit în studiile recente [146] de psihologie a educației. Totodată literatura de domeniu din spațiul anglofon și francofon promovează conceptul de *educație a emoționalității*, care, în esență, comportă aceeași semnificație teoretică.

Prin sistemul de idei promovat în lucrare aderăm la adevărul care a devenit în ultimii ani, axiomatic, că *educația pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală* este o dimensiune relativ nouă a educației, care asigură sporirea coeficientului de emoționalitate (QE), evaluat prin teste ce arată nivelul de dezvoltare a *inteligenței emoționale* și se reflectă într-un spectru interconectat de competențe emoționale care asigură, în special, performanțele personale. Un termen reprezentativ cercetării în acest context devin competențele emoționale. Succesul profesional este determinat de un registru de emoții și competențe socio-afective specifice unei profesii, definite prin termenul de *cultură emoțională*. Prin urmare, în contextul cercetării noastre ne referim la *inteligenta emoțională a elevilor* și la *cultura emoțională a profesorilor*, care constituie un model semnificativ de referință pentru elevi. Autorii cercetărilor vizați îndeamnă actorii implicați în procesul de educație să creeze climatul psihologic și starea emoțională pozitivă a copiilor pentru a-i determina să învețe și să-și dezvolte competențele sociale importante pentru viața socială. Aceștia subliniază că pentru autoeducație este importantă calitatea emoțiilor pe care le exprimă educatorii (actorii implicați în dezvoltarea emoțională a copiilor, părinți, profesori, comunitate). Din aceste considerente contează mult stilul psihoemoțional al acestora și nivelul de cultură psihologică.

Interesează procesul de dezvoltare a inteligenței emoționale la vârsta școlară mică și, din aceste rațiuni, capitolul include un conținut despre particularitățile dezvoltării afective a personalității în optica cercetătorilor din domeniul psihologiei vârstelor. Concluziile științifice formulate în capitolul 1 conduc spre ideea de clarificare a etapelor și mecanismelor specifice vârstei de dezvoltare a inteligenței emoționale care asigură succesul adaptării și integrării școlare la această vârstă. Preocuparea noastră este de a identifica valorile inteligenței emoționale care asigură succesul școlar și a conceptualiza mecanismul de dezvoltare a inteligenței emoționale la nivelul acestor valori (competențe emoționale).

1.1. Evoluția istorică a conceptului de inteligență emoțională

Pornind în cercetare cu afirmația lui D. Goleman (2007), părintele teoriilor despre inteligența emoțională și a modelului educației bazate pe inteligență emoțională, care subliniază „*avem două creiere, două minți și două moduri diferite de inteligență (rațională și emoțională), fapt care ne determină să înțelegem că reușita în viață este influențată, în egală măsură, de inteligența academică și de inteligența emoțională*” [58], constatăm problematica ce rezultă din atenția insuficientă atribuită gestionării energiei emoționale în literatura pedagogică. Autorii în domeniul psihologiei constată faptul, că intelectul nu poate funcționa la capacitatea maximă fără un nivel suficient de inteligență emoțională, fapt care are originea ca subiect de dezbatere științifică în psihologia dezvoltării, psihologia cognitivă și psihologia educației. Deși, cunoscut este faptul, că „marea parte din viața emoțională este incoștientă, sentimentele care ne frământă interiorul nu trec întotdeauna pragul conștientizării”, „verificarea empirică a acestei axiome psihologice provine din experiențele asupra emoțiilor incoștiente - cum ar fi remarcabilă descoperire că „oamenii își formează preferințe pentru lucruri în legătură cu care nici măcar nu-și dau seama că le-au mai văzut” [Apud; 59, p.75]. De aceea, alfabetizarea emoțională a copiilor este la fel de esențială ca învățarea matematicii și a cititului în învățământul primar. Emoția, indiferent de sursa sa, reprezintă un răspuns personal la provocările existențiale și devine un rezonator al realității contemporane în universul afectiv al fiecărei persoane. Viața emoțională nu este doar un proces de reflecție, ci implică și valorizarea, interpretarea și semnificarea experiențelor emoționale. Această dinamică le permite oamenilor să își proiecteze și să valorifice un anumit sistem de valori afective în conduita lor personală, ceea ce reflectă gradul lor de cultură emoțională și nivelul de educație” [28, p. 6].

Discursul științific este orientat spre descoperirea unor argumente necesare pentru explicația teoretică a originii problemelor emoționale ale elevilor de vârstă școlară mică. Din punctul de vedere a cercetătorului D. Goleman important este să cunoaștem temeinic semnificațiile inteligența emoțională [58].

La ora actuală cercetătorii din domeniul științelor educației au confirmat științific valoarea incontestabilă a *modelului educației bazat pe inteligență emoțională*, care răstoarnă semnificația vechii paradigme a educației care avea la bază *modelul educației bazat pe inteligența academică*. Potrivit teoriei lui Davidson în privința activității creierului uman „este nevoie de energie pentru a se opune impulsurilor prin autocontrol emoțional, orice emoție generând decizii, *mişcare*, adică *acțiune* [143, p.102].

Persoana care nu poate să înțeleagă de ce acționează într-un anumit fel, de ce trăiește un anumit sentiment, de ce are un anumit comportament emoțional, nu va putea deveni inteligentă

și nici capabilă să ia anumite decizii pentru că, după cum afirmă Ch. Manz, în studiul *Disciplina emoțională*, fericirea este o alegere, idee care emană forță și speranță. A crede că în viață fericirea constă în asemenea momente este un lucru trist. În cel mai rău caz, vom rămâne la mila evenimentelor exterioare, a oamenilor din jur, a unor stări emoționale temporare în schimbare.

Studiile recente în domeniul psihologiei, a psihologiei emoțiilor și în aria pedagogiei culturii emoționale promovează ideea că noua paradigmă fondată prin *modelului educației bazat pe inteligență emoțională* certifică importanța armonizării minții (IQ) și a sufletului (QE) prin folosirea inteligentă a energiei intelectuale și prin canalizarea eficace a energiei emoționale pentru obținerea succesului, adaptarea conduitei umane la situații noi de viață prin organizarea elementelor într-o structură și stabilirea unor relații productive (M. Cojocaru- Borozan, 2012) [30, p.46]. Așa cum subliniază H. Gardner, „cea mai semnificativă contribuție pe care educația o poate oferi în dezvoltarea copilului este să-l ghideze către un domeniu în care abilitățile sale naturale să fie valorificate optim, permițându-i astfel să fie satisfăcut și performant în ceea ce face” [Apud; 33].

Persoana care nu poate să înțeleagă de ce acționează într-un anumit fel, de ce trăiește un anumit sentiment, de ce are un anumit comportament emoțional, nu va putea deveni inteligentă și nici capabilă să ia anumite decizii pentru că, după cum afirmă Ch. Manz, în studiul *Disciplina emoțională*, fericirea este o alegere, idee care emană forță și speranță. A crede că în viață fericirea constă în asemenea momente este un lucru trist. În cel mai rău caz, vom rămâne la mila evenimentelor exterioare, a oamenilor din jur, a unor stări emoționale temporare în continuă schimbare [73].

Conceptul de *IE* vine din latină semnificând „înțelegere, stabilirea unor relații eficiente”. Din această perspectivă, *inteligența* este mai presus decât gândirea, care reflectă relații, și mai presus decât intelectul, care include, pe lângă gândire, și memorie, imaginație, limbaj și atenție și inteligență. În psihologie, *inteligența* are mai multe sensuri - psihologia franceză o consideră un proces psihic, un proces cognitiv complex, care culminează cu gândirea, adică inteligența permite cunoașterea, iar gândirea e o formă superioară a inteligenței, iar psihologia anglosaxonă consideră inteligența o aptitudine generală, cu deosebire aptitudinea sau capacitatea intelectuală, care permite omului să acționeze la un nivel superior de eficiență, să îndeplinească sarcini variate, specifice domeniului profesional dar și în afara acestuia. În psihologia românească, M. Golu apreciază *inteligența* ca o aptitudine generală, utilizată în toate activitățile. Reușita persoanei este influențată atât de această aptitudine generală, cât și de valorificarea aptitudinilor specifice, proprii persoanei, aptitudinilor care completează aptitudinea generală [60].

Definiția *inteligenței emoționale* a fost formulată pentru prima dată, într-o teză de doctorat, în S.U.A., în 1985 de către W. L. Payne care apreciază, că *inteligența emoțională* se exprimă în abilități ce implică o relaționare creativă cu stările de teamă, durere și dorință [128, p. 15].

Conceptul de inteligență, derivat din latinescul *interlegere*, subliniază capacitatea de a stabili relații între oameni, fiind o trăsătură esențială a interacțiunii sociale. Totuși, delimitările teoretice sugerează că inteligența nu se limitează doar la înțelegerea relațiilor dintre oameni, ci și la identificarea relațiilor esențiale între fenomene și concepte. O persoană care nu poate înțelege propriile acțiuni, emoții sau comportamente nu poate deveni pe deplin inteligentă din punct de vedere emoțional. Această lipsă de conștientizare afectează abilitatea de a lua decizii informate și echilibrate. Ch. Manz, în studiul său despre *Disciplina emoțională*, afirmă că fericirea este o alegere conștientă și că acest concept oferă speranță și putere. El sugerează că a considera fericirea doar ca o serie de momente plăcute și trecătoare este o viziune limitativă. Dacă fericirea este văzută ca fiind dependentă de factori externi, precum evenimentele, persoanele din jur sau emoțiile temporare, atunci riscăm să fim vulnerabili și să nu avem control asupra propriei stări de bine. Această perspectivă aduce în discuție importanța dezvoltării inteligenței emoționale, care presupune nu doar înțelegerea și gestionarea propriilor emoții, ci și cultivarea capacității de a lua decizii care contribuie la bunăstarea personală pe termen lung. Cultivarea acestei discipline emoționale ajută individul să fie mai stabil emoțional și mai autonom în căutarea fericirii, nefiind la mila circumstanțelor externe [73, p. 15].

Studiile privind *inteligenta emoțională* sunt relativ recente, debutând în jurul anilor 1990, când s-au conturat trei mari direcții în definirea inteligenței emoționale, reprezentate de: J. D. Mayer și P. Salovey, Reuven Bar-On și D. Goleman, 2008.

Conform autorilor Mayer și Salovey (1990-1993), inteligența emoțională presupune: a) capacitatea de a recunoaște și exprima corect emoțiile, b) abilitatea de a accesa sau genera sentimente atunci când acestea contribuie la procesul de gândire, și c) capacitatea de a înțelege și gestiona emoțiile pentru a sprijini atât dezvoltarea emoțională, cât și cea intelectuală. Autorii au subliniat legătura pozitivă dintre emoții și gândire [186].

J. D. Mayer și P. Salovey au încercat să pună în evidență mai multe *niveluri ale formării inteligenței emoționale*: evaluarea perceptivă și exprimarea emoției, facilitarea emoțională a gândirii, înțelegerea și utilizarea cunoștințelor emoționale, reglarea emoțiilor pentru a provoca creșterea emoțională și intelectuală, analiza emoțiilor și manipularea acestora [30, p. 73].

După cercetătoarea M. Roco (2004, p. 136) emoția implică o evaluare din partea subiectului cu privire la semnificația unui eveniment sau a unei situații. Această evaluare depinde de factori legați de cultură și de personalitatea subiectului. Cu alte cuvinte, emoția depinde de modul în care o persoană evaluează și analizează o situație. O emoție poate fi înțeleasă drept reacțiile, inclusiv sentimentele, gândurile și comportamentele. Situațiile care provoacă aceste răspunsuri pot implica orice persoană, gând sau eveniment ce are importanță pentru un individ” [102, p.44].

Abordarea psihologică a inteligenței emoționale poate fi urmărită debutând cu studiile de psihologie a lui A. Maslow (1950) care demonstrează importanța emoțiilor în procesele de motivație, eforturile volitive și decizionale pentru aderarea la valorile sociale ale grupului. În aceeași ordine de idei, pentru identificarea argumentelor relevante privind oportunitatea studierii semnificațiilor inteligenței emoționale, M. Ellis (2003) pledează pentru analiza rațională a trăirilor emoționale și pentru anticiparea problemelor de sănătate mintală [52, p. 35].

H. Gardner (1980, 1983) de la Universitatea Harvard (SUA) a fost unul din cercetătorii care a rupt stereotipurile gândirii științifice în psihologia emoțiilor și a contestat vehement supremația inteligenței de tip IQ” [58, p. 55]. H. Gardner introduce conceptul de „*inteligențe multiple*” („*The Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*”, 1983). În afara capacităților cognitive standard, cum e raționamentul matematic (*inteligenta logico-matematică*), fluența verbală (*inteligenta lingvistică*), inteligența mișcării (*corporal - chinestezică*) și a muzicii (muzical/ritmică), H. Gardner propune două „*inteligente personale*”, aceea de a conduce viața individuală (*auto-administrare*) și aceea de a conduce relațiile interpersonale [58, p. 368].

Deși conceptul de inteligență emoțională este vechi, abia recent, la mijlocul anilor 1990, a început să fie considerat un important indicator al unui stil de viață reușit [143, p. 19].

Tabelul 1.1. Abordări istorice ale conceptului de inteligență emoțională

Autori de domeniu	Contribuții teoretice la dezvoltarea semnificației IE
M. Di Paolo (1990)	<ul style="list-style-type: none"> ● a publicat primul test de aptitudini pentru inteligența emoțională;
R. Bar-On (1992, 1997)	<ul style="list-style-type: none"> ● a stabilit <i>componentele inteligenței emoționale</i>: aspectul intrapersonal, aspectul interpersonal, adaptabilitate, controlul stresului, dispoziția generală; ● a conturat <i>direcțiile mari în definirea inteligenței emoționale</i>;

D. Goleman (1995, 2005, 2008)	<ul style="list-style-type: none"> ● a formulat definiții alternative ale inteligenței emoționale; ● a dezvoltat ideea despre posibilitatea ridicării gradului de inteligență emoțională formată din competențe învățate prin educație și exerciții; ● identifică profilul psihologic al diferitor tipuri de persoane din punct de vedere afectiv;
T. Ribot „Logica sentimentelor” (1996)	<ul style="list-style-type: none"> ● demonstrează existența logicii sentimentelor, punând în evidență caracterul ei subtil, difuz și greu de stăpânit.
St. Hein (1996)	<ul style="list-style-type: none"> ● dezvoltă definițiile inteligenței emoționale;
S. Marcus (1997)	<ul style="list-style-type: none"> ● identifică unele dimensiuni semnificative ale inteligenței emoționale - <i>empatia și charisma</i>;
J. Segal (1999)	<ul style="list-style-type: none"> ● evidențiază patru componente ale inteligenței emoționale; ● argumentează că autocontrolul nu vine din reprimarea sentimentelor, ci din trăirea lor conștientă;
M. Шарычева (1999)	<ul style="list-style-type: none"> ● propune modelul formării componente emoționale a conduitei profesionale a cadrelor didactice;
H. Bloomfield (1999)	<ul style="list-style-type: none"> ● promovează cultivarea inteligenței emoționale în baza principiilor expresiei emoționale;
G. D’Ambra (2000)	<ul style="list-style-type: none"> ● analizează impactul emoționalității în dezvoltarea personal; ● propune teste de evaluare a coeficientului emoțional;
R. Wood, H. Tolley (2003)	<ul style="list-style-type: none"> ● O abordare recentă a inteligenței emoționale, propusă de R. Wood și H. Tolley (2003), subliniază că emoțiile și sentimentele continuă să ne influențeze comportamentul din umbră. Ei argumentează că, pentru a rezolva probleme complexe și a lua decizii dificile, rațiunea nu este suficientă, deoarece multe dintre aceste probleme sunt, în esență, de natură emoțională. Abilitatea de a gestiona eficient astfel de situații depinde de capacitatea de a controla propria stare emoțională, de a menține echilibrul interior și de a fi în contact cu propriile sentimente, înțelegând prioritățile și motivațiile personale. De asemenea, este esențial să înțelegem perspectiva celorlalți și să anticipăm reacțiile lor la propuneri. În plus, sunt necesare abilități de relaționare cu ceilalți într-un mod agreabil, matur și atent.
St. J. Stein, Book Howard E. (2000, 2003)	<ul style="list-style-type: none"> ● Promotorii activi ai inteligenței emoționale definesc această competență ca un „<i>set de aptitudini care permite individului să navigheze eficient într-o lume complexă</i>”. Inteligența emoțională include abilitățile: recunoașterea, înțelegerea și gestionarea emoțiilor proprii și ale altora, facilitând adaptarea la diverse situații și relații interumane, capacități esențiale pentru a face față provocărilor din mediul social și profesional promovând succesul personal. ● Autorii fiind de părerea că marginalizarea nejustificată a emoțiilor, percepute de cineva ca „trăsături slabe”, este o greșeală, pentru că emoțiile joacă un rol important în din obținerea reușitei.

M. Roco (2004) „Creativitate și inteligență emoțională”	<ul style="list-style-type: none"> ● demonstrează importanța emoțiilor în proprietatea acestora de a asigura: <i>supraviețuirea, luarea deciziilor, stabilirea limitelor, comunicarea și unitatea umană.</i>
M. Cojocaru-Borozan (2009, 2011)	<ul style="list-style-type: none"> ● Cercetările valoroase care implică inteligența emoțională în educație contribuie semnificativ la dezvoltarea componentelor acesteia, fiind o parte esențială a culturii emoționale. Aceste investigații reprezintă unul dintre cele mai importante demersuri metodologice pentru formarea competențelor emoționale la cadrele didactice și studenții din domeniul pedagogic
Iu. D. Fodor (2009)	<ul style="list-style-type: none"> ● Explică corelația inteligenței emoționale cu stilurile de conducere „inteligența emoțională este relevantă în toate aspectele vieții, deoarece abilitatea de a colabora și comunica eficient cu ceilalți este esențială și nu poate fi ignorată de nimeni”
L. Năstasă (2009)	<ul style="list-style-type: none"> ● Abordează necesitatea educației inteligenței emoționale pentru îmbunătățirea imaginii personale
Ș. Catrinel, E. Kallay (2010)	<ul style="list-style-type: none"> ● Inteligența emoțională - abilitatea de a percepe, înțelege și exprima emoțiile într-un mod adecvat, și de a le gestiona astfel încât să faciliteze atingerea scopurilor propuse.
D. Barisso (2019)	<ul style="list-style-type: none"> ● „Atrageți atenția: inteligența emoțională prin definiție implică utilizarea practică a cunoștințelor despre modul în care funcționează emoțiile. Aceasta este abilitatea de a aplica cunoștințele pentru a gestiona comportamentul, relațiile cu alte persoane și pentru a obține rezultatul dorit. Pur și simplu, inteligența emoțională este capacitatea de a face emoțiile să funcționeze pentru tine, nu împotriva ta.

Studiile realizate de R. Bar-On (1992, 1997) sunt considerate printre cele mai semnificative contribuții la domeniul inteligenței emoționale. Interesul lui R. Bar-On pentru acest subiect a fost determinat de o serie de întrebări fundamentale, cum ar fi: „Care sunt motivele pentru care unii oameni reușesc mai ușor în viață? De ce, în mod special, persoanele cu capacități intelectuale superioare nu par să atingă succesul dorit, în timp ce altele, cu abilități intelectuale mai modeste, reușesc mai bine? ” [128, p. 2]. R. Bar-On abordează inteligența emoțional-socială pe care o definește ca pe *un construct generic ce include mai multe competențe interrelaționate și anumiți factori facilitatori ce contribuie la eficiența unei persoane* [152]. Pe baza metodologiei tradiționale în neurologie, R. Bar-On și asociații săi au identificat mai multe zone ale creierului care sunt cruciale pentru abilitățile care țin de inteligența emoțională și socială [59, p. 10-11]. În urma acestor cercetări s-au identificat următoarele părți ale creierului responsabile de abilitățile emoționale: *amigdala dreaptă* - conștiința de sine de natură emoțională; „*Creierul drept*”: *cortexul insular/somato-senzorial* – responsabil de conștiința de

sine și de empatie; *cortexul cingular anterior* – gestionarea controlului impulsurilor, gestionarea emoțiilor, în special sentimentele intense și emoțiile negative; *banda mediana ventrală a cortexului prefrontal* – rezolvarea problemelor personale și interpersonale, controlul impulsurilor, exprimarea în mod eficient a sentimentelor și interacționarea bună cu ceilalți (D. Goleman, 2018).

Inteligența emoțională a câștigat popularitate în cercetare începând cu anul 1995, odată cu lucrările lui D. Goleman, care a definit-o ca un set de abilități ce includ capacitatea de a ne recunoaște propriile emoții și pe ale altora, de a ne automotiva și de a ne controla emoțiile, toate acestea manifestându-se în relațiile de comunicare. D. Goleman a evidențiat că succesul nu depinde doar de factori cognitivi, ci și de variabilele emoționale, subliniind că fiecare individ are libertatea de a alege cum să își trăiască viața, indiferent de circumstanțe. Cercetările sale din 1998 au arătat că inteligența emoțională joacă un rol esențial și este „*abilitatea de a identifica și înțelege atât propriile emoții, cât și pe cele ale altora, de a ne motiva și de a gestiona eficient emoțiile în interacțiunile cu noi înșine și cu ceilalți*” [58, p. 10].

Domeniul inteligenței emoționale a întâmpinat o rezistență puternică din partea comunității academice, în special din partea celor care susțineau că IQ-ul este singura măsură validă a abilităților umane. Cu toate acestea, inteligența emoțională s-a impus treptat ca o paradigmă relevantă, recunoscută pentru impactul său asupra succesului personal și profesional. Această evoluție a demonstrat că emoțiile joacă un rol esențial în interacțiunile umane și în procesul decizional [59, p. 12].

Din această perspectivă D. Goleman în cartea „*Inteligența emoțională*” din 1995, autorul afirmă că în formarea inteligenței emoționale joacă un rol important așa aspecte ca: optimismul, perseverența, capacitatea de a amâna satisfacțiile etc. Totuși, prezentând inteligența emoțională ca o însumare a trăsăturilor de caracter sau personalitate a unui individ, D. Goleman plasează conceptul de inteligență emoțională ca un potențial înnăscut, ceea ce a trezit controverse în rândul cercetătorilor de specialitate. Ulterior, autorul nu limitează inteligența emoțională doar la un set de competențe înnăscute, ci afirmă că: „*spre deosebire de gradul de inteligență academică, care rămâne relativ constant de-a lungul vieții, inteligența emoțională poate fi dezvoltată și îmbunătățită prin practică, experiență și conștientizare, fiind influențată de mediul social și de educație*” [186].

În interesul de a urmări evoluția semnificațiilor conceptului de inteligență emoțională, descoperim că D. Goleman afirmă că există „*mai multe drumuri spre excelență*”; diferite companii sau industrii cer niște seturi specifice de competențe emoționale de la angajați. Adevărata provocare este echilibrul emoțional la locul de muncă. Efectuând cercetări timp de

doi ani în mediul de afaceri, D. Goleman a ajuns la concluzia că, pe măsură ce un angajat crește ierarhic în cadrul unei companii, abilitățile sale emoționale devin din ce în ce mai importante pentru succesul său. Goleman afirmă că, la nivelurile superioare de conducere, *inteligenta emoțională* joacă un rol mai semnificativ decât competențele tehnice sau IQ-ul în performanța unui lider. Abilități precum *empatia, autocontrolul, comunicarea eficientă, și gestionarea relațiilor* sunt esențiale pentru a conduce eficient echipe, a inspira încredere și a motiva angajații [102, p. 142].

În opinia autorului „*inteligenta emoțională înseamnă folosirea inteligentă a emoțiilor în viața socială, personală și profesională*” [128, p. 1]. D. Goleman relatează: „*sunt interesat în mod special de aceste „alte caracteristici” referindu-mă la inteligenta emoțională: abilitatea de a se motiva și a persevera în fața frustrărilor, de a controla impulsurile și a amâna satisfacțiile, de a-și gestiona stările de spirit și a nu permite problemelor să îi afecteze gândirea, precum și de a rămâne perseverent și optimist. Spre deosebire de IQ, care a fost studiat intens timp de aproape un secol și pe sute de mii de oameni, inteligenta emoțională este un concept relativ nou, iar nimeni nu poate spune cu precizie cât de mult variază de la o persoană la alta pe parcursul vieții*” [58, p.50-51]. „*Suntem judecați după un nou etalon: nu numai după inteligenta generală sau academică (IQ), ci și după comportamentul nostru, față de noi și față de ceilalți. Noul criteriu pune accentul pe însușirile profesionale, cum ar fi inițiativa, empatia, adaptabilitatea și forța de convingere*” [59, p. 3].

Așa cum afirmă cercetătorii, „*inteligenta emoțională ajută oamenii să-și descopere emoțiile și să se ghideze spre a lua deciziile cele mai bune, să se adapteze la noile situații, să-și înțeleagă propriile emoții și pe ale celor din jur și nu în ultimul rând să gestioneze conflictele*”. Autorii sunt convinși despre faptul, că „*spre deosebire de gradul de inteligență academică, ce rămâne același de-a lungul vieții sau de personalitatea care nu se modifică, competențele bazate pe inteligenta emoțională sunt abilități învățate*”. Dacă IQ (coeficient de inteligență academică) este un dat genetic, IE (inteligenta emoțională) este acel tip de inteligență pe care o îmbunătățim permanent, cu fiecare experiență emoțională trăită și care influențează eficiența unei persoane [58, p.74].

Studiile autorilor arată, că, în primul rând, inteligenta emoțională nu implică „*modestie și tact*”. Deși în anumite momente strategice, este posibil să trebuiască să fii o persoană care nu este „*amabilă*”, dezlănțuind direct asupra interlocutorilor adevărul dur, dar evident, a cărui cunoștință a evitat-o. În al doilea rând, inteligenta emoțională nu implică deloc că se poate da, din când în când, frâu liber sentimentelor, mai simplu vorbind să le eliberezi. Dimpotrivă, înseamnă abilitatea de a-ți gestiona sentimentele în așa fel încât să le exprimi la momentul

potrivit și cu beneficii, oferind oamenilor posibilitatea de a lucra împreună în pace pentru a atinge obiective comune. În ceea ce privește inteligența emoțională, trebuie de remarcat, că femeile nu sunt deloc mai „inteligente” decât bărbații, bărbații în această chestiune nu depășesc sexul frumos. În acest tip de abilități, fiecare dintre noi are un profil individual de puncte forte și puncte slabe. Mai mult de atât, unii oameni pot avea o empatie extrem de dezvoltată, însă o capacitate insuficientă de a face față propriilor suferințe, în timp ce alții, realizând schimbările subtile ale dispoziției personale, se dovedesc adesea neputincioși în plan social. O analiză a inteligenței emoționale a câtorva mii de bărbați și femei arată că, femeile au o conștientizare mai ridicată a propriilor emoții. De asemenea, ele demonstrează un nivel mai mare de empatie și abilități superioare în ceea ce privește comunicarea interpersonală. La rândul lor, bărbații sunt mai încrezători și optimiști, se adaptează mai ușor la circumstanțele înconjurătoare și fac față mai bine stresului. Desigur, bărbații și femeile - ca grupuri - tind să prezinte semne ale unui profil colectiv specific punctelor forte și punctelor slabe [156, p. 21-22].

Conceptul de *intelență emoțională* a fost popularizat intens și de St. Hein (*EQ for Everybody*, 1996) [105, p. 26]. Dezvoltând câteva definiții alternative, autorul consideră inteligența emoțională drept *abilitate care dă sensibilitate emoțională și determină potențialul de învățare sănătoasă a competențelor socio-emoționale* [206]. S. Hein, preia din lucrările lui J. Mayer și P. Salovey anumite constatări cu ajutorul cărora stabilește IE: *conștiința de sine, controlul emoțiilor, responsabilității pentru propriile emoții*, - care în viziunea lui, influențează mult manifestările comportamentale ale persoanei [105, p. 26].

Abordând competențele emoționale ale cadrelor didactice, cercetătoarea M. Cojocaru – Borozan demonstrează, că termenul de cultură emoțională are o semnificație mai extinsă și cuprinzătoare decât inteligența emoțională, incluzând nu doar abilitățile de a gestiona emoțiile, ci și valorile, normele și practicile care influențează modul în care emoțiile sunt exprimate și experimentate în diverse contexte sociale și culturale [28, p. 6].

Extinzând rezultate cercetării teoretice asupra studiilor aplicative ce vizează dezvoltarea emoționalității în mediul educațional, M. Cojocaru-Borozan debutează în spațiul național cu un nou domeniu de cercetare – *Pedagogia culturii emoționale (PCE)*, care are ca obiect de studiu educația emoționalității umane [34, p. 67].

Autorul rus Б. Лемберг, (2013) subliniază că *„intelență emoțională este o trăsătură subtilă, prezentă în fiecare dintre noi, care influențează felul în care ne controlăm comportamentul, cum ne integrăm în societate, cum interacționăm și luăm decizii. Ea reprezintă abilitatea de a identifica, înțelege, utiliza și gestiona emoțiile, oferindu-ne capacitatea de a reduce stresul, de a comunica eficient, de a depăși obstacole și de a soluționa conflicte.*

Inteligența emoțională joacă un rol important în diverse aspecte ale vieții de zi cu zi, de la comportamentele noastre până la interacțiunile cu ceilalți. O persoană cu un nivel ridicat al acestei inteligențe poate recunoaște atât propriile emoții, cât și pe cele ale celor din jur, și atrage oamenii în mod autentic, fără manipulări sau înșelăciuni, doar prin felul său de a fi, ceea ce îi determină pe alții să își dorească să meargă împreună pe același drum” [Apud; 31].

Generalizând definițiile savanților în domeniu cu referire la inteligența emoțională, aceasta poate fi percepută ca fiind capacitatea unei persoane de a *se percepe pe sine și de a se exprima* în mod autentic, de a dezvolta relații interpersonale sănătoase, de a gestiona emoțiile și provocările într-un mod constructiv, și de a se adapta eficient la diverse situații. Inteligența emoțională include abilitatea de a recunoaște emoțiile atât la propria persoană, cât și la ceilalți, de a regla reacțiile emoționale și de a utiliza această conștientizare pentru a ghida comportamentul și deciziile. Savanții evidențiază că inteligența emoțională contribuie semnificativ la succesul personal și profesional, având un impact major în gestionarea stresului, în relațiile interumane și în capacitatea de adaptare la medii în schimbare. Această formă de inteligență este deosebit de relevantă în domeniile care implică interacțiuni sociale frecvente, unde capacitatea de a empatiza și de a comunica eficient poate influența direct succesul și satisfacția individului [131].

Preocupați de identificarea unei game de competențe emoționale pe care le include inteligența emoțională, autorii identifică:

1) **Conștientizarea personală**, este capacitatea de a recunoaște și a înțelege propriile emoții și efectul acestora asupra unei persoane. Înțelegi cum emoțiile tale îți influențează gândurile și acțiunile (și invers) și înțelegi și modul în care sentimentele tale te ajută să îți atingi obiectivele sau te împiedică. Conștientizarea personală este despre recunoașterea înclinațiilor emoționale, punctelor forte și a punctelor slabe.

2) **Autogestionarea**, este abilitatea de a gestiona emoțiile în așa fel încât acestea să devină aliații tăi în atingerea obiectivelor, primirea de beneficii și îndeplinirea sarcinilor. Implică autocontrol, adică capacitatea de a controla răspunsul emoțional. Emoțiile sunt sentimente naturale, instinctive. Acestea sunt influențate de biochimia unică a creierului [128]. De aceea nu pot fi întotdeauna controlate. Dar puteți controla reacția față de ele. Ești tentat să faci ceva sau te abții de la acțiune. Astfel, autocontrolul neagă posibilitatea ca tu să spui, să faci ceva ce ar putea provoca regrete pe viitor, mai ales când vine vorba de o situație conflictuală. Controlându-te, poți învăța în cele din urmă să-ți modelezi activ propriile tendințe emoționale.

3) **Conștientizarea socială** este capacitatea de a înțelege cu precizie sentimentele altora și de a evalua impactul acestora asupra comportamentului. Conștiință socială, se bazează pe

empatie. Empatia vă permite să simțiți și să vedeți diferite situații din perspectiva altor persoane. Înțelegi ce vor, ce au nevoie. Știi cum să satisfaci cel mai bine aceste nevoi și, prin urmare, devii valoros. Conștientizarea socială vă permite să faceți portrete mai complete ale celor din jur și să înțelegeți rolul emoțiilor în relațiile voastre.

4) **Managementul relațiilor** presupune capacitatea de a obține cele mai bune rezultate în interacțiunea cu alte persoane. Implică capacitatea de-a influența prin comunicare sau comportament. Nu veți forța pe nimeni, veți folosi o înțelegere profundă și o convingere pentru a determina oamenii să facă ceea ce doriți, din propriile lor motive. Managementul relațiilor îi va ajuta și pe alți oameni. Le vei aduce beneficii emoționale, iar nivelul de încredere va crește.

Termenul EQ (coeficientul de emoționalitate) a câștigat multă popularitate și este identificat în majoritatea limbilor. În acest sens, atunci când vorbim despre EQ, valoarea acestor cunoștințe este limitată dacă nu le aplicăm în practică [29, p. 9].

Tabelul 1.2. Direcții majore în conceptualizarea termenului de inteligență emoțională

John Mayer, Peter Salovey (1990-1993)	Reuven Bar-On (1992)	D. Goleman (1995)
Componentele inteligenței emoționale		
Percepția, cunoașterea și exprimarea emoțiilor; Facilitarea emoțională a gândirii; Înțelegerea și analiza emoțiilor, folosirea cunoștințelor emoționale; Controlul reflexiv al emoțiilor, calea spre dezvoltarea emoțională și intelectuală.	Aspectul intrapersonal: conștientizarea propriilor emoții; asertivitate, respect pentru propria persoană, autorealizare, independență Aspectul interpersonal: empatie, relații interpersonale, responsabilitate socială Adaptabilitatea: rezolvarea problemelor, testarea realității, flexibilitate Controlul stresului: toleranța la stres, controlul impulsurilor negative Dispoziția generală: fericire, optimism.	Conștiința de sine: a cunoaște ceea ce simțim la un moment dat și a utiliza aceste preferințe pentru a ne ghida în luarea deciziilor, a aprecia realist propriile abilități și a avea o stimă de sine întemeiată Autoreglarea se referă la controlul propriilor trăiri afective, capacitatea de a reveni fără dificultate în urma stresului emoțional. Motivația: autoghidarea spre atingerea scopurilor, inițiativă și dorință de dezvoltare. Empatia: rezultă din a înțelege ceea ce simt alții, a fi capabili să înțelegem lucrurile din perspectiva celorlalți și a cultiva relații cu diverse tipuri de persoane. Aptitudinile sociale se referă la capacitatea de a controla emoțiile în relațiile cu ceilalți și a înțelege cu claritate situațiile și legăturile sociale; capacitatea de a interacționa calm și plăcut.

Potrivit opiniei lui N. Fridja emoțiile apar nu atât ca răspuns la condițiile cele favorabile sau nefavorabile, dar în special ca răspuns la aspirațiile și schimbările, modificările sociale actuale [Apud, 31, p.80]. Respectiv cu cât se produc mai multe modificări în lumea externă sau internă a persoanei, cu atât mai puternice apar trăirile emoționale. Se poate astfel afirma că schimbările sociale generează amplificarea vieții emoționale, consecințele psihologice ale modificărilor sociale fiind dezvoltarea personală prin cunoașterea afectivă, reușita socială devenind centrul de interes științific al cercetărilor din diverse domenii.

Persoanele care dețin un nivel ridicat al inteligenței emoționale se cunosc pe sine foarte bine și sunt capabile să simtă emoțiile celorlalți (să le recunoască, identifice, înțeleagă). Aceste persoane sunt descrise prin caracteristici cum ar fi: deschidere, reziliență și optimism.

În opinia ilustrului cercetător D. Goleman, inteligența emoțională include cinci componente, care sunt totodată apreciate ca și competențe emoționale: cunoașterea emoțiilor personale, stăpânirea de sine, motivația personală, empatia și competența socială (*figura.1.1*).

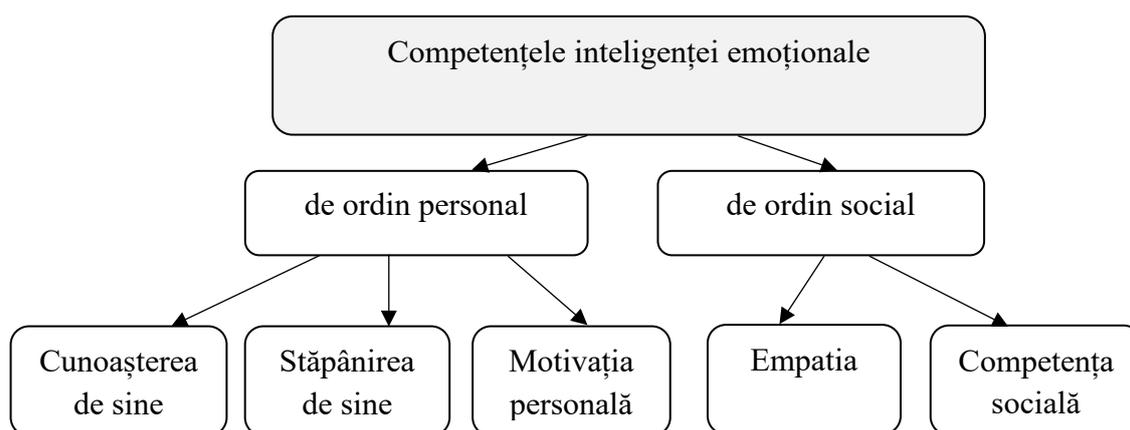


Figura 1.1. Competențele inteligenței emoționale (D. Goleman, 2007) [58]

Cunoașterea emoțiilor personale sau cunoașterea de sine, presupune autoobservarea și conștientizarea emoțiilor pe care le simțim, capacitatea de a le recunoaște, de a înțelege cauza lor, de a stabili factorul care le declanșează, de a putea recunoaște diferența dintre sentiment și acțiune, fiind numită și „piatra de temelie” a inteligenței emoționale. O emoție conștientizată imediat, își pierde din intensitate prin faptul că este dispersată prin mecanisme raționale. Autocunoașterea emoțională stă la baza empatiei. Numai experimentând întreaga gamă de emoții, putem să înțelegem modul în care se simt alte persoane în anumite situații. Oamenii care își înțeleg emoțiile sunt mai siguri și rareori dau greș în luarea unei decizii, iar cei care nu reușesc să-și conștientizeze emoțiile, cad pradă propriilor trăiri afective [33].

Stăpânirea de sine sau autocontrolul vizează capacitatea de a canaliza/controla emoțiile, pentru a face față impulsurilor emoționale și comportamentale. Unii oameni, au o viziune greșită,

crezând că emoțiile puternice, necontrolate, exprimă tărie de caracter. Este dovedit faptul că omul care nu poate face față impulsurilor emoționale este un om slab. Superioritatea omului este măsurată prin puterea lui de a-și stăpâni și controla emoțiile și nu prin puterea sentimentelor care îl subjugă. Stăpânirea de sine nu prevede suprimarea emoțiilor. Autocontrolul emoțional induce echilibru emoțional, lipsa lui crește anxietatea, disperarea, soldându-se deseori cu dezamăgire.

Motivația personală prevede capacitatea de a direcționa emoțiile în serviciile unui scop, pentru stăpânire de sine. Puterea „voinței”, are ca finalitate obținerea performanței, prin faptul că contribuie la creșterea productivității și eficienței acțiunii prin mobilizarea resurselor intelectuale și emoționale, în vederea atingerii scopului trasat. Dacă cadrul didactic, la disciplina pe care o predă, reușește să capteze atenția elevului și să-l motiveze să învețe, atunci el o va face cu plăcere și va obține rezultate bune. Acest exemplu este valabil și pentru adulți. În cazul în care angajatul face un job care îl motivează, el vine la muncă cu satisfacție și obține performanțe în activitatea lui. În lipsa motivației, expunerea la un stimul încărcat emoțional depășește sistemul rațional, generând acțiuni impulsive care împiedică atingerea scopului.

Empatia reprezintă sensibilitatea față de sentimentele celorlalți și capacitatea de a privi din punctul lor de vedere. Ea implică, nemijlocit, înțelegerea stărilor emoționale ale celor din jur. Acuitatea percepției emoționale fiind indispensabilă în exercitarea multor meserii care presupun atenție, preocupare, atitudine, toleranță și grijă față de oameni (educator, profesor, lucrător medical, asistent social, psiholog etc.). Empatia reprezintă fundamentul relațiilor familiale, partenariale și sociale sănătoase. Înțelegând ce simt și ce gândesc ceilalți, devenim capabili să reacționăm corespunzător când circumstanțele o cer. D. Goleman, afirmă că empatia, în funcție de domeniul raportat poate fi de trei tipuri: empatia cognitivă, emoțională și compasiunea. Empatia cognitivă se referă la a ști ceea ce gândește și simte interlocutorul. Al doilea tip de empatie, se referă la a simți emoția pe care o trăiește celălalt. O persoană empatică, cu ajutorul intuiției, va ști să recunoască emoțiile celuiilalt chiar și în cazurile când nu se manifestă sau sunt mascate. Compasiunea reprezintă disponibilitatea de a ajuta la rezolvarea situației [59, p. 89].

O altă clasificare distinge două subtipuri de empatie: emoțională și cognitivă. *Empatia emoțională* reflectă iscusința persoanei de a da un răspuns emoțional adecvat la starea interlocutorului. Empatia cognitivă redă abilitatea de a înțelege ce simte altă persoană, fără a o trăi neapărat.

Competența socială sau abilitățile sociale reflectă expresia abilităților de comunicare și gestionarea relațiilor în cadrul societății. Abilitatea socială asigură relaționarea pozitivă, care se răsfrânge benefic asupra stării de spirit, echilibrului emoțional și sănătății emoționale. Abilitățile sociale au un rol principal în adaptarea și integrarea socială [55, p. 51]. Componentele vizate

interconectează și sunt interdependente, capacitatea de a dezvolta o componentă depinde de măsura în care sunt posedate celelalte componente.

Din punctul de vedere a lui M. Chabot și D. Chabot „inteligența emoțională este o componentă definitorie pentru domeniul educațional și reprezintă un ansamblu de competențe care permite [Apud; 55, p. 34]:

- identificarea propriilor emoții și pe cele ale altor persoane;
- exprimarea corectă a emoțiilor;
- înțelegerea propriilor emoții, cât și a celor din jur;
- gestionarea emoțiilor proprii și adaptarea la emoțiile altora;
- utilizarea propriilor emoții și competențe emoționale în diverse domenii de activitate;
- comunicarea eficientă;
- luarea deciziilor corecte;
- motivarea”.

Copiii au ritm diferit al dezvoltării inteligenței emoționale și din aceste considerente nu există un model liniar, unic, despre cum ar trebui să arate inteligența emoțională la o anumită vârstă. După H. Gardner există câteva aspecte ce marchează evoluția inteligenței emoționale comune majorității copiilor [55, p. 300]:

- dezvoltarea conștientizării emoțiilor proprii, apoi ale celorlalți;
- recunoașterea, identificarea, percepția și înțelegerea emoțiilor – din tonul vocii, expresiile faciale, limbajul corporal etc.; copiii pot atribui aceste emoții celorlalți și le pot denumi (furios, trist, bucuros etc.);
- numirea și descrierea emoțiilor; treptat, vocabularul lor va include și numele emoțiilor și vor putea să descrie ce și cum simt folosind cuvintele;
- dezvoltarea empatiei față de emoțiile celorlalți;
- controlul și gestionarea propriilor emoții – copiii învață despre când și cum e potrivit să reacționeze atunci când simt anumite emoții;
- înțelegerea cauzelor emoțiilor lor și ale celorlalți;
- înțelegerea legăturii dintre emoții și comportamente („X a făcut ceva pentru că simte o anumită emoție”) [55].

Dezvoltarea inteligenței emoționale nu este limitată la perioada copilăriei, deși este ideal să fie dezvoltată atunci, pentru ca cei mici sunt mult mai flexibili în ceea ce privește emoțiile. Această capacitate se poate dezvolta însă și mai târziu, la adolescență sau la vârsta adultă. Copiii învață inteligența emoțională în primul rând prin observare. D. Goleman consideră că familia este primul și cel mai bun loc în care copiii învață să fie inteligenți emoțional. Comportamentul

părinților și practicile lor de parenting, precum și climatul emoțional din familie au un impact foarte important asupra inteligenței emoționale a celor mici [179, p.62]. Studiile din ultimele decenii arată că inteligența emoțională le furnizează copiilor o varietate de beneficii, care le vor fi utile pe tot parcursul vieții. Iată doar câteva dintre ele:

- copiii inteligenți emoțional se descurcă mai bine la testele standardizate și obțin note sau calificative mai bune. Altfel spus, EQ-ul este în strânsă legătură cu IQ-ul;

- abilitățile emoționale îi ajută pe copii să stabilească relații mai bune, să gestioneze conflictele și să lege prietenii durabile și profunde [191].

În funcție de paradigma științifică la care aderă, teoreticienii oferă explicații și interpretări diferite asupra genezei, naturii și procesualității fenomenelor emoționale.

Potrivit teoriilor care au avut la bază *factorii biologici și fiziologici*, autorii explică dinamica pozitivă a interesului pentru studiul psihologiei emoțiilor.

Tabelul 1.3. Teorii privind emoțiile umane [33]

Teorii	Autori
Teoria evoluționistă	Ch. Darwin, 1872 P. Ekman, 1973, 1994, p. 54
Teoria James- Lange (1890)	W. James- Lange, 1890
Teoria Cannon-Bard (1927)	W. Cannon-Bard, 1927
Teoriile neurofiziologice moderne	LeDoux, 1996, 2000, B. Zajonc, 1980, 1984
Teoriile pragmatice emoționale sau teoriile funcționale	Ch. Darwin, 1872 N. Frijda, 1984
Teoria cognitiv- fiziologică a emoțiilor	S. Schachter, J. Singer, 1962
Teoriile mecaniciste	W. James-Lange, W. Cannon, 1984
Teoria psihofiziologică a emoțiilor	Zajonc, 1989
Teoriile fiziologice periferice	M. Golu, 2008
Teorii cognitive fiziologice	S. Schachter și J. Singer
Teoria emoțiilor discrete <i>Discrete Emotions Theory</i>	K. Izard, 1977, 1991, 1993

Teoria evoluționistă explică emoțiile ca subsisteme adaptative, derivate din nevoile de supraviețuire sau ca expresii ale unor programe moștenite, ereditare (*programări genetice ce predispun la anumite tipuri de reacții emoționale*), (Ch. Darwin, 1872, P. Ekman, 1994).

În esență, *teoria W. James-Lange* susține, că stimulii emoționali din mediul înconjurător produc schimbări fiziologice care sunt interpretate de creier drept emoții (S. Chelcea, 2008).

Astfel, *teoriile pragmatice emoționale sau teoriile funcționale de la Ch. Darwin la N. Frijda*, susțin, că expresia emoțiilor este comună omului și animalelor. P. Fridja (1984), punctul crucial este cel al relațiilor individului și ale mediului său. Astfel se poate explica faptul că sunt posibile mai multe comportamente pentru o singură emoție (J. Cosnier, 2007).

Teoria cognitiv-fiziologică a emoțiilor (S. Schachter, E. Singer) oamenii își interpretează emoțiile nu numai în baza schimbărilor fiziologice, dar și din „*situația socială în care ne aflăm*” (S. Chelcea, 2008).

Teoria emoțiilor discrete - *Discrete Emotions Theory* (DET) - o emoție funcționează ca un sistem complex de elemente în interacțiune: componenta subiectivă, componenta cognitivă, componenta expresivă și componenta neurofiziologică (K. Izard, 1977, 1991, 1993).

Un rol important în clasificarea teoriilor despre emoții îl are factorul social, care accentuează nevoile oamenilor pentru stabilirea relațiilor cu alte persoane.

Teorii sociale ale emoțiilor:

- Teoria facilitării social
- Teoria frânării sociale
- Teoria afilierii
- Teoria percepției sociale
- Teoriile atribuirii
- Teoriile apartenenței: rol-statusurile social
- Teoria eului în oglindă
- Teoria grupului de referință
- Teoria contagiunii
- Teoria învățării sociale
- Teoria comparării sociale
- Teoria schimbului social
- Teoria reciprocității
- Teoria judecății sociale
- Teoria identității sociale
- Teoria dominanței sociale

În dependență de factorul resurse cognitive și afective individuale, inclusiv, forțele care influențează comportamentul persoanelor, distingem teoriile:

- Teoriile cognitive
- Teoria intelectualistă
- Teoria empatiei generalizate
- Teoria frustrare-agresivitate
- Teoria câmpului
- Teoria comunicării persuasive
- Teoria personalității autoritariene
- Teoria iubirii condiționate
- Teoria scopurilor supraordonate
- Teoria disonanței cognitive
- Teoria încrederii
- Teoria echilibrului
- Teoria autopercepției
- Teoria eficienței personale
- Teoria autoafirmării
- Teoriile încrederii

Aceste teorii oferă perspective variate și complementare asupra inteligenței emoționale, evidențiind complexitatea și importanța acestui set de abilități în viața personală și profesională a indivizilor [33].

Dezvoltarea inteligenței emoționale presupune respectarea unor principii esențiale: fiecare experiență generează o reacție emoțională, iar pentru a gestiona bine aceste emoții, o persoană trebuie să le recunoască și să le trăiască pe deplin, să înțeleagă mesajul transmis de emoție și să își creeze un plan de acțiune adaptat pentru a răspunde în mod adecvat [32].

În condițiile în care abordăm comparativ cele două tipuri de inteligență, subliniem că, inteligența rațională (IQ) și inteligența emoțională (EQ), dezvoltarea IQ poate fi stimulată/activată doar prin resursele inteligenței emoționale. Pe lângă factorii ai intelectului, există și factorii ai non – intelectului care determină un comportament inteligent din punct de vedere social. În timp ce intelectul ajută persoana să rezolve probleme, să facă calcule sau să proceseze informații, inteligența emoțională (EQ) permite afirmarea creativității și folosirea emoțiilor pentru soluționarea problemelor. Aceasta nu sugerează că IQ-ul trebuie ignorat, deoarece acesta rămâne un factor relevant, însă nu este considerat esențial în procesul de dezvoltare echilibrată a personalității [38, p. 63].

1.2. Precizări terminologice în aria educației pentru dezvoltare emoțională

Debutând cu interesul de a descoperi noi semnificații ale termenului EDE, se constată, că educația este procesul esențial realizat continuu prin intermediul căruia se asigură imunitatea socială în timp și în spațiu, așa cum prin educație are loc transformarea omului din ființă biologică în ființă socială, responsabilă de conservarea și transmiterea valorilor din generație în generație. *„Finalitățile educației, ca interconexiuni dinamice între idealuri, scopuri și obiective, reprezintă rezultatul unor alegeri aflate într-o continuă transformare. Acestea trebuie să favorizeze deschiderea către valori variate și mereu actualizate, menite să stimuleze dezvoltarea atât a individului, cât și a societății în ansamblul său”* [39, p.17].

În acest context, *„educația pentru dezvoltare emoțională*, apare definită ca o nouă dimensiune a educației ce vizează formarea-dezvoltarea optimă a coeficientului de emoționalitate (EQ), exprimată prin atitudini responsabile față de propriile stări afective, reflectate în comportamente comunicative rezonante ce derivă din sistemul individual al valorilor inteligenței emoționale, măsurabile la nivelul competențelor emoționale, asigurând performanța academică (IQ), sănătatea mentală și integrarea socio-profesională [146].

În esență, educația este factorul decizional al dezvoltării personalității umane din următoarele considerente: *„educația ghidează și canalizează procesul de dezvoltare și autodezvoltare a personalității către un scop clar definit, urmărind atingerea obiectivelor stabilite de agenții educaționali. De asemenea, ea contribuie la accelerarea acestui proces de formare a personalității, facilitând dezvoltarea mai rapidă a competențelor și abilităților necesare individului pentru a se adapta și a reuși în diverse contexte”* [37, p.240].

Educația pentru dezvoltare emoțională (EDE) presupune educația emotivității care are două caracteristici generale: echilibrul și dezechilibrul emoțional. *Echilibrul emoțional* presupune o stare de tensiune omogenă, stare moderată de activare, echilibru între trăirile

afective polarizate – stenice și astenice, pozitive și negative. *Dezechilibrul emoțional* e caracterizat prin indispoziție, depresie, supărare, tristețe, stare de abandon sau iritare, mânie, indignare, furie, agresivitate. *Dezechilibrul emoțional* influențează distructiv asupra personalității umane. O cauză a dezechilibrului emoțional poate fi constituția fiziologică ereditară, predispusă la emotivitate exagerată dar și emotivitatea dobândită [146, p. 51].

Decizia pedagogică privind selecția metodologiei EDE depinde de specificul perioadei de vârstă. Cultivarea sentimentelor și atitudinii pozitive față de membrii familiei, alți copii, formarea reprezentărilor elementare despre cum se exprimă diferite emoții care se vor realiza preponderent în cadrul activităților, a jocurilor, plimbărilor, a timpului liber.

Metodologia de realizare a educației pentru dezvoltare emoțională presupune valorificarea unor metode de educație:

- exercițiul;
- demonstrarea acțiunilor;
- explicația;
- exemplul adultului;
- lectura operelor literare și demonstrarea imaginilor [125, p. 146].

Dimensiunea educației preocupată de formarea și dezvoltarea competențelor emoționale poartă denumirea de *educație pentru dezvoltare emoțională*, concept lansat de cercetătoarea M. Cojocaru-Borozan (2010) ca obiect de studiu al pedagogiei culturii emoționale, nouă știință pedagogică [34, p. 46].

Procesul de disciplinare emoțională l-a preocupat pe autorul N. Sillamy, care în „Dicționarul de psihologie” (1998), afirmă că: *„emoția nu este influențată doar de natura stimulului emoțional, ci, în mod esențial, de individul care o trăiește. Aceasta depinde de starea sa fizică și mentală în acel moment, de trăsăturile sale de personalitate, de experiențele de viață și de istoria sa personală. Fiecare persoană își construiește propriile reacții emoționale pe baza trecutului său și a experiențelor anterioare”* [222]. St. J. Stein și Howard E. Book observă *„IQ reprezintă baza informațională individuală a unei persoane și servește ca instrument pentru măsurarea abilităților intelectuale, analitice și raționale. Totuși, întâlnim oameni care obțin scoruri ridicate la testele de IQ, dar care se confruntă cu dificultăți în viața personală și profesională, adesea acționând contrar așteptărilor. În multe cazuri, aceștia nu își pot explica motivele pentru care nu reușesc să obțină succesul dorit”* [128, p.13-14].

Semnificativ cercetării noastre, studiul pentru studenți și personalul didactic „Educație pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală”, semnat de M. Cojocaru-Borozan și C. Zagaevschi, subliniază importanța EDE și susțin că: *„emoțiile care sunt analizate, gestionate și*

valorificate corespunzător contribuie la îmbunătățirea performanței, la dezvoltarea relațiilor interumane și la diminuarea factorilor și efectelor stresului zilnic” [146, p. 11]. M. Cojocaru-Borozan menționează că: „indiferent de sursa sa, emoția reprezintă un răspuns individual la provocările existențiale, devenind un rezonator al lumii moderne în cadrul universului afectiv al fiecărei persoane. Viața emoțională se desfășoară ca un proces de reflecție, valorizare și semnificare a experiențelor afective” [33].

Ideea este promovată intens și în anii 2000, de către M. Rocco care în cercetarea „Creativitate și inteligența emoțională” (2001) afirmă că „dezvoltarea inteligenței emoționale contribuie la creșterea creativității elevilor, în timp ce gestionarea emoțiilor ajută la diminuarea sau chiar eliminarea anxietății și a îngrijorărilor” [152, p.15].

Autorii de specialitate lansează termenul EQ [158, p.29-32], H. Book, S. Stein, afirmă că, componentele inteligenței emoționale pot fi influențate pe tot parcursul vieții [128, p.7], M. Cojocaru-Borozan, în 2010, promovează conceptul ce stimulează apariția unei noi dimensiuni a educației: *educația pentru dezvoltare emoțională* ce corelează cu celelalte dimensiuni ale educației: morală, intelectuală, estetică, tehnologică, psiho-fizică [30].

Educația pentru dezvoltare emoțională reprezintă un sistem de acțiuni educative pentru dezvoltare afectivă menite să asigure adaptarea și integrarea socială, contribuind astfel la formarea unei personalități libere și integre în concordanță cu exigențele timpului [146].

Tabelul 1.4. Tipuri de competențe emoționale

Competențe emoționale de ordin intrapersonal	Competențe emoționale de ordin social
Autoevaluarea	Empatia
Încrederea în sine	Asertivitate
Conștiinciozitatea	Toleranța
Adaptabilitatea	Comunicarea
Implicarea	Dirijarea conflictelor
Inițiativa	Cooperarea
Optimismul	Aptitudinile de echipă

În viziunea cercetătoarelor M. Cojocaru-Borozan și C. Zagaievschi „Educația pentru dezvoltarea emoțională reprezintă o nouă dimensiune a procesului educațional, având ca scop formarea și dezvoltarea inteligenței emoționale, cunoscută prin coeficientul de emoționalitate (EQ). Aceasta se manifestă prin atitudini responsabile față de propriile emoții, care se reflectă în comportamente comunicative eficiente, provenite dintr-un sistem individual de valori emoționale. Competențele emoționale, care sunt cuantificabile, contribuie la asigurarea performanței academice (IQ), a sănătății mintale și a integrării socio-profesionale. Astfel,

educația emoțională nu doar că sprijină dezvoltarea personală, dar facilitează și succesul în diverse aspecte ale vieții (Tabelul 1.4.)” [146, p.11].

Educația pentru dezvoltare emoțională (EDE) vizează formarea emotivității, prin echilibrul emoțional care implică o stare uniformă de tensiune, o activare moderată și un balans între trăirile afective opuse, cum ar fi cele energizante și cele epuizante, pozitive și negative. Pe de altă parte, dezechilibrul emoțional se manifestă prin stări precum indispoziția, tristețea, depresia, iritarea, furia sau agresivitatea. Acest dezechilibru are un impact negativ asupra dezvoltării personalității. Cauzele pot fi atât de natură ereditară, cu predispoziție la o sensibilitate emoțională accentuată, cât și dobândite prin experiență. [146, p. 51]. Alegerea metodologiei pentru educația dezvoltării emoționale (EDE) se bazează pe caracteristicile specifice fiecărei perioade de vârstă. Dezvoltarea sentimentelor și a unei atitudini pozitive față de membrii familiei și de alți copii, precum și formarea înțelegerii elementare a modului în care se exprimă diferite emoții, se realizează în principal prin activități practice, jocuri, plimbări și timpul liber. Aceste metode sunt adaptate pentru a sprijini creșterea emoțională a copiilor în mod natural și interactiv.

Scopul educației pentru dezvoltare emoțională constă în dezvoltarea continuă a personalității umane prin intermediul factorilor socio-educationali, prin diverse acțiuni ce urmăresc modele de personalitate raportate sistemelor de valori promovate de societate. Cu alte cuvinte, dezvoltarea emoțională decurge prin formarea competențelor ce vizează relațiile interpersonale și intrapersonale.

În opinia M. Cojocar- Borozan și C. Zagaevschi, **obiectivele educației pentru dezvoltare emoțională** sunt divizate în obiective la nivel teoretic și obiective la nivel practic:

La nivel teoretic:

- Dobândirea cunoștințelor fundamentale ce țin de domeniul inteligenței emoționale;
- Dezvoltarea competențelor emoționale aplicabile în relațiile societale.

La nivel practic:

- Formarea și dezvoltarea competențelor ce țin de relațiile intrapersonale;
- Dezvoltarea competențelor ce țin de relațiile interpersonale;
- Creșterea nivelului de adaptabilitate în raport cu realitatea;
- Managementul stresului și a dispoziției.

Funcțiile educației pentru dezvoltare emoțională corespund funcțiilor inteligenței emoționale:

- Formarea unui mod de viață sănătos și asumat pentru stările emoționale;
- Asigurarea echilibrului psihologic elevilor,
- Sporirea reușitei academice;
- Crearea unui climat socioafectiv în grupul de elevi;

- Susținerea comunicării eficiente;
- Dezvoltarea capacității empatice;
- Optimizarea relațiilor elev-profesor;
- Dezvoltarea capacității de autoreglare emoțională;
- Ameliorarea dispoziției generale;
- Dezvoltarea încrederii în sine a elevilor;
- Formarea capacității de adaptare la diverse situații;
- Susținerea inovației și a inițiativei
- Dezvoltarea comunicării asertive și toleranței [Ibidem, p.10-11].

Tot mai mulți cercetători din domeniul psihologiei accentuează importanța educației pentru dezvoltare emoțională ca o dimensiune obligatorie optimizării permanente a interacțiunii cadrului didactic cu elevii, fapt ce influențează considerabil, performanța școlară [145, p. 109].

Datorită acestor conținuturi, educația pentru dezvoltare emoțională se interconectează cu toate dimensiunile generale ale educației: educația morală, psihofizică, educația estetică. Dezvoltarea sferei socioafective la vârsta școlară mică asigură stabilitatea comportării, independența relativă față de schimbarea și fluctuațiile condițiilor exterioare de viață. La această vârstă la copil se formează treptat lumea interioară proprie. În viața școlarului mic predomină emoțiile și sentimentele. La începutul perioadei sentimentele copilului sunt situative și instabile. Copilul nu este capabil a trăi un timp îndelungat anumite sentimente , atât pozitive, cât și negative. La vârsta școlară mică se dezvoltă stabilitatea sentimentelor și se modifică însuși procesul de trăire a lor – copilul devine mult mai reținut [142, p. 69].

Există o corespondență între starea de sănătate mintală și etapele vieții acestuia de importanță deosebită în cazul igienei mintale, în scopul desfășurării acțiunii de psihoprofilaxie. Fiecare grupă de vârstă prezintă caracteristici biopsihosociale proprii. Grupa de vârstă cuprinsă între 0 și 7 ani are următoarele caracteristici: interese biologice legate de dezvoltarea generală a organismului; factori cu acțiune morbigenetică (familiali, școlari, frustrări afective, curenți educaționale); afecțiuni psihice stări complexe, tulburări de comportament). Se desprinde din cele de mai sus concluzia că fiecărei grupe de vârstă îi corespund anumite caracteristici, care sunt legate atât de starea de sănătate mintală, cât și de boala psihică. Acest aspect prezintă o importanță deosebită pentru acțiunea de igienă mintală, deoarece impune planificarea formelor de acțiune psihoprofilactică în raport cu diferitele etape ale vieții individului [53].

În lucrarea autorului italian M. W. Battacchi (2004) „Lo sviluppo emotivo” (Dezvoltarea emoțională), se prezintă ghidul detaliat al evoluției emoționale a copilului, de la naștere până la vârsta de trei ani. Autorul prezintă o sinteză a diferitelor teorii despre natura și funcționarea

emoțiilor, subliniind modul în care acestea influențează relațiile interpersonale și formarea identității. De asemenea, C. Battacchi evidențiază rolul esențial al emoțiilor în dezvoltarea cognitivă, în procesul de comunicare și în motivația copilului [216].

În aceeași direcție, importanța educației emoționale pentru elevi și dezvoltarea inteligenței emoționale în cadrul familiei, școlii și comunității este evidențiată de O. Albanese și Fr. Angeli (2006) în lucrarea lor „*Competenza emotiva tra psicologia ed educazione...*” (Competența emoțională între psihologie și educație). Aceștia explorează conceptul de învățare socială, subliniind o idee bine cunoscută în anumite sisteme educaționale, cum ar fi cel din Franța, conform căreia competența emoțională ar trebui să fie dezvoltată pentru a facilita o adaptare socială mai eficientă [147, p. 17]

Competența emoțională - reprezintă un grup de abilități în curs de dezvoltare, referitoare la autoreglare și reglarea relațiilor interumane, prin intermediul înțelegerii propriilor emoții cât și a celor din jur. În sens instrumental, competența emoțională permite folosirea eficientă a facultăților mentale și facilitează stabilirea relațiilor cu lumea înconjurătoare [143, p. 10-11].

În esență, competența emoțională este un construct integral, care permite prezicerea succesului unei persoane în interacțiunea profesională și socială. Indicele generalizat care îl caracterizează – EQ, este un criteriu de diagnostic sensibil cu proprietăți predictive [138, p.429].

Generalizând opiniile autorilor putem concluziona, că, în esență, *abilitățile emoționale* semnifică:

- a înțelege emoțiile;
- a exprima emoțiile;
- a regla emoțiile [17, p.12].

„*Competența emoțională* reprezintă abilitatea indivizilor de a se adapta atât la propriile emoții cât și la emoțiile celorlalți, pe când competența socială se referă la abilitatea copiilor de a forma relații sociale funcționale cu ceilalți copii și cu adulții din viața lor. „*Competența emoțională* este definită drept capacitatea de a recunoaște și interpreta emoțiile proprii și ale celorlalți și abilitatea de a gestiona adecvat situațiile cu încărcătură emoțională” [23, p. 18].

Competențele emoționale se referă la abilitățile de a conștientiza, de a acționa în conformitate cu acestea și de autoreglare a propriilor emoții. Competențele emoționale sunt determinante pentru angajarea și persistența în sarcini școlare și pentru interacțiuni funcționale cu colegii și cu cadrele didactice. Împreună cu competențele sociale, competențele emoționale, evaluate la 3-6 ani, sunt cel mai bun predictor al reușitei școlare pentru ciclul primar. Competențele emoționale mai puțin dezvoltate se asociază cu tulburări de externalizare și cu cele de internalizare, încă de la vârsta copilăriei și a adolescenței. Principalele fațete ale

competențelor emoționale ce trebuie evaluate la vârsta de 3-6/7 ani sunt: înțelegerea emoțiilor, exprimarea emoțiilor și autoreglarea emoțională [76].

O definiție a competențelor emoționale oferă cercetătoarea M. Cojocaru-Borozan: „*Competența emoțională poate fi definită ca rezultatul creșterii coeficientului de emoționalitate (QE) și include un sistem de convingeri și atitudini referitoare la importanța controlului comportamentului afectiv. Aceasta cuprinde o gamă variată de cunoștințe despre viața emoțională a individului, precum și un ansamblu de abilități care facilitează gestionarea și canalizarea adecvată a energiei emoționale. Competența emoțională este esențială pentru integrarea reușită în diferite medii sociale și pentru construirea unei cariere de succes*”. Definiția confirmă ideea: „*calitatea competențelor reflectă, per ansamblu, nivelul culturii emoționale a personalității*”. În competențele emoționale specifice profesiei de cadru didactic, cercetătoarea integrează: implicarea emoțională, contaminarea emoțională, mobilitatea emoțională, orientarea emoțională pozitivă, compasiunea emoțională, activismul emoțional, expresivitatea emoțională, rezistența emoțională la stres, profunzimea percepției emoționale, flexibilitatea emoțională, creativitatea emoțională [30, p. 96].

Spre deosebire de trăsăturile de personalitate, care sunt abilități statice, strategice, abilitățile emoționale sunt compuse din competențe tranzitorii, tactice, „dinamice” care pot fi aduse în acțiune asupra situației [28, p. 47].

Competențele emoționale personale corelează cu competențele emoționale sociale, fapt care demonstrează importanța IE în adaptarea și integrarea socială a individului prin construirea relațiilor de comunicare eficiente. Structura competențelor emoționale personale și competențelor emoționale sociale reprezintă, de fapt, valori emoționale ce pot fi dezvoltate elevilor în cadrul educației pentru inteligență emoțională. S-a constatat faptul că competențele emoționale pun în acțiune inteligența academică, idee susținută în cercetările teoretice și practice ale pedagogilor canadieni D. Chabot, M. Chabot (2003), care au demonstrat că există numeroși elevi cu probleme de învățare (dar care, în același timp, nu au nici o deficiență cognitivă), motivul cărora constituie incapacitatea acestora de a-și gestiona emoțiile, fapt ce generează disconfortul psihic al elevului și diminuează nivelul de asimilare a cunoștințelor [160, p.67].

P. Pomati (2004) în lucrarea „Gramatica emoțiilor: cum să înțelegi și să gestionezi propriile emoții și pe cele ale fiilor”, din italiană „Grammatica delle emozioni: come comprendere e gestire le proprie e quelle dei figli”, autoarea demonstrează importanța competențelor emotive și faptul că acestea implică cunoașterea propriilor emoții, dar și pe cele ale altora, capacitatea de a gestiona propriile relații, precum și raporturile cu ceilalți [158, p. 123].

Tabelul 1.5 Definirea competențelor emoționale [122, p 11-14].

Categorie	Definiție	Autori
Competențe socio-emoționale	<i>Competențele socio-emoționale</i> sunt definite ca un ansamblu de abilități care permit indivizilor să gestioneze și să își exprime emoțiile, să își dezvolte relații interumane pozitive și să facă față provocărilor sociale și emoționale. Aceste competențe includ: autocunoașterea emoțională; autoreglarea; empatia; abilități de comunicare; luarea deciziilor.	D. Chabot, M. Chabot, 2003
Competențe emoționale	Acele competențe care, bazându-se pe inteligența emoțională, prezic performanța.	L. Abraham, 2004
Competențe emoționale	Inteligența emoțională îmbină patru abilități: (1) Identificare a emoțiilor - emoțiile orientează atenția asupra evenimentelor semnificative din viață. Identificarea trăirilor personale, cât și ale celor din jur, este destul de utilă pentru a comunica și respectiv exprima; (2) Folosire a emoțiilor – sentimentele influențează pregătirea pentru acțiune atunci când este nevoie, ele au un efect și asupra gândirii, favorizând la rezolvarea problemelor apărute; Înțelegere a emoțiilor – sentimentele au cauze precise, analizând trăirile se poate înțelege ce se petrece în jur; Control al emoțiilor – trăirile afective trebuie să fie incluse, în mod inteligent, la analizarea și rezolvarea problemelor, este nevoie de receptivitate la emoții și de găsire a unor strategii asociate înțelepciunii trăirilor afective.	P. Solovey și A. Caruso, 2004
Competențe emoționale	Abilități interpersonale (competențe sociale) sau intrapersonale (conștientizarea emoțiilor, managementul emoțiilor).	M. Vandervoort, 2006
Competențe emoționale	Abilitatea de a identifica emoții. Diferențe individuale referitor la cât de eficient își controlează oamenii emoțiile și problemele încărcate emoțional.	J. Ciarrochi și W. Scott, 2006
Competența emoțională	Creșterea coeficientului de inteligență emoțională (QE) duce la formarea unui sistem de convingeri și atitudini care subliniază importanța autocontrolului în comportamentul afectiv. Acesta include o gamă largă de cunoștințe despre viața emoțională a individului, competențe esențiale pentru gestionarea și direcționarea eficientă a energiei emoționale, integrarea cu succes în diverse medii sociale și construirea unei cariere de succes.	M. Cojocaru-Borozan, 2011
Competențe socio-emoționale	Îmbunătățirea capacității personale de a face un bun management al provocărilor mediului.	S. Beauchamp, M. Scott, N. Dong, M. Galal, 2012
Competențe emoționale	Domeniile inteligenței emoționale și competențele adiacente: - Autocunoașterea: autocunoașterea emoțională,	D. Goleman, M. Boyatzis, 2018

- Stăpânirea de sine: autocontrol emoțional, transparența, adaptabilitatea;
- Conștiința socială: empatia, conștiința organizațională, sollicitudinea;
- Gestionarea relațiilor: conducerea inspirată, influența, formarea altora, catalizarea schimbărilor, gestionarea conflictelor, spiritul de echipă și colaborare.

În aceeași ordine de idei, D. Goleman (2008), este de părere că „școala trebuie să devină un factor important și în predarea capacităților de a se descurca în viață” [58, p. 66], iar M. Cojocaru-Borozan (2010), promovează ideea că „o inimă statornică și o minte echilibrată conduc la îmbunătățirea performanțelor”. Așadar, o persoană echilibrată emoțional, empatică asimilează informația mai eficient, se descurcă în viață mai bine, se simte avantajat în orice domeniu al vieții. Scopul educației bazate pe inteligența emoțională este acela de a-i ajuta pe copii să dobândească aptitudinile necesare pentru a aplica în viață inteligența emoțională, devenind astfel mai puternici din punct de vedere emoțional, cu un psihic sănătos, deoarece doar echilibrul, dezvoltarea personală, inspirația, buna dispoziție și dragostea alimentează sistemul energetic uman [29, p. 8].

Creșterea optimă a competențelor emoționale și sociale depinde atât de trăsăturile genetice unice fiecărui copil, cât și de influențele mediului familial și, ulterior, de cele din cadrul educațional. Copiii de aceeași vârstă dezvoltă competențe emoționale și sociale, iar aceste abilități sunt influențate de o combinație de factori intrapersonali și interpersonal. O interacțiune favorabilă între acești factori poate oferi o protecție esențială, facilitând adaptarea eficientă a copilului la cerințele mediului înconjurător. De aceea, conștientizarea impactului acestor factori este crucială pentru prevenirea problemelor de sănătate mentală și menținerea unei funcționări sănătoase. Deși nu există un factor de risc specific care să crească semnificativ predispoziția la probleme de sănătate mintală în această etapă, riscul general crește pe măsură ce numărul factorilor de risc la care sunt expuși copiii se acumulează [23, p. 37].

Pentru dezvoltarea competențelor emoționale IE se referă la: maturitate emoțională, competență emoțională și cultura emoțională, categoria unificatoare, în opinia autorilor, este „adaptarea”. Mai mult, dacă maturitatea emoțională și cultura emoțională pot fi considerate ca factori de adaptare și la stările interne și influențele societății, atunci competența emoțională contribuie în mod predominant la o eficiență socială funcționare. Inteligența emoțională și cultura emoțională, în conformitate cu opinia autorilor, unește categoria „umanitate”. Abilități în structură inteligența emoțională creează oportunități pentru cunoaștere, creativitate și adaptare

socială de succes, potențial emoțional și cognitiv, a cărui direcție este determinată de nivelul de formare a culturii emoționale a individului [33, p. 170].

Noile standarde se bazează pe o prioritizare a calităților personale, cum ar fi inițiativa și empatia. Adică, pe capacitatea de a empatiza, a te adapta și a convinge în condițiile în care garanțiile securității locului de muncă dispar complet, iar însuși conceptul de „specialitate” este rapid înlocuit cu cel de „abilități mobile”, astfel de abilități devin cele mai importante calități care ajută la obținerea unui loc de muncă și păstrarea acestuia. Acest subiect a fost vag discutat de zeci de ani la rând. Cum nu au fost ele numite - de la „caracter” și „personalitate” la „darul curtoaziei” și „competenței”... Dar acum există în sfârșit o înțelegere și o definiție mai precisă a acestor talente umane - inteligența emoțională. „Dacă îți lipsesc abilitățile emoționale, dacă nu te cunoști pe tine, dacă nu ești capabil să-ți controlezi emoțiile negative, dacă nu ai empatie și relații bune cu alții, nu vei ajunge prea departe, indiferent de cât de deștept ești” (D. Goleman) [59, p. 37].

Credem că, în deceniul următor, se vor realiza cercetări temeinice care să demonstreze că abilitățile și competențele emoționale duc la rezultate pozitive în familie, la școală și la serviciu. Provocarea reală este să demonstrăm că inteligența emoțională contează mai presus de categoriile psihologice măsurate de decenii, cum ar fi personalitatea și IQ-ul [143, p. 43].

Competența emoțională include patru componente de bază:

- autoreglare - controlul impulsurilor și gestionarea emoțiilor, exprimarea emoțiilor, blocarea stărilor emoționale negative;
- reglarea relațiilor - abilități sociale, capacitatea de a construi relațiile cu ceilalți;
- reflecție - conștientizare de sine, înțelegerea rațională a emoțiilor, identificarea propriilor motive;
- empatie - decentrare emoțional-cognitivă. [Apud; 115].

Autorul G. Azzopardi relevă două competențe emoționale esențiale, de care depinde un bun coeficient de emoționalitate (EQ): autocontrolul emoțional și capacitatea de a descifra semnificația stărilor proprii și ale celorlalți. [11, pp. 104-109]. În opinia acestuia competențele emoționale sunt împărțite în trei categorii:

1. experiențierea (trăirea) și exprimarea emoțiilor (conștientizarea trăirilor emoționale proprii, transmiterea adecvată a mesajelor cu încărcătură emoțională, manifestarea empatiei);
2. înțelegerea și recunoașterea emoțiilor;
 - a. Înțelegerea și recunoașterea emoțiilor,
 - b. identificarea emoțiilor pe baza indicilor non-verbali;
 - c. denumirea emoțiilor („sunt bucuros”, „sunt trist”);

d. înțelegerea cauzelor și consecințelor emoțiilor.

3. reglarea emoțională [23, p. 18].

Abilitățile inteligenței emoționale se încadrează în două categorii de competențe primare: *competența personală* și *competența socială*. Competența personală este alcătuită din abilități de conștientă de sine și autogestioanre, care se concentrează mai mult pe tine, individual, decât pe interacțiunile tale cu alte persoane. Competența personală este abilitatea de a fi permanent conștient de emoțiile proprii și de a le gestiona și disciplina comportamentul și tendințele. Competența socială este alcătuită din conștientă socială și din abilitățile de gestionare a relațiilor; competența socială este capacitatea de a înțelege stările de spirit ale altor persoane, comportamentul și motivațiile acestora, pentru a îmbunătăți calitatea relațiilor [64, p. 29-30].

Importanța vieții emoționale în procesul educațional rezultă din faptul, că este esențial să recunoaștem rolul sentimentelor, să le analizăm și să le integrăm în educație și formare, este necesară o revalorizare a competențelor emoționale care au fost neglijate în favoarea raționamentului. În loc să considerăm emoțiile ca un obstacol în procesul de învățare, pedagogia ar trebui să se concentreze pe cultivarea capacității de a simți, având în vedere că viața emoțională constituie „inima educației”. Astfel, educația axată pe dezvoltarea sentimentelor devine o prioritate în proiectarea și implementarea programelor de formare [150, p. 16].

Autorii oferă o serie de sugestii referitoare la educația emoțională, bazate pe cercetările social-constructiviste inspirate de modelul lui C. Saarni (1999, 2008) și L. A. Sroufe (2000). Aceste propuneri pun accent pe comunicarea bazată pe inteligența emoțională între copii, inclusiv în interacțiunile dintre copii și adulți, subliniind rolul adultului ca mediator cultural [161, p. 110].

O adevărată provocare constituie schimbarea coloraturii emoționale în relația cadru didactic - elev, ceea ce afectează sfera emoțională a cadrului didactic.

Educația pentru dezvoltare emoțională pornește de la faptul că totalitatea acțiunilor noastre ne permite să creăm un echilibru mai sănătos în școală și în relațiile cu elevii. Acțiunile noastre trebuie să pună accent pe importanța sentimentelor și să ne ajute să ne ținem sub control emoțiile, în loc să acționăm impulsiv sau să ne lăsăm copleșiți de sentimente. Capacitatea de a recunoaște și de a face față emoțiilor duce la performanțe mai mari la școală, în muncă și în relațiile interumane. Învățând să comunicăm cu copiii, ne vom bucura împreună cu familiile acestora de o inteligență emoțională armonios dezvoltată [146].

În contextul celor expuse, dezvoltarea emoțională presupune cultivarea competențelor emoționale oportune pentru dezvoltarea armonioasă a personalității între IQ și EQ.

Competențele emoționale sunt foarte importante în explicația reușitei și a succesului, în

toate domeniile vieții. Pentru mulți elevi, „memoria afectivă” negativă în raport cu totul ce este legat de învățare, de școală și unele discipline, reprezintă o piedică în procesul de integrare socială și profesională. În același timp, competențele emoționale pun în acțiune inteligența academică, fapt care generează concluzia că: dezvoltarea emoțională sănătoasă a copiilor este esențială atât pentru capacitatea lor de formare/învățare, în prima parte a vieții, cât și pentru succes și fericire la viața adultă. *Factorii dezvoltării emoționale* care merită a fi explorați sunt: (a) *interni*: trebuințele și sistemul individual de valori, ce determină orientarea personalității și (b) *externi* - acțiuni planificate în vederea motivării pentru autodezvoltarea și stabilirea motivelor constructive pentru dezvoltarea personală. Preocupările științifice ale savanților din variate spații geografice fac posibilă descoperirea esenței a ceea ce asigură sporirea inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar. În acest sens, contează implicarea emoțională optimă, activismul emoțional, flexibilitatea emoțională, orientarea emoțională pozitivă, expresivitatea emoțională, rezistența afectivă la stres, creativitatea emoțională și alte competențele emoționale specifice cadrelor didactice necesare pentru organizarea acestui proces laborios.

1.3. Particularitățile dezvoltării afective a elevilor de vârstă școlară mică

Dezvoltarea afectivă la elevii de vârstă școlară mică este o perioadă importantă în care copiii încep să își dezvolte competențe emoționale și sociale esențiale pentru succesul lor ulterior. Prin sprijinul oferit de mediul familial și educațional, copiii învață să își gestioneze emoțiile, să își dezvolte empatia și să formeze relații sănătoase, toate acestea contribuind la o dezvoltare afectivă echilibrată.

Vârsta școlară mică constituie o etapă cu însemnate transformări în viața afectivă a copilului, care se diversifică și se îmbogățește; apar schimbări complexe în plan cognitiv, afectiv și relațional. Or, intrarea în școală este o deschidere formidabilă spre viață, dar experiența trebuie gestionată și pregătită din timp, pentru a evita eventualele reacții de respingere din partea copilului [56].

Dezvoltarea afectivă a elevilor de vârstă școlară mică (6-10 ani) este un proces complex și esențial pentru formarea lor emoțională și socială. În această etapă, copiii încep să înțeleagă și să își gestioneze mai bine emoțiile, construindu-și relații interpersonale și dezvoltând abilități sociale. Emoțiile constituie evaluări sau judecăți pe care elevii le fac asupra lumii. Emoția implică o evaluare din partea copilului cu privire la semnificația unui eveniment emotional sau a unei situații tensionante. Această evaluare depinde de nivelul de educație a personalității.

Perioada claselor primare se caracterizează, din punct de vedere social prin apariția prietenilor, copiii devenind mai puțin dependenți de părinți și mai interesați de colegi și de prieteni. Prietenia se leagă prin apariția unor interese și activități comune. Ei își dezvoltă comportamente asemănătoare, preferă același gen de literatură, se exprimă asemănător, au aceleași păreri despre anumite persoane [81].

Intrarea într-un mediu cu totul nou, necunoscut îi creează copilului multe griji și frământări sufletești, probleme de comunicare cu ceilalți copii. Trăirile lui *emoționale* sunt foarte intense, dar obișnuirea cu noua activitate și cu noii colegi temperează această intensitate. Activitatea școlară, bine organizată și condusă cu pricepere și tact pedagogic, dezvoltă emoții și sentimente pozitive, cum sunt: plăcerea de a învăța, mulțumirea pentru rezultatele școlare pozitive, bucuria pentru o notă bună etc. [55].

Diferitele tipuri de emoții și sentimente se cultivă cu ajutorul povestirilor, poeziilor, muzicii, desenului etc. Pe elevii din clasele primare îi impresionează totul, îi bucură, îi entuziasmează toți stimulii pozitivi, după cum cei negativi îi întristează și le provoacă insatisfacții. Din aceste rațiuni, profesorii trebuie să cunoască, că procesele afective și cele cognitive, deși sunt diferite prin natura lor, sunt inseparabile în cadrul activității individului, aflându-se într-o strânsă interacțiune și determinând dezvoltarea generală a copiilor.

În perioada școlară timpurie, capacitatea de învățare se dezvoltă rapid, iar memoria devine un instrument tot mai eficient. De la vârsta de 9 ani, copiii pot asimila o gamă variată de informații. În această etapă, se conturează diferitele tipuri de memorie, precum cea vizuală, auditivă și kinestezică. Totuși, mulți școlari întâmpină dificultăți în a determina ce anume trebuie memorat dintr-un material sau cum să memoreze eficient și durabil. Aceștia adesea recurg la memorarea mecanică a informațiilor, ceea ce duce la o uitare rapidă. Pentru a contracara această tendință, învățătorul trebuie să îi echipeze pe elevi cu strategii raționale și eficiente de memorare, cum ar fi structurarea ideilor, identificarea esențialului într-un text și evidențierea legăturilor logice fundamentale. Repetiția rămâne un suport esențial în acest proces [72].

Dezvoltarea afectivă a elevilor de vârstă școlară mică este un proces complex și esențial, care influențează nu doar comportamentul și relațiile sociale ale copiilor, ci și performanța lor academică. Un aspect definitoriu în această etapă este conștientizarea emoțiilor. Copiii încep să recunoască și să eticheteze propriile emoții, precum bucuria, tristețea sau frica, ceea ce le dezvoltă inteligența emoțională [81].

Pe lângă aceasta, abilitățile de reglare emoțională devin din ce în ce mai importante. Elevii învață strategii pentru a gestiona emoțiile intense, cum ar fi furia și frustrarea, folosind metode precum respirația profundă sau căutarea sprijinului din partea adulților sau colegilor.

Empatia joacă, de asemenea, un rol central în dezvoltarea afectivă a copiilor. Încep să înțeleagă perspectivele și emoțiile altora, manifestând comportamente de ajutorare și suport emoțional. Relațiile interumane devin cruciale, iar sprijinul și interacțiunile pozitive contribuie la formarea unei baze afective sănătoase.

Identitatea personală și stima de sine se dezvoltă și ele în această perioadă, copiii conturându-și imaginea de sine în funcție de feedback-ul pe care îl primesc din mediul înconjurător. Gestionarea conflictelor devine o abilitate importantă, iar copiii învață cum să facă față și să rezolve situațiile dificile cu colegii sau adulții prin negociere și comunicare eficientă.

În plus, adaptarea la normele sociale influențează comportamentul și exprimarea emoțională. Această capacitate de adaptare ajută la integrarea socială a copiilor și la dezvoltarea abilităților interumane. Legătura dintre emoție și învățare este, de asemenea, semnificativă; un mediu emoțional pozitiv stimulează motivația și performanța academică, iar copiii care își gestionează emoțiile eficient tind să aibă rezultate mai bune [114].

Activitățile ludice și jocurile permit copiilor să exploreze și să experimenteze diferite emoții într-un mod sigur și distractiv, contribuind la o înțelegere mai profundă a acestora. Astfel, dezvoltarea afectivă a elevilor de vârstă școlară mică este esențială pentru formarea unor indivizi echilibrați, capabili să facă față provocărilor sociale și emoționale, având un impact durabil asupra integrării lor în societate.

Un aspect esențial al acestei dezvoltări este conștientizarea emoțiilor. În această etapă, copiii încep să își recunoască și să își eticheteze emoțiile, ceea ce le permite să își exprime sentimentele mai clar și să comunice mai eficient cu cei din jur. Un alt element important este capacitatea de reglare emoțională. Elevii învață să gestioneze emoțiile intense și să adopte strategii pentru a face față frustrărilor sau dezamăgirilor. Acest proces nu este întotdeauna ușor, dar sprijinul din partea părinților și profesorilor joacă un rol important în învățarea acestor abilități. Sentimentele ajută copiii să comunice cu ceilalți. Expresia feței, de exemplu, exprimă o gamă largă de sentimente. Dacă arată triști, copiii semnaleză celorlalți că au nevoie de ajutor. Important este arta comunicării reieșind din nevoile emoționale ale copiilor, având astfel posibilitatea de a le simți mai bine. Dacă reușim să fim cât se poate de receptivi la problemele emoționale ale copiilor, suntem mai capabili să-i facem să se simtă importanți, înțeleși și iubiți.

În clasa a IV-a (la vârsta de 10-11 ani), este evident că apar diferențe individuale în manifestările cognitive, care pot coexista cu trăsături de gândire specifice stadiului operațiilor concrete [127, p. 23]. Așa cum s-a menționat, gândirea se bazează pe cunoștințe, scheme, imagini, simboluri și concepte, dar include și operații și reguli de operare, care se dezvoltă

spectaculos între vârstele de 6 și 10 ani. În această perioadă, volumul simbolurilor crește, urmat de cel al conceptelor. Cele mai frecvente simboluri sunt literele, cuvintele și numerele.

În același timp, înțelegerea, ca activitate a gândirii, dobândește noi dimensiuni la această vârstă. Aceasta devine tot mai implicată în descoperirea relațiilor cauzale, a principiilor și a legilor. Acest proces se realizează prin corelarea informațiilor noi cu cele deja existente, integrând noile date în sistemele de referință (structurile mentale) dezvoltate anterior. Înțelegerea joacă un rol esențial în procesul de rezolvare a problemelor [51].

Imaginația se dezvoltă, de asemenea, la vârsta școlară mică, atingând o formă superioară și devenind voluntară. Dacă în primele două clase imaginația este imperfectă, săracă în detalii și copilul tinde să se lase purtat de fantastic, datorită experienței de viață limitate, în clasele a III-a și a IV-a se remarcă o anumită ordine și sistematizare în procesele imaginative. Contactul cu natura, activitățile de muncă și compunerea stimulează considerabil imaginația creativă [124].

Pe lângă formă, mișcarea și culorile obiectelor, sub îndrumarea instructorului, elevii își dezvoltă o atenție voluntară, capabilă să se concentreze mai mult timp asupra unei explicații, chiar și atunci când aceasta nu are un suport concret. La această vârstă apar primele aptitudini generale care contribuie la succesul școlar în toate disciplinele. Aceste aptitudini se diferențiază treptat, în funcție de specificul activităților în care elevii exersează [127].

Progresele în cunoaștere ale școlarului sunt strâns legate de dorința sa de a învăța. În același timp, se produc și alte schimbări, precum formarea unei atitudini pozitive față de muncă, care se manifestă prin capacitatea de a finaliza o sarcină și de a obține un rezultat. Elevii sunt atrași de acțiune și desfășoară o gamă variată de activități; apar interese practice, cum ar fi tehnica, lucrările manuale și grădinăritul. Precizia și îndemânarea gesturilor reflectă dorința de a obține rezultate, elevii dorind să aibă succes.

Activitatea școlarului mic poate fi susținută nu doar de motivații externe, ci și de dorința internă de a asimila cunoștințe într-un mod continuu. Între vârstele de 6 și 10 ani, nevoia de explorare și de informare este în plină expansiune. Copiii pot deveni pasionați colecționari și pot manifesta înclinații puternice către muzică, povestiri și poezie. Învățătorul ar trebui să valorifice această „deschidere” a elevului mic către dorința de a explora și a cunoaște, pentru a-i cultiva atașamentul față de școală și învățatură [142].

Perioada școlară mică prezintă caracteristici importante și progrese în dezvoltarea psihică, din cauză că procesul învățării se conștientizează ca atare. Copilul este intens solicitat de instituția școlară care pentru acest nivel de dezvoltare psihică este obligatorie, învățarea devine tipul fundamental de activitate. Activitatea școlară va solicita intens activitatea intelectuală. Procesul de însușire gradată de cunoștințe cuprinse în programele

școlii primare va determina organizarea și dezvoltarea strategiilor de învățare, conștientizarea rolului atenției și repetării și formarea deprinderilor de scris-citit și calcul la copil. Învățarea și alfabetizarea constituie condițiile majore implicate în viața de fiecare zi a copilului după 6 ani. Această condiție nouă de existență acționează profund asupra personalității copilului [60, p. 69].

Spectacolul emoțiilor produce un interes considerabil. Cel ce trăiește o emoție se grăbește să vorbească despre ea. Cei apropiați îl ascultă cu aviditate și transmit mai departe această povestire. Astfel, episoadele emoționale individuale se propagă în grup [37].

Organizarea structurilor psihocomportamentale, integrarea mai eficientă în mediul social constituie premise importante pentru începutul școlarității. Activitatea dominantă rămâne jocul de rol, se profilează tendința spre activități sociale cu caracter etic și cognitiv [124, p.62].

Toate schimbările în dezvoltarea psihică și în formarea personalității copilului, inclusiv sfera socioafectivă, constituie nivelul de pregătire psihologică pentru instruirea în școală. Referindu-ne la pregătirea socioafectivă, copilul trebuie să fie gata să îndeplinească rolul nou de elev. Atitudinea pozitivă față de pedagogi, colegi, învățătură i-ar permite să comunice și să interacționeze cu aceștia [142, p. 69-70].

Activitatea didactică implică emoționalitate specifică fiind, în esență, o muncă emoțională ce necesită gestionarea eficace a energiei emoționale, autoinducerea în conduita deontologică a unor trăiri emoționale constructive și menținerea unei prezențe afective ce ar produce educaților o stare de spirit favorizantă comunicării pedagogice. Efortul emoțional, exprimarea trăirilor afective pozitive, suprimarea impulsurilor distructive, optimismul și responsabilitatea pedagogică, constituie principalele competențe emoționale ale educatorilor și necesită formare profesională specifică.

Comportamentul social și emoțiile școlărilor se dezvoltă odată cu fiecare etapă de vârstă și potrivit temperamentului fiecărui copil. Unii școlari sunt veseli și se adaptează ușor, în vreme ce alții au tendința de a răspunde agresiv, copilul trecând de la o stare de dependență și egocentrism la creativitate, independență și sensibilitate.

Copilul, elevul, personalitatea în dezvoltare, are nevoie de comunicare, pretinde să fie ascultat și înțeles, dar întrucât preocupările lui nu sunt întotdeauna în concordanță cu așteptările adulților, devine inexplicabilă apariția conflictelor intra- și interpersonale, generate de analfabetismul emoțional al adulților, cât și dezvoltarea insuficientă a inteligenței emoționale a acestora. Elementul lipsă din relațiile interpersonale este empatia, în absența căreia sunt provocate neînțelegerile, conflictele, agresivitatea, motivul fiind că n-a fost cultivată în copilărie

în familie. Pe potrivă este aici și ideea lui D. Goleman, că „...viața de familie este prima școală a emoțiilor, inteligența emoțională trebuie dezvoltată și cultivată încă din copilărie” [58, p.53].

Părinții au un rol important în stabilirea bazelor inteligenței emoționale și limbajului emoțional a copilului, deoarece ei sunt adevăratele modele reprezentative pentru copii. Copii sunt oglinda părinților săi, respectiv ceea ce copilul urmărește, aceea repetă, aceea se induce și educă în conștiința sa. Modul în care părinții reacționează în anumite situații și își exprimă sentimentele are consecințe și amprente asupra dezvoltării emoționale a copilului. S-a constatat că copii ai căror părinți au un nivel de inteligență emoțională crescut sunt mai empatici, își conștientizează și își exprimă bine sentimentele, nu poartă ranchiună, sunt deschiși și prietenoși, iar copiii ai căror părinți au un nivel al inteligenței emoționale scăzut, sunt retrași, deprimați, se adaptează în societate mai greu, sunt conflictuali [186, p.305]. Pentru o evoluție emoțională pozitivă a celor mici este de folos relația de comunicare și prietenie cu părinții, relația care apoi le influențează viața afectivă din viitor, asta le marchează atitudinea și reflecția emoțională față de persoanele apropiate, cât și cele noi din societate. Din moment ce în familie se discută despre sentimente, emoții, copilul este predispus de a înțelege, de a învăța să le identifice și să le exprime corespunzător, motiv important în formarea capacității de a conștientiza sentimentele. Totodată copilul nu trebuie privat de experiențele emoționale ale vieții, ci trebuie să încerce să experimenteze și să învețe de la viață, de la tot ce îl înconjoară.

Creșterea afectivă este – după cum spun psihologii – „o evoluție în contact cu alții”, care permit copilului, în intimitatea lui, de a se interioriza și a-și crea scara de valori. Există însă două atitudini ale adulților care pot stingeri evoluția normală a vieții afective a copilului [111]:

1. Carențele afective provocate de răceală și rigiditatea părinților și mai ales a mamei. În acest caz, mereu brutalizat, impunându-i-se „tipare”, copilul poate să ajungă până la scări de neliniște, de instabilitate, la un „temperament acaparator” (fuge după capturarea unor legături afective extrafamiliale) ori, dimpotrivă, la indiferență, la retragerea apatică în sine, la agresivitate și violență.

2. Excesul de dragoste ce amplifică până la fanatism grija pentru emoțiile și sentimentele copilului. Pentru a evita aceste atitudini este necesară cunoașterea particularităților dezvoltării afective.

Conform D. Sălăvăstru elevul mic odată cu școala pășește în lumea extrafamilială, apare nevoie de a-și crea și alte atașamente, clasa îi aduce experiența grupului (dacă nu a fost la grădiniță) și a perechii (colegul, colega de bancă). Prin intermediul colegilor descoperă și alte moduri pe care le comportă cu cele din familia sa. Grupului impus (clasa) i se suprapun grupurile

de prieteni, după alegere și preferință. În tot acest context, copilul evoluează și se afirmă, sentimentele și emoțiile i se diversifică și adâncesc.

Conștiința de sine este mai întâi narcisistă și egocentrică, apoi lăudați-vă și critică, încercând totodată și o valorizare a propriului Eu. Către 9 ani începe a se situa afectiv în cadrul grupului realizându-se, în acest fel, o inserție socială din ce în ce mai conștientă și obiectivă. Pe măsură ce crește are nevoie de înțelegerea, aprobarea, ajutorul și afectivitatea ambilor părinți, a educatorilor, a adulților în general [107, p.348].

Necunoașterea acestor particularități ale dezvoltării afective face ca mulți copii să trăiască adevărate șocuri emoționale pentru că „cei mari”, din indiferență sau din cauza carențelor educative, transformă afectivitatea necesară relațiilor adulți-tineri al urii dominat de stări de izolare, de anxietate, de sentimentul singurătății și deziluziei.

Psihologii explică că „*Copilul trebuie să învețe despre emoții, cum se simt ele, care sunt acestea, cum se simt în corp, cum se pot exprima în exterior, cum se poate împrieteni cu aceste emoții, etc.*”. În școală se pune accent pe cunoștințele de matematică, fizică, chimie, memorare de comentarii, etc. Copiii învață și în familie despre emoții, fie ele pozitive sau negative. Apoi intră în comunitate, unde observă alte modele și alt comportament [19].

Specificul dezvoltării socio-afective a școlarului mic se manifestă printr-o serie de caracteristici:

- *Creșterea interesului și a spiritului critic.* Elevii devin mai curioși și mai capabili să analizeze informațiile din jurul lor.
- *Schimbarea preferințelor.* Interesele încep să se diversifice, incluzând biografii, legende, lecții de aritmetică, precum și un interes mai clar pentru film, cinematografie și televiziune. După vârsta de 9 ani, copiii încep să manifeste un interes pentru cărțile cu povești.
- *Expansiunea emoțională.* În jurul vârstei de 8 ani, elevii devin mai extrovertiți, experimentând trăiri euforice și stări de exaltare.
- *Identificarea socială și patriotică.* Aceasta este o perioadă în care se dezvoltă sentimentul de apartenență la școală și la clasă, elevii simțind mândrie față de aceste grupuri.
- *Relații calde cu părinții.* O atitudine afectuoasă din partea părinților contribuie la crearea unor copii ordonați și prietenoși în relațiile cu colegii.
- *Evaluarea de sine.* Discrepanța între autoevaluarea copilului (sau a părinților) și aprecierea învățătorului sau a colegilor generează trăiri complexe legate de viața și competiția școlară, ducând uneori la strategii de evitare, evaziune sau minciună (E. Albu, 2007).

- *Anxietatea camuflată*. Aceasta poate duce la nervozitate, tulburări de somn, ticuri nervoase și chiar fobii legate de școală, provocând inadaptare și stări de panică [68].

- *Stări afective variate*. Activitățile desfășurate în cadrul lecțiilor generează emoții și sentimente intelectuale, estetice, artistice și social-politice care contribuie la formarea identității sociale și naționale.

- *Adaptarea la dimensiunile economice*. Elevii încep să conștientizeze valoarea banilor și să dezvolte comportamente de cumpărare.

- *Dificultăți în orientarea școlară*. Apar provocări legate de alegerea unei cariere și cunoașterea diverselor profesii (U. Șchiopu, 1997).

Pentru dezvoltarea afectivității se vor realiza diferite activități, jocuri în cadrul cărora copilul poate să se exprime și să se elibereze de tensiune, asigurând un echilibru sănătos emoțional. Costumele și reprezentările în miniatură ale elementelor lumii reale (mașini, magazine, bucătarii...) le permit copiilor să reprezinte și să-și imagineze diverse situații din lumea adulților, experimentând diverse roluri care-i ajută să testeze roluri diferite și care constituie un sprijin în construirea propriei identități [19, p. 28].

La vârsta școlară mică, conduita copilului începe să se caracterizeze prin intenționalitate și planificare. Cele mai multe conduite se derulează sub semnul lui “trebuie”, “este necesar”, “nu trebuie” etc. Voința, ca mod de răspuns la aceste “comenzi”, iradiază larg în cuprinsul personalității copilului, punându-și amprenta și asupra altor compartimente ale vieții psihice. Percepția devine intenționată, sistematică și susținută prin efort voluntar, transformându-se în observație.

Tot acum se formează memoria și atenția voluntară, capacitatea concentrării mintale voluntare de durată mai mare în rezolvarea unor probleme de gândire.

În dezvoltarea afectivă a elevilor de vârstă școlară mica factorii intrapersonali și interpersonalii joacă un rol important și influențează modul în care copiii își experimentează și își gestionează emoțiile. **Factorii intrapersonali sunt:**

1. *Temperamentul* - acesta influențează predispoziția elevului de a reacționa într-o anumită manieră din punct de vedere emoțional și comportamental.

2. *Dezvoltarea intelectuală* - această abilitate, care se referă la capacitatea de a „citi” intențiile și comportamentele altora, este crucială. Copiii care întâmpină dificultăți în a decoda aceste semnale pot avea probleme în adaptarea inter- și intrapersonală.

3. *Dezvoltarea limbajului* - o dezvoltare adecvată a limbajului contribuie la o comunicare verbală mai nuanțată și crește probabilitatea de a avea interacțiuni sociale de calitate superioară [20, p. 46-49].

Factorii interpersonal:

1. Familia:

- A. Cunoștințele insuficiente despre reperele dezvoltării copiilor și așteptările inadecvate legate de comportamentele acestora.
- B. Reacțiile parentale în situații conflictuale.
- C. Relația de atașament între părinte și copil.
- D. Atitudinile familiale față de emoții, inclusiv reacțiile părinților la manifestările emoționale ale copiilor și stilul în care aceștia își exprimă propriile emoții.

2. **Școala:** Reacțiile profesorilor la manifestările emoționale ale elevilor constituie o sursă importantă de învățare în ceea ce privește emoțiile [Ibidem, p. 40-45].

În acest sens, vârsta școlară mică reprezintă perioada de continuare și consolidare a multor trăsături caracteriale. Educația copilului în familie la această vârstă trebuie să fie orientată spre determinarea *modalităților de soluționare a contradicțiilor*. Astfel, părinții trebuie să conștientizeze faptul că o îndeplinire a tuturor pretențiilor și dorințelor copilului poate genera egoism, intoleranță, indiferență etc.

Autorii A. Cosmovici și L. Iacob afirmă că emoțiile sunt extrem de importante în dezvoltarea școlarului mic. Nu putem nega rolul raționamentului în asigurarea succesului. La fel autorii sugerează că „*emoțiile sunt stări afective de scurtă durată, care exprimă un specific al relațiilor cu un obiect ori o situație, deci au un caracter situațional*” [37, p.205].

În plus, mai remarcăm tendința de suprasolicitare și supraaglomerare a școlariilor mici. Specialistul în dezvoltarea copilului U. Bronfenbrenner remarcă faptul că trăim într-o eră a activității frenetice, în care ne facem tot timpul planuri despre cum să-i îndrumăm pe copiii noștri să fie întotdeauna primii, cum să ducem la îndeplinire tot ce avem de făcut, alergând dintr-o parte în alta. Încă din grădiniță, programul copiilor este adesea foarte încărcat. Multe familii includ activități „extracurriculare” în fiecare zi a săptămânii, precum înot, dans, tenis, cursuri de limbi străine, pictură, aikido, pian și altele. Această agendă aglomerată necesită, de obicei, sprijin din partea unei rețele de bune, bunici sau alte rude care ajută la respectarea programului strict și la tranzițiile între diferitele activități [158].

Agitația, stresul, accentul pus pe performanța intelectuală și neglijarea rolului emoțiilor în dezvoltarea sănătoasă a copiilor au dus la efecte vizibile în grădinițe, școli, familii, pe stradă și în mass-media. Statisticile și concluziile studiilor realizate atât la nivel mondial, cât și în

România, evidențiază riscurile asociate acestor stiluri de viață. Unul din cinci copii se confruntă cu probleme emoționale, de dezvoltare sau comportamentale. Din perspectiva ontogenetică, studiile subliniază că primii trei până la șapte ani de viață sunt esențiali pentru promovarea sănătății sociale și emoționale și pentru prevenirea tulburărilor de sănătate mintală [56].

Cercetările sugerează că abilitățile emoționale joacă un rol esențial în susținerea dezvoltării cognitive în perioada școlară mică, contribuind la adaptarea la școală atât direct, cât și indirect, prin dezvoltarea abilităților sociale. Principalul indicator al adaptării la viața adultă nu este notele școlare sau un potențial cognitiv ridicat, ci capacitatea copiilor de a stabili relații sănătoase cu cei din jur [60, p. 56].

Viața emoțională a elevului mic devine mai echilibrată. Împreună cu jocul, activitatea de învățare, declanșează numeroase stări afective, pozitive sau negative. Exigențele școlare diversifică registrul afectiv, apare simțul datoriei. Însușirea normelor și regulilor de comportare în școală schimbă substanțial caracterul emoțiilor școlarii mici. Noile norme de comportare în mediul școlar sunt acceptate de către cei mici. Ei se bucură de prietenia cu noii colegi, dau dovadă de seriozitate față de noile norme de comportare în școală. Caracterul emoțiilor elevilor de vârstă școlară mică se schimbă mult. Elevilor li se cere o respectare strictă a cerințelor, normelor de comportare la activitățile în comun, o disciplină conștientă. Acest lucru nu poate să nu influențeze asupra stării emoționale a copilului. Pe parcursul micii școlarități, se observă accentuarea stăpânirii de sine și a conștientizării la manifestarea emoțiilor, o sporire a stabilității stărilor emoționale. Acești elevi deja pot dirija dispoziția lor, uneori pot chiar s-o mascheze. Școlarii mici sunt mai echilibrați emoțional decât preșcolarii. Elevii de 8-10 ani pot menține o dispoziție constantă, de lungă durată, cu toate că la unii dintre ei se pot observa și stări negative. Cauza apariției unor asemenea manifestări negative a stărilor emoționale, de obicei, se explică prin diferența dintre *nivelul de pretenții* ale copilului și *posibilitățile* realizării lor. Dacă această diferență se menține o perioadă îndelungată de timp și copilul nu găsește mijloace, pentru a preîntâmpina ori ameliora situația, emoțiile negative ale copilului erup în manifestări de furie, în fapte rele. Pentru a evita asemenea manifestări ale emoțiilor, pedagogul trebuie să cunoască calitățile individuale ale elevilor săi, situațiile conflictogene [67].

Învățarea contribuie și la schimbarea sentimentelor copiilor, în special a celor *cognitive, estetice, morale*. *Sentimentele cognitive* sau *intelectuale* se exprimă prin creșterea dorinței copilului de a cunoaște, de a acumula noi cunoștințe. Acestea sunt susținute prin citirea cărților pentru copii, a revistelor, ziarelor. Copiilor de această vârstă le place să citească povești, povestiri emoționante, viu colorate, atractive, interesante și aceasta îi ajută să obțină noi cunoștințe.

Sentimentele morale ale copiilor se exprimă prin apariția simțului datoriei, compătimirii, sincerității, colectivismului. Școlarii mici sunt în stare să manifeste sentimente morale superioare, spre exemplu, de grijă și atenție față de mamă, învățătoare sau chiar oamenii străini, care au avut curaj, bunătate, devotament față de alte persoane. Convorbirile cu elevii din clasele I-IV, discutarea cu ei a faptelor personajelor literare ori ale unor oameni reali, dezvoltă capacitatea de a aprecia real faptele, care nu depășesc experiența lor de viață [72].

Pentru școlarii mici este tipică o apreciere contradictorie a faptelor lor și ale altor oameni. Aceasta este condiționată de viața socială, de relațiile dintre oameni, în care copilului îi vine greu să se orienteze. Observăm la copii, imposibilitatea de a se clarifica privind relațiile oamenilor. Raporturile elevului cu maturii constituie un alt aspect. Relațiile sunt dominate de două tendințe contradictorii. Pe de o parte, are loc conștientizarea crescândă a necesității de a asculta cerințele maturului, iar pe de altă parte, crește simțul independenței, încăpățânarea în scopul de a-și apăra drepturile la inițiativă și activitate personală. Acumularea cunoștințelor contribuie la formarea multor calități morale așa cum sunt: curajul, onestitatea, acuratețea ș.a., dezvăluite în activități practice [77, p. 16]. Raportul dintre starea de necesitate și evenimentele externe poate fi ne semnificativ sau neutru și semnificativ, generând activare și trăire emoțională: pozitivă (în cazul în care este consonant) și negativă (când este disonant) [52].

După cum știm, emoțiile pot fi pozitive (când ceea ce ni se întâmplă este în concordanță cu scopurile noastre: bucurie, mulțumire) și negative (când ceea ce ni se întâmplă este în contradicție cu scopurile noastre: tristețe, furie, teamă, dezgust, etc.). Emoțiile, fie pozitive sau negative, pot facilita sau periclita adaptarea individului. Astfel, emoțiile pozitive cât și cele negative pot fi funcționale - facilitând adaptarea individului sau disfuncționale - împiedicând adaptarea procesul [53].

Școala și familia trebuie să investească deopotrivă în mintea și sufletul copiilor, să-i învețe să-și poată stăpâni prin inteligență impulsurile emoționale [55]. Emoțiile fine ale copiilor nu pot fi ușor sesizate în mediul familial și școlar. Firește, emoțiile fine se deosebesc radical de emoțiile slabe. Intenția este aceea care diferențiază emoția fină de emoția slabă. Este nevoie de o intuiție bine dezvoltată a părinților și competențe emoționale necesare profesorilor. În acest sens profesorii pentru învățământul primar trebuie să se ocupe intens de pedagogizarea părinților în scopul pregătirii acestora pentru educația emoțională a propriilor copii.

1.4. Concluzii la capitolul 1.

Analiza istorică a evoluției conceptului de inteligență emoțională include definiiri conceptuale moderne în studiul inteligenței emoționale. Prin semnificațiile lansate de către autori s-a contribuit la precizarea orientărilor de bază în dezvoltarea inteligenței emoționale prin care s-a demonstrat științific oportunitatea cunoașterii și organizării procesului de formare treptată a competențelor emoționale a elevilor. Acestea oferă percepții mai clare despre profilul și a specificul manifestării inteligenței emoționale la elevii de vârstă școlară mică, fapt ce permite trasarea perspectivelor explorării potențialului afectiv al elevilor.

S-a evidențiat rolul și relevanța culturii emoționale a profesorilor în dezvoltarea competențelor emoționale la elevi la debutul școlar. S-a susținut că inteligența emoțională constituie un element esențial al competențelor emoționale, iar dezvoltarea acesteia facilitează integrarea abilităților emoționale cu cele academice. Dovezile sugerează că inteligența emoțională este o prioritate în formarea personalității elevului și contribuie semnificativ la succesul procesului educațional.

La vârsta școlară mică se dezvoltă sentimentele superioare: morale, intelectuale, estetice. La această vârstă se formează intensiv sentimentele morale: dragostea de țară, de patrie, colectivismul, prietenia, sentimentul tovarășiei, datoriei și onoarei. Participarea fiecăruia în viața semenilor, indică dezvoltarea sentimentului tovarășiei. Odată cu dezvoltarea sentimentului tovarășiei se dezvoltă și sentimentul colectivismului. Sentimentele intelectuale se dezvoltă în procesul activității cognitive a elevului mic: curiozitatea, mirarea, îndoiala, satisfacția de la rezolvarea reușită a problemei, decepția de la incapacitatea de a o rezolva. Oamenii din alte culturi folosesc diferite și variate cuvinte pentru a exprima concepte emoționale; elaborarea acestor cuvinte nu dezvoltă, nu amplifică zestrea de răspunsuri înnăscute și ele pot fi învățate. Accesul la personalitate se poate face pe diverse căi, dar calea regală rămâne comunicarea cotidiană a emoțiilor, interacțiunea acțional-comunicațională, din care printr-o examinare profesională se pot desprinde trăsăturile fundamentale, ce dau personalității individualitate.

Așa cum inteligența emoțională este un proces de învățare socială prin care se formează maniera cu care îți poți transforma starea de spirit de la una de stres în una pozitivă și productivă ne propunem în capitolul 2 să descriem rezultatele cercetării privind realizarea obiectivelor: diagnosticarea gradului de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor; conceptualizarea, fundamentarea teoretică și validarea experimentală a *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie*.

2. CADRUL CONCEPTUAL AL DEZVOLTĂRII INTELIGENȚEI EMOȚIONALE A ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR

Capitolul include referințe la principalele rezultate ale cercetării teoretice care fondează științific elaborarea și descrierea mecanismului dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar. Fundamentele psihopedagogice ale dezvoltării inteligenței emoționale sunt reprezentate, pe de-o parte de teoriile referitoare la evoluția termenului de inteligență emoțională, de conceptul de cultură emoțională a profesorilor, de modelul educației bazate pe inteligență emoțională etc, iar pe de altă parte de principiile educației pentru dezvoltare emoțională (principiul respectării particularităților de vârstă în dezvoltarea emoțională, principiul anticipării problemelor de afirmare și integrare în mediul școlar, principiul canalizării eficiente a energiei emoționale, principiul gestionării incertitudinilor și a stresului etc). În conținutul capitolului este abordată cultura emoțională a profesorilor ca premisă în dezvoltarea afectivă a personalității, sunt dezvoltate idei privind importanța valorizării parteneriatului școală – familie în vederea dezvoltării inteligenței emoționale la elevii din clasele primare și analizate competențele emoționale proiectate curricular în învățământul primar. Cercetarea pedagogică experimentală proiectată pe două dimensiuni prioritare a permis: apreciere gradului de pregătire a profesorilor din învățământul primar pentru educația emoțională a elevilor; identificarea nivelurilor inteligenței emoționale și descrierea particularităților dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din clasele primare. Conținutul capitolului 2 a creat premise conceptuale și experimentale pentru elaborarea și descrierea *Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie*.

2.1. Mecanismul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar

Dezvoltarea inteligenței emoționale joacă un rol esențial în asigurarea succesului școlar al elevilor, deoarece inteligența emoțională se referă la un sistem de competențe emoționale dezvoltate treptat în termeni de atitudini, capacități și cunoștințe emoționale (abilitatea de a recunoaște, înțelege și gestiona propriile emoții, de a recunoaște, înțelege și influența emoțiile altora, de a gestiona stresul prin canalizarea energiei emoționale în soluționarea problemelor sociale etc). Mecanismele prin care inteligența emoțională contribuie la succesul școlar sunt diverse și implică atât factori individuali, cât și interacțiuni sociale în context educațional.

La baza elaborării mecanismului au stat *fundamentele psihopedagogice privind dezvoltarea inteligenței emoționale*. Programe de dezvoltare afectivă a elevilor descoperim în lucrările psihologilor și pedagogilor, fapt care determină actualitatea acestuia.

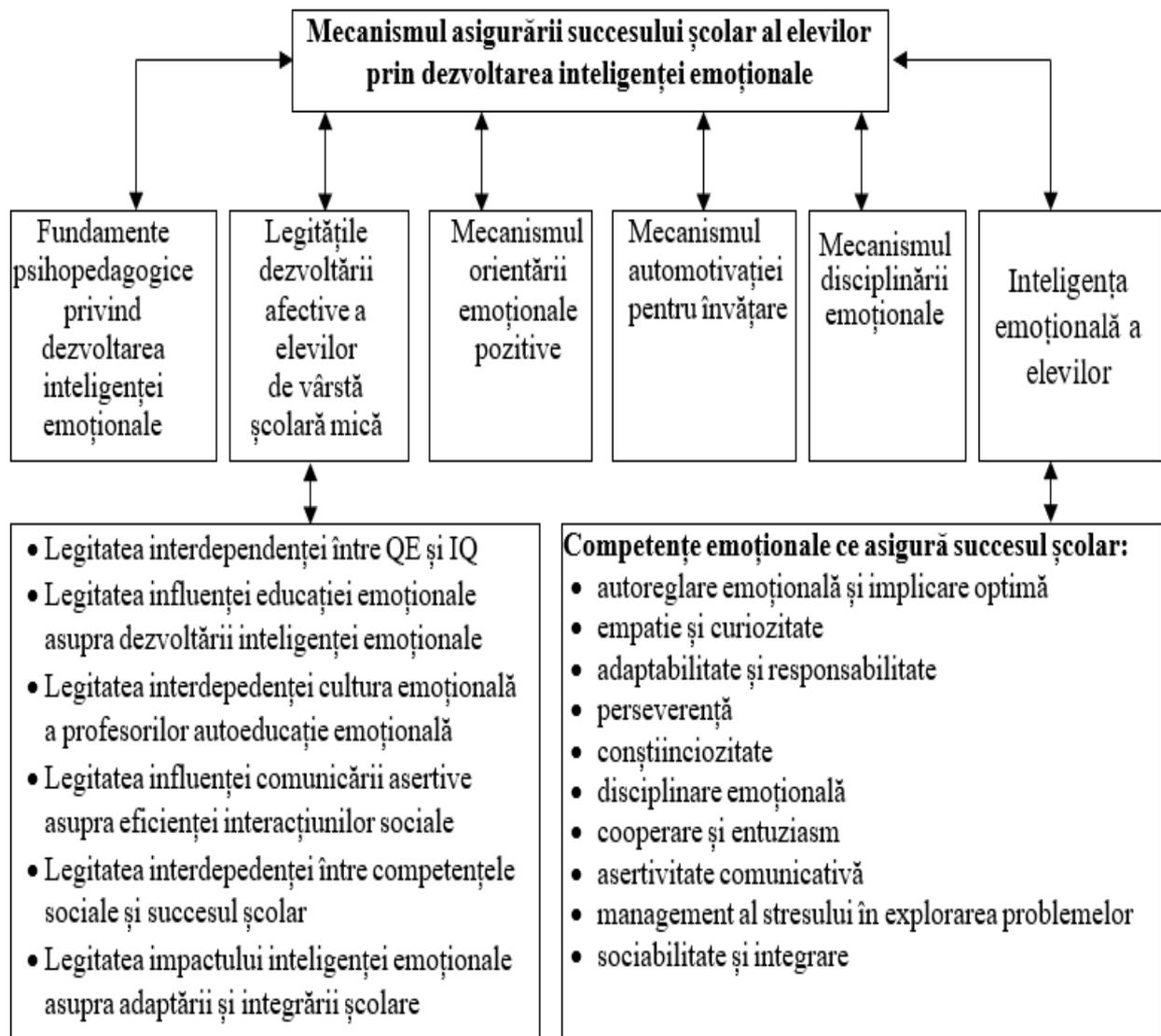


Figura 2.1. Mecanismul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar

Dezvoltarea afectivă a elevilor de vârstă școlară mică (*în general, copii cu vârsta cuprinsă între 6 și 10 ani*) este un proces complex influențat de multiple factori biologici, psihologici și sociali care se referă la formarea și evoluția emoțiilor, sentimentelor și capacităților de gestionare a acestora, și joacă un rol principal în dezvoltarea armonioasă a personalității.

Legitățile dezvoltării afective a elevilor de vârstă școlară mică evocă interdependența între competențele sociale și succesul școlar subliniind faptul că aceste două domenii sunt profund interconectate și se influențează reciproc. Dezvoltarea competențelor sociale contribuie la succesul academic prin îmbunătățirea comunicării, a colaborării și gestionării emoțiilor, în timp ce succesul școlar întărește încrederea în sine și oferă oportunități de interacțiune socială și dezvoltare personală. Prin promovarea unui mediu de învățare holistic, care să susțină atât

dezvoltarea socială, cât și cea academică, se poate asigura o creștere armonioasă și succesul pe termen lung al elevilor. Prezentăm **descrierea legităților identificate în cadrul cercetării:**

Legitatea interdependenței între dezvoltarea afectivă și dezvoltarea cognitivă (QE și IQ) vizează dezvoltarea afectivă la această vârstă este strâns legată de dezvoltarea cognitivă, emoțiile fiind influențate de modul în care copiii învață și își amintesc informațiile emoționale. De exemplu, o stare emoțională pozitivă poate îmbunătăți capacitatea de învățare și memorare.

Legitatea influenței educației emoționale asupra dezvoltării inteligenței emoționale se referă la un mediu familial și școlar cu potențial înalt educativ este stimulatив pentru dezvoltarea afectivă având următoarele caracteristici: *sigur și suportiv, tolerant și participativ* la viața copilului contribuie semnificativ la dezvoltarea afectivă sănătoasă. Mediile familiale stresante sau neglijente pot afecta negativ dezvoltarea emoțională, generând probleme de comportament și adaptare.

Legitatea interdependenței cultura emoțională a profesorilor - autoeducație emoțională vizează dezvoltarea afectivă a elevilor depinde de modelele de comportament emoțional din mediul elevilor, de nivelul culturii emoționale a familiei și a profesorilor, aceștia devenind modele de referință în constituirea prin autoeducație a identității personale a elevilor din clasele primare.

Legitatea influenței comunicării asertive asupra eficienței interacțiunilor sociale la vârsta școlară mică, copiii încep să se afirme în comunicarea interpersonală devenind tot mai asertivi, își dezvoltă empatie prin eforturi de înțelegere a emoțiilor altora. Aceasta este esențială pentru formarea relațiilor sănătoase și pentru dezvoltarea unui stil de comunicare bazat pe cultură emoțională. Elevii care comunică eficient sunt mai predispuși să participe activ la lecții, să pună întrebări și să ceară ajutor când este necesar, ceea ce duce la o mai bună înțelegere a materialului și performanțe academice îmbunătățite. Abilitățile de comunicare facilitează colaborarea în activitățile de grup, care sunt adesea parte integrantă a învățării în clasă.

Legitatea interdependenței între competențele sociale și succesul școlar se bazează pe multiple studii și teorii din domeniul educației și psihologiei dezvoltării care reflectă faptul, că dezvoltarea competențelor sociale contribuie semnificativ la succesul școlar și, reciproc, experiențele școlare influențează competențele sociale ale elevilor. *Competențele sociale* se referă la abilități precum comunicarea eficientă, cooperarea, rezolvarea conflictelor, empatia și capacitatea de a forma și menține relații interpersonale pozitive. *Succesul școlar* include nu doar performanța academică, ci și adaptarea școlară, atitudinea față de învățare, implicarea în activități școlare și relațiile pozitive cu colegii și profesorii.

Legitatea impactului inteligenței emoționale asupra adaptării și integrării școlare se referă la succesul academic care contribuie la creșterea încrederii în sine și a autoeficacității, ceea ce se reflectă în abilitățile sociale, deoarece elevii încrezători sunt mai predispuși să inițieze și să mențină relații sociale. Performanțele academice bune pot aduce recunoaștere și apreciere din partea colegilor și profesorilor, consolidând poziția socială a elevului și abilitățile sale interpersonale. Sprijinul și implicarea părinților în educația copiilor influențează atât dezvoltarea competențelor sociale, cât și succesul academic. Un mediu școlar suportiv, cu profesori atenți la nevoile emoționale și sociale ale elevilor, contribuie la dezvoltarea armonioasă a acestora. Caracteristicile individuale ale elevilor, cum ar fi nivelul de extraversiune sau anxietate, pot modula relația dintre competențele sociale și succesul școlar.

Mecanismul disciplinării emoționale este un proces complex prin care indivizii învață să își gestioneze și să își regleze emoțiile în mod eficient. Acest mecanism implică mai multe componente esențiale care se interconectează pentru a facilita dezvoltarea unei inteligențe emoționale sănătoase. Prin urmare, disciplinarea emoțională a elevilor din clasele primare este un proces complex care implică conștientizarea emoțiilor, reglarea acestora și exprimarea lor într-un mod sănătos. Prin utilizarea strategiilor educaționale adecvate, modelarea comportamentelor pozitive și crearea unui mediu suportiv, elevii pot dezvolta competențe emoționale esențiale pentru succesul lor academic și personal. Primul pas în disciplinarea emoțională este recunoașterea și identificarea emoțiilor. Aceasta implică o capacitate de introspecție care permite individului să devină conștient de propriile stări emoționale. Odată ce emoțiile sunt conștientizate, este esențial să se înțeleagă ce anume le declanșează. Aceasta ajută la dezvoltarea unei perspective asupra modului în care experiențele externe sau interne influențează stările afective. Un alt aspect important al disciplinării emoționale este dezvoltarea empatiei. Capacitatea de a înțelege și de a simți emoțiile altora contribuie la stabilirea unor relații interumane sănătoase și la gestionarea conflictelor într-un mod constructiv. mecanismul disciplinării emoționale activează o serie de procese interdependente care ajută indivizii să navigheze prin complexitatea emoțiilor lor. O disciplină emoțională bine dezvoltată contribuie la o sănătate mentală mai bună și la relații interumane mai armonioase [112].

Mecanismul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar este reprezentat de: *orientarea emoțională pozitivă, automotivație pentru învățare, disciplinare emoțională etc.*

Orientarea emoțională pozitivă a elevilor din clasele primare se referă la tendința acestora de a experimenta și manifesta emoții pozitive: bucuria, entuziasmul, mulțumirea și afecțiunea, în cadrul activităților școlare și sociale. Această orientare este esențială pentru

dezvoltarea lor generală și influențează performanțele academice și relațiile interpersonale. *Caracteristicile orientării emoționale pozitive* sunt bucuria și entuziasmul pentru învățare, interesul și curiozitatea, liniștea interioară și sociabilitatea. Elevii din clasele primare cu o orientare emoțională pozitivă manifestă un *interes autentic și curiozitate* față de materiile școlare, sunt entuziasmați să descopere lucruri noi și să participe la activitățile de învățare. Acești elevi sunt activi în clasă, răspund la întrebări, participă la discuții și sunt implicați în activități de grup.

- Elevii cu orientare emoțională pozitivă dezvoltă relații pozitive cu colegii și profesorii afirmându-se prin comportament prosocial, sunt mai predispuși să manifeste comportamente prosociale, cum ar fi ajutorul reciproc, colaborarea și manifestarea de empatie față de colegi.

- Aceștia dezvoltă *relații de prietenie sănătoase și au legături emoționale pozitive cu profesorii*, ceea ce le oferă un sentiment de securitate și sprijin în mediul școlar, demonstrând *reglare emoțională și reziliență la stres*. Elevii sunt capabili să-și gestioneze emoțiile negative, cum ar fi frustrarea sau anxietatea, și să le transforme în oportunități de învățare și dezvoltare. În fața eșecurilor sau dificultăților, acești elevi sunt rezilienți, căutând soluții și menținând o atitudine pozitivă, își pot autoregla comportamentele și reacțiile, menținându-se concentrați și motivați în activitățile școlare. Elevii cu o orientare emoțională pozitivă sunt motivați de satisfacția interioară de a învăța și de a performa bine, mai degrabă decât de recompensele externe.

Literatura de domeniu pune la dispoziție ***factori care influențează orientarea emoțională pozitivă***: *mediul familial, sprijin emoțional* (un mediu familial care oferă sprijin emoțional, încurajare și feedback pozitiv contribuie la dezvoltarea unei orientări emoționale pozitive) și *modelarea comportamentală*: Părinții care manifestă comportamente emoționale pozitive și gestionează bine stresul oferă modele de urmat pentru copii. Un climat școlar suportiv, în care profesorii sunt atenți la nevoile emoționale ale elevilor și promovează o cultură a respectului și colaborării, favorizează dezvoltarea emoțională pozitivă. *Orientarea emoțională pozitivă a elevilor din clasele primare* este crucială pentru dezvoltarea lor globală, influențând atât performanțele academice, cât și relațiile interpersonale și bunăstarea generală. Promovarea acestei orientări necesită un efort concertat din partea părinților, profesorilor și comunității școlare, prin crearea unui mediu suportiv, încurajator și bogat în oportunități de învățare și dezvoltare personală.

Mecanismul automotivației pentru învățare a elevilor din clasele primare se referă la capacitatea acestora de a se autostimula și de a-și menține interesul și entuziasmul pentru

activitățile de învățare, chiar și în absența stimulentele externe. Aceasta joacă un rol principal în succesul academic pe termen lung și este influențată de mai mulți factori. Factori determinanți ai automotivației sunt explorarea și descoperirea. Copiii din clasele primare au o curiozitate naturală și o dorință de a explora și de a descoperi lucruri noi. Această curiozitate este un motor puternic al automotivației pentru învățare. Activitățile care stimulează curiozitatea și oferă oportunități de descoperire personală sunt esențiale pentru menținerea automotivației. *Oferirea de oportunități* pentru ca elevii să facă alegeri și să ia decizii legate de învățare le sporește sentimentul de autonomie și responsabilitate, ceea ce contribuie la automotivație. *Proiectele și sarcinile care permit elevilor să exploreze interesele personale* și să își aleagă modalitățile de lucru sunt deosebit de eficiente. *Recunoașterea progreselor personale și sentimentul de realizare* sunt recompense puternice care stimulează automotivația. *Feedback-ul constructiv și pozitiv din partea profesorilor și părinților* contribuie la creșterea încrederii în sine și a motivației .

Strategii educaționale pentru promovarea automotivației se referă la crearea unui mediu de învățare sigur și suportiv, în care elevii se simt respectați și încurajați, favorizează automotivația. Utilizarea unei varietăți de metode didactice, inclusiv jocuri educative, activități practice și învățare prin descoperire, menține interesul și motivația elevilor. Ajutarea elevilor să își stabilească obiective de învățare clare, realiste și ambițioase, le oferă direcție și scop. Sprijinirea elevilor în dezvoltarea planurilor de acțiune pentru atingerea obiectivelor lor încurajează responsabilitatea și perseverența. Îndrumarea elevilor să țină jurnale de învățare în care să reflecteze asupra progreselor și provocărilor întâmpinate, le dezvoltă conștientizarea de sine și automotivația. Utilizarea evaluării formative pentru a oferi feedback continuu și pentru a ajuta elevii să își monitorizeze progresul contribuie la menținerea motivației.

Implicarea activă a părinților și profesorilor în procesul de educația emoțională, prin încurajare, sprijin și participare la activitățile școlare, stimulează automotivația. Părinții și profesorii pot modela comportamente pozitive și pot arăta entuziasm față de învățare, influențând astfel atitudinea elevilor. *Automotivația* pentru învățare la elevii din clasele primare este influențată de o combinație de factori interni și externi. Un mediu de învățare stimulat și suportiv, încurajarea autonomiei, oferirea de feedback pozitiv și recunoașterea relevanței învățării în viața de zi cu zi sunt esențiale pentru dezvoltarea și menținerea acestei motivații. Prin implementarea strategiilor educaționale adecvate și prin susținerea din partea părinților și profesorilor, automotivația elevilor poate fi îmbunătățită, contribuind la succesul lor academic și la dezvoltarea personală armonioasă.

Mecanismul disciplinării emoționale pune în funcțiune abilitățile de a recunoaște, gestiona și exprima emoțiile într-un mod sănătos, proces esențial pentru bunăstarea lor

emoțională și pentru succesul școlar. Elevii învață să recunoască și să numească propriile emoții și emoțiile altora. Utilizarea de cărți cu imagini, jocuri de rol și discuții ghidate pentru a ajuta elevii să identifice emoțiile. Elevii învață să înțeleagă factorii și situațiile care declanșează anumite emoții. Discuții despre diverse scenarii și reflectarea asupra experiențelor personale. Utilizarea de strategii pentru a gestiona emoțiile intense, cum ar fi respirația profundă, tehnici de relaxare sau activități creative.

Exercițiile practicate se referă la tehnicile de respirație, mindfulness și desenul pentru exprimarea emoțiilor. Capacitatea de a schimba reacțiile emoționale negative într-un mod constructiv. Încurajarea utilizării afirmațiilor pozitive și a gândirii raționale în fața situațiilor provocatoare. Exprimarea emoțiilor într-un mod sănătos și asertiv, fără agresivitate sau pasivitate.

Strategii și metode de disciplinare emoțională vizează educația emoțională prin intermediul programelor de învățare socio-emoțională (SEL). Programele structurate care învață copiii despre emoții, relații și comportamente sociale. Adulții (părinți, profesori) trebuie să modeleze comportamente emoționale sănătoase, arătând cum să gestioneze stresul și cum să reacționeze calm în situații provocatoare. Profesorii își arată gestionarea calmă a conflictelor și își exprimă deschis emoțiile într-un mod sănătos [113]. Asigurarea unui mediu în care copiii se simt în siguranță să-și exprime emoțiile și să învețe din greșeli. Oferirea de feedback pozitiv și încurajare pentru comportamentele emoționale sănătoase. *Beneficiile disciplinării emoționale* ale elevilor care își pot gestiona emoțiile comunică mai eficient cu colegii și profesorii. Aceștia sunt capabili să-și exprime nevoile și sentimentele fără conflicte. O mai bună înțelegere a emoțiilor proprii și ale celorlalți duce la relații mai armonioase. Elevii arată mai multă empatie și sprijin reciproc în activitățile de grup, *își pot gestiona stresul și emoțiile negative*, sunt mai concentrați și motivați în activitățile academice, reușesc să se redreseze după un eșec și să continue să lucreze pentru atingerea obiectivelor lor.

Inteligența emoțională a elevilor se reflectă în calitatea celor mai relevante *competențe emoționale ce asigură succesul școlar*: autoreglare emoțională și implicare optimă, empatie și curiozitate, adaptabilitate și responsabilitate, perseverență, conștiinciozitate, disciplinare emoțională, cooperare și entuziasm, asertivitate comunicativă, management al stresului în explorarea problemelor, sociabilitate și integrare școlară pozitivă. Mecanismele implică explorarea activă a unor tehnici generatoare de competențe emoționale al elevului de vârstă școlară mică: cunoașterea de sine, calitățile personale, identificarea fricilor și a dorințelor profunde, descrierea propriilor emoții, analiza propriilor emoții, descoperirea nevoilor emoționale neîmplinite. Acestea ajută elevii să-și asume exprimarea adecvată a emoțiilor și a

sentimentelor, afirmarea empatiei în comunicarea cu colegii săi, prin încercarea de a-i înțelege, a le accepta sentimentele, fără a le critica, judeca, controla sau eticheta. Cu alte cuvinte, emoția depinde de modul în care o persoană evaluează și analizează o situație. Prin emoții judecăm lumea ca fiind plăcută sau neplăcută, ca fiind bună sau rea, deci după un sistem de valori. A iubi sau a urî, a fi temător, a fi trist, a fi rușinat, a fi mânios, a fi optimist etc. sunt judecăți emoționale asupra unor situații. Este de reținut că emoțiile nu pot fi tratate doar la nivel biologic, psihofiziologic. Ele se definesc după dimensiuni specific umane, sociale, culturale și din această perspectivă ele nu se opun rațiunii [102].

2.1.1. Cultura emoțională a profesorilor - premisă în dezvoltarea afectivă a elevilor

se referă la normele, valorile și practicile legate de gestionarea și exprimarea emoțiilor în mediul educațional. Aceasta joacă un rol principal în dezvoltarea afectivă a elevilor, influențând modul în care aceștia învață să-și recunoască, să-și gestioneze și să-și exprime emoțiile. Cultura emoțională a profesorilor este un factor esențial în dezvoltarea afectivă a elevilor. Prin crearea unui mediu de învățare suportiv, modelarea comportamentelor emoționale pozitive și promovarea inteligenței emoționale, profesorii pot contribui semnificativ la bunăstarea emoțională și succesul școlar al elevilor. Investiția în dezvoltarea competențelor emoționale ale profesorilor nu doar că îmbunătățește climatul școlar, dar și sprijină creșterea și dezvoltarea sănătoasă a elevilor.

Profesorii conștienți de propriile emoții pot gestiona mai bine stresul și conflictele. Capacitatea de a reflecta asupra propriilor reacții emoționale și de a învăța din experiențe. Utilizarea de tehnici de relaxare și gestionare a stresului pentru a menține un mediu de învățare pozitiv. Menținerea calmului și a profesionalismului în fața provocărilor din clasă. Capacitatea de a înțelege și a răspunde emoțiilor elevilor. Abilități de a recunoaște, înțelege și gestiona emoțiile proprii și ale altora. Cultura emoțională a profesorului constituie o formațiune dinamică a personalității, reflectată în unitatea dimensiunilor intrapersonală și comunicativ-relațională, reprezentate într-un sistem de variabile afective care sunt elaborate/adoptate de profesori pentru maximizarea eficienței socio-profesionale; se exprimă prin competențe emoționale care se integrează într-un stil charismatic de comunicare pedagogică, catalizator de confort profesional și valori emoționale.

Impactul culturii emoționale a profesorilor asupra dezvoltării afective a elevilor

Elevii se simt în siguranță să-și exprime emoțiile și să participe activ la lecții. Profesorii empatici construiesc relații de încredere cu elevii, ceea ce promovează o atmosferă de colaborare și respect. Profesorii care își gestionează eficient emoțiile oferă un model pozitiv pentru elevi. Utilizarea unei comunicări asertive și constructive în interacțiunile cu elevii. Integrearea lecțiilor

despre recunoașterea și gestionarea emoțiilor în curriculum. Utilizarea jocurilor de rol, discuțiilor ghidate și altor activități pentru dezvoltarea competențelor emoționale.

Strategiile recomandate pentru dezvoltarea culturii emoționale a profesorilor:

- participarea la cursuri de formare în inteligența emoțională și gestionarea emoțiilor.
- workshop-uri pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sesiunile de coaching pentru sprijin personalizat;
- reflecția personală prin jurnale de reflecție pentru a analiza experiențele emoționale și a identifica modalități de îmbunătățire;
- *oferirea de feedback constructiv* între colegi pentru dezvoltarea competențelor emoționale;
- *promovarea unei culturi organizaționale* care valorizează și sprijină dezvoltarea emoțională a tuturor membrilor comunității școlare.

Cultura emoțională, în viziunea mai multor cercetători, este percepută ca:

(a) fiind constituită din competențe ce asigură gestionarea energiei emoționale (Sunil Kumar (2003), Lord, Klimiski și Kanfer [74, p. 34-38];

(b) important factor organizațional (Ferres și Connell, 2004);

(c) performanță managerială (management performance) (Slaski și Cartwright, 2002) [127, p. 63-68.];

(d) sistemul capacităților emoționale de conducere – leader-shipul (Ashkanasy N. M. (2002) [4, p. 11-20];

(e) factor ce asigură perceperea și stăpânirea stresului la locul de muncă – *perceiving occupational stress* (Nickolaou I. și Tsousis D.) [96] și Oginska-Bulik [98];

(f) determinantă a satisfacției vieții – *life satisfaction* (Palmer M., Donaldson A. și Stough E.) [100]. Cultura emoțională constituie o entitate complexă, integrată organic în structura personalității, determinată socioprofesional, care pune în evidență comportamente socialmente învățate, exprimate în competențe emoționale.

Beneficiile culturii emoționale a profesorilor se referă la îmbunătățirea climatului școlar; reducerea conflictelor, gestionarea emoțiilor, rezistența la eșecuri etc.

2.1.2. Parteneriatului școală – familie

Parteneriatul educațional poate fi considerat de succes, adică funcțional, dacă va corespunde următoarelor *criteriilor* [119]. O altă condiție de realizare a parteneriatului de succes este *comunicarea bazată pe cultură emoțională* [130].

Parteneriatul școală – familie stimulează efectiv și principial educația emoțională a elevilor din clasele primare. Prin colaborarea strânsă între profesori și părinți, copiii pot dezvolta

competențe emoționale esențiale pentru bunăstarea lor generală și pentru succesul academic. Crearea unui mediu suportiv și a unor canale de comunicare deschise contribuie semnificativ la dezvoltarea unei comunicări bazate pe cultura emoțională în școală și acasă.

Strategiile și metode de disciplinare emoțională vizează educația emoțională prin intermediul programelor de învățare socio-emoțională (SEL). Programele structurate care învață copiii despre emoții, relații și comportamente sociale. Adulții (părinți, profesori) trebuie să modeleze comportamente emoționale sănătoase, arătând cum să gestioneze stresul și cum să reacționeze calm în situații provocatoare. Profesorii își arată gestionarea calmă a conflictelor și își exprimă deschis emoțiile într-un mod sănătos. Asigurarea unui mediu în care copiii se simt în siguranță să-și exprime emoțiile și să învețe din greșeli. Oferirea de feedback pozitiv și încurajare pentru comportamentele emoționale sănătoase. Cercetătorii au investigat dimensiunile inteligenței emoționale folosindu-se de concepte adiacente cum ar fi aptitudinile sociale, competența interpersonală, maturitatea psihologică și conștienta emoțională. Au fost cercetate concepte precum „dezvoltare socială”, „învățare socială și emoțională” și „inteligentă personală”, toate având ca scop „creșterea nivelului competenței sociale și emoționale”. Autorii acestor cercetări au dezvăluit astfel legăturile interdependente între inteligența emoțională și celelalte fenomene - conducere, performanța de grup, performanța individuală, schimbări sociale interpersonale, adaptare la schimbările în condițiile valorificării parteneriatului.

Una dintre condițiile parteneriatului de succes este respectarea *etapelor de realizare a unui parteneriat educațional*, și anume:

- stabilirea obiectivelor de urmărit prin intermediul parteneriatului;
- identificarea intereselor școlii din perspectiva rezultatelor vizate,
- vizitarea și identificarea instituțiilor/organizațiilor/persoanelor care pot fi atrase către școală (potențiali parteneri),
- identificarea intereselor potențialului partener pentru care ar putea fi co-interesat,
- stabilirea strategiei de comunicare cu accent pe promovarea beneficiilor (potențiali parteneri),
- comunicarea, negocierea pentru stabilirea rolurilor și a contribuției fiecărei părți,
- identificarea potențialelor riscuri, dar și formularea de măsuri ameliorative,
- încheierea parteneriatului bi sau multi-partit concretizat într-un acord/protocol de parteneriat formalizat în scris dacă vizează o succesiune de activități sau verbal, dacă este de scurtă durată,
- evaluarea periodică împreună cu partenerul/partenerii a progresului parteneriatului și calitatea rezultatelor/efectelor acestuia [111].

Parteneriatul educațional poate fi considerat de succes, adică funcțional, dacă va corespunde următoarelor criterii: au fost identificate interese comune ale tuturor partenerilor,

parteneriatul se bazează pe încredere, implicare necondiționată și permanentă, conform regulilor și a responsabilitățile asumate, comunicarea deschisă și permanentă între parteneri, derularea transparentă a activităților vizate, asumarea deciziilor parteneriatului prin consens [78].

Prin urmare, disciplinarea emoțională a elevilor din clasele primare este un proces complex care implică conștientizarea emoțiilor, reglarea acestora și exprimarea lor într-un mod sănătos. Prin utilizarea strategiilor educaționale adecvate, modelarea comportamentelor pozitive și crearea unui mediu suportiv, elevii pot dezvolta competențe emoționale esențiale pentru succesul lor academic și personal.

2.2. Proiectul cercetării experimentale a condițiilor de debut în dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar

Orientarea demersului investigațional spre cercetarea experimentală a inteligenței emoționale a elevilor din clasele primare este stimulată de tendințele actuale de reconsiderare permanentă a finalităților educației pentru dezvoltare emoțională din perspectiva asigurării sănătății mintale, prin inițiativele la nivel european de instituționalizare a educației în spiritul promovării culturii emoționale în învățământul primar și de interesul sporit pentru abordarea unor teme specifice problematicii educației pentru dezvoltare emoțională, manifestat, în diverse ocazii, de cadrele didactice sau de alți actori ai sistemului educațional față de dezvoltarea conținuturilor și a finalităților educației pentru dezvoltarea emoțională la orice treaptă a sistemului de învățământ. În aceste condiții, semnificativ pentru adaptarea personalității elevilor, devine *investigarea și promovarea educației bazate pe inteligență emoțională*, deoarece se constată, faptul că, în mileniul III, cetățenii societății contemporane au nevoie tot mai mult de competențe socio-emoționale necesare în vederea adaptării la noile schimbări de ordin socio-economic și cultural.

Experimentul pedagogic la etapa de constatare a pornit de la analiza problemei cercetării ce vizează caracterul insuficient de clarificat al particularităților dezvoltării afective a personalității elevilor de vârstă școlară mică și necesitatea stabilirii unor repere metodologice vizând educația pentru dezvoltare emoțională în perspectiva dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar.

Scopul experimentului pedagogic la etapa de constatare a vizat stabilirea nivelului inteligenței emoționale la elevii din clasele primare și a gradului de pregătire a profesorilor din învățământul primar pentru EDE.

În acest scop au fost proiectate și realizate următoarele *obiective*:

- identificarea variabilelor cercetării experimentale a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar;
- selectarea, adaptarea și elaborarea instrumentelor de cercetare;
- determinarea eșantionului cercetării experimentale de elevi și profesori din învățământul primar;
- formularea variabilelor cercetării experimentale a gradului de pregătire a profesorilor din învățământul primar pentru EDE;
- stabilirea nivelurilor de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar;
- estimarea gradului de pregătire a profesorilor din învățământul primar pentru EDE;
- formularea unor concluzii intermediare despre problemele cu care se confruntă profesorii în procesul dezvoltării inteligenței emoționale la elevii de vârstă școlară mică.

În *experimentul pedagogic* au fost antrenați 324 elevi din clasele primare din România (Tab. 2.1).

Tabelul 2.1. Eșantionul cercetării experimentale

Categoriile grupurilor experimentale	Nr. și categorii de subiecți	Etapele cercetării aplicate			Eșantion total
		constatare	formare	validare	
Grupuri experimentale (GE)	Profesori din învățământul primar (32) Elevi din învățământul primar (166) din Liceul Tehnologic Sfântul Mucenic Sava, Berca Școala Gimnazială G. Emil Palade Buzău, Liceul Tehnologic Vernești Buzău	constatare 2021-2022	formare 2022- 2023	validare 2023 - 2024	324 elevi 61 profesori
Grupuri de control (GC)	Profesori din învățământul primar (29) Elevi din învățământul primar (158) Școala Gimnazială nr 11 Buzău și din Școala Gimnazială G. Emil Palade Buzău, Liceul Tehnologic Vernești Buzău	constatare 2021-2022	-	validare 2023 - 2024	TOTAL 385 subiecți

Cercetarea experimentală, realizată pe parcursul anilor 2021-2024, s-a sprijinit pe analiza cunoștințelor teoretice și a experiențelor metodologice practice referitoare la dezvoltarea inteligenței emoționale și educația pentru dezvoltare emoțională.

Realizarea cercetării pedagogice experimentale presupune valorificarea experienței socio-profesionale a profesorilor, a managerilor școlari, reprezentanți ai comunității pedagogice, implicați în perfecționarea activităților de educație emoțională, pot fi concepute și organizate

Din perspectivă istorică și axiomatică cercetarea pedagogică a inteligenței emoționale a elevilor devine obiect de studiu specific al teoriei generale a educației.

Dezvoltarea IE la vârsta școlară mică este strâns legată de abilitățile sociale, cum ar fi lucrul în echipă, rezolvarea conflictelor și comunicarea eficientă. Copiii încep să înțeleagă importanța colaborării și a respectării celorlalți, ceea ce contribuie la dezvoltarea unei atmosfere de învățare pozitivă. Abilitatea de a genera emoții poate facilita gândirea, în sensul că anticiparea modului în care s-ar putea simți un individ în anumite situații poate să-l ajute în luarea deciziilor. Orientarea comportamentului său într-o direcție sau alta. Pe de altă parte, starea emoțională a unei persoane determină un anumit fel de a priv. lucrurile. Astfel, o dispoziție emoțională pozitivă conduce la o gândire optimistă, pe când dispoziția negativă generează pesimism. Profesorii și părinții vor ajuta copiii să conștientizeze acest lucru, pentru a reuși să-și schimbe starea afectivă, viziunea asupra situației tensionante și modul de a acționa și de a reacționa.

Ipoteza cercetării experimentale vizează prezumția că, succesul școlar în învățământul primar depinde explicit de dezvoltarea competențelor emoționale, fapt care orientează investigația spre estimarea nivelurilor de inteligență emoțională a elevilor și diagnosticarea gradului de formare a profesorilor din învățământul primar pentru proiectarea și realizarea educației pentru dezvoltare emoțională. Evaluarea inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar este un domeniu complex care necesită utilizarea unor metode adaptate vârstei. Autorii de referință în domeniul cercetării au contribuit semnificativ la dezvoltarea metodologiilor care permit o evaluare comprehensivă și precisă a competențelor emoționale ale copiilor. Metodele de cercetare propuse în psihologie includ preponderent teste specifice, în domeniul pedagogiei, metodologia cercetării include chestionare, scale de autoevaluare, observații directe, interviuri etc. Acestea oferă perspective unice asupra nivelului dezvoltării competențelor emoționale ale copiilor și contribuie la înțelegerea și dezvoltarea acestora într-un mod holistic necesar pentru elaborarea și aplicarea unor programe de educație emoțională. Integrarea unor programe și activități specifice de dezvoltare a competențelor socio-emoționale în cadrul curriculumului este o condiție favorabilă pentru debutul IE în școala primară.

Metodologia cercetării experimentale a fost elaborată pentru a fi aplicată cadrelor didactice din învățământul primar (test) și elevilor de vârstă școlară mică (test).

Tabelul 2.2. Metodologia cercetării pedagogice experimentale

Grupurile experimentale	Nr. și categorii de subiecți	Metodele cercetării experimentale	
		constatare	validare
Grupuri experimental (GE)	Profesori din învățământul primar (32)	(a) Test de autoevaluare a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar, varianta 1;	(a) Test de autoevaluare a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar, varianta 2.
	Elevi din învățământul primar (166)	(b) Test de evaluare a valorilor inteligenței emoționale (elevii din învățământul primar) (Adaptat după D. Goleman); (c) observația și conversația.	(b) Fișa de evaluare a valorilor inteligenței emoționale (elevii din învățământul primar); (c) observația și conversația.
Grupuri de control (GC)	Profesori din învățământul primar (29)	(a) Test de autoevaluare a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar, varianta 1;	(a) Test de autoevaluare a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar, varianta 2.
	Elevi din învățământul primar (158)	(b) Test de evaluare a valorilor inteligenței emoționale (elevii din învățământul primar), varianta 1; (c) observația și conversația.	(b) Fișa de evaluare a valorilor inteligenței emoționale (elevii din învățământul primar); (c) observația și conversația.

Cercetările actuale la tema dezvoltării inteligenței emoționale se referă la: specificul dezvoltării inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar, dimensiunile inteligenței emoționale care asigură succesul elevilor de vârstă școlară mică la debutul școlar în clasele primare, proiectarea educației pentru dezvoltare emoțională pe vârste școlare, asigurarea coerenței acțiunilor pedagogice în educația formală/nonformală/informală în plan național, pregătirea cadrelor didactice privind educația pentru dezvoltare emoțională, standardele ocupaționale pentru profesiunea de cadru didactic, implicarea familiei și a comunității în educația pentru dezvoltare emoțională etc. În opinia lui Goleman oamenii își poate ridica gradul de inteligență emoțională prin educație și exerciții, dar unele componente ale inteligenței

emoționale sunt tratate ca însușiri de personalitate și deci nu s-ar putea modifica pe parcursul vieții individului.

Ridicarea nivelului inteligenței emoționale presupune parcurgerea mai multor etape. În prima fază este necesară *identificarea propriilor emoții*, unde este recomandabilă folosirea listei de cuvinte care desemnează sentimente (listă întocmită de Hein); apoi urmează *faza de asumare a responsabilității* pentru emoțiile identificate, lucru care este dificil.

Etaplele următoare sunt din ce în ce mai grele, presupunând *învățarea compasiunii și empatiei* și încercarea de a le aplica în practică zi de zi. Ca elemente ajutătoare, autorul recomandă citirea cât mai multor lucrări despre emoții („în primul rând cele scrise de el”), găsirea unui loc sigur (de exemplu, un jurnal personal) pentru exprimarea adevăratelor sentimente, lecturarea a numeroase cărți și vizionarea filmelor de factură emoțională, etichetarea sentimentelor, trăirea („simțirea”) propriilor sentimente, evitarea oamenilor care te desconsideră, te socotesc neînsemnat [102]. În experimentul pedagogic s-a ținut cont de aceste etape în derularea etapelor aferente.

Profesorii din învățământul primar au fost antrenati în experimentul pedagogic deoarece din punct de vedere praxiologic se aduc dovezi științifice privind responsabilitatea educatorului contemporan de a-și spori permanent nivelul de cultură pedagogică și nivelul de cultură emoțională, adică profesionalismul pedagogic pentru a acționa constructivist și pentru a realiza proiecte de educație pentru dezvoltare emoțională și a planifica strategii de acțiune educativă conform modelului educației bazate pe inteligența emoțională.

Debutul dezvoltării inteligenței emoționale în rândul elevilor din învățământul primar este influențat de o serie de factori interni și externi, printre care mediul familial, sprijinul profesorilor, activitățile de grup și suportul emoțional. Prin crearea unui mediu educațional care promovează exprimarea și gestionarea emoțiilor, copiii pot dobândi competențe emoționale esențiale pentru dezvoltarea lor personală și pentru relațiile cu ceilalți. Cultivarea IE încă de la o vârstă fragedă este esențială pentru formarea unor adulți echilibrați emoțional și capabili să facă față provocărilor sociale.

Descrierea metodelor de investigație și a variabilelor cercetării experimentale

În contextul cercetării pedagogice, pentru necesitățile experimentului pedagogic, au fost stabilite cele mai relevante valori ale inteligenței emoționale care asigură succesul școlar al elevilor din învățământul primar, în termeni de variabile ale cercetării, examinate în baza celor două planuri (intra- și interpersonal a inteligenței emoționale). Testul de evaluare a valorilor inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar a fost adaptat după D. Goleman (2008) (Tab. 2.3).

Tabelul 2.3. Variabilele cercetării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar

Variabile	Întrebări
Plan intrapersonal	
Autoreglare emoțională și implicare optimă	1. Imaginează-ți că te afli la lecție și dintr-o dată pământul începe să se cutremure foarte puternic, cu un zgomot înspăimântător. Ce faci?
Empatie și curiozitate	2. Ești în curtea școlii în timpul pauzei. Unul dintre colegii tăi nu este acceptat în jocul celorlalți și s-a indignat. Ce faci?
Adaptabilitate și creativitate	3. Imaginează-ți că te afli la mijlocul ultimului semestru și speri să obții un premiu, dar ai descoperit că nu ai nota dorită la o materie, ci una mai mică decât cea la care te așteptai. Ce faci?
Responsabilitate și perseverență	4. Consideri că în lipsa profesorului ești elevul responsabil cu disciplina în clasă. În urma unor acte de indisciplină zece elevi au fost deja avertizați cu scăderea notei la purtare și ești descurajat din cauza acestei situații. Ce faci?
Conștiinciozitate în respectarea regulilor sociale	5. Imaginează-ți că-ți place foarte mult desenul. Începi să te pregătești pentru a desena în timpul tău liber. Cum faci?
Plan interpersonal	
Disciplină emoțională și intuiție	6. Te afli în recreația mare și încerci să calmezi un coleg de clasă înfuriat pe alt coleg care i-a pus piedică pe hol, riscând astfel să-i fractureze brațul. Ce faci?
Cooperare și entuziasm	7. Tu și prietenul tău cel mai bun vă certați și aproape că ați ajuns să vă luați la bătaie. Care este cel mai bun lucru de făcut?
Asertivitate comunicativă și autoevaluare obiectivă	8. La sfârșit de an școlar se organizează o serbare. Închipuie-ți că tu ești conducătorul unui grup de elevi și vrei să compui o scenă hazlie. Cum faci ?
Sociabilitate și integrare	9. Ești anunțat că de mâine o să aveți un nou coleg. Încerci să găsești adresa lui și să-l cunoști în prealabil. Ce faci?
Managementul stresului în explorarea problemelor	10. Imaginează-ți că ai un frate de 3 ani care întotdeauna a fost foarte timid și puțin înfricoșat de locuri noi și oamenii străini. Ce atitudine ai față de el dacă i s-a întâmplat ceva grav?

Comunicarea pedagogică în procesul educațional din învățământul primar este contextul dezirabil și cheia soluționării și prevenirii multitudinii de probleme ale învățării și dezvoltării sociale a elevilor. Din perspectiva resurselor pedagogice necesare valorificării modelului educației bazată pe inteligență emoțională în învățământul primar avansăm ideea necesității examinării pertinente a „*curriculumului pentru educație emoțională*” din perspectiva contribuției sale la „*formarea – dezvoltarea competențelor emoționale necesare elevilor pentru adaptarea optimă la mediul școlar și extrașcolar*”. Întrebările testului (10) au fost concepute astfel ca să corespundă variabilelor cercetării inteligenței emoționale ale elevilor. Tehnica de calcul a nivelurilor (maxim, mediu și insuficient) este descrisă în Tab. 2.4.

Tabelul 2.4. Mecanismul determinării nivelurilor culturii emoționale a învățătorilor

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
a.	20 p	0	20 p	0	0	0	20 p	0	0	0
b.	20 p	20 p	0	0	0	20 p	0	20 p	20 p	20 p
c.	20 p	0	0	20 p	20 p	10 p	0	0	0	0

La etapa de diagnosticare pedagogică ne proiectăm să obținem concluzii cu privire la:

- (a) nivelurile de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar;
- (b) gradul de pregătire a profesorilor din învățământul primar pentru EDE;
- (c) vulnerabilitățile emoționale ale elevilor din clasele primare și

(d) problemele reale ale profesorilor în proiectarea și realizarea educației pentru dezvoltare emoțională în perspectiva sporirii nivelului de inteligență emoțională și pentru eliminarea obstacolelor adaptării eficiente în mediul școlar din învățământul primar.

Afirmarea *Modelului educației bazată pe inteligența emoțională* în sistemul de educație din România, și, în special, în Republica Moldova constituie o dovadă a valorificării paradigmei inteligenței emoționale, dezvoltate la nivelul raporturilor pluridisciplinare dintre pedagogie - psihologie - sociologie.

Pregătirea profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională este realizată la nivelul formării profesionale pe direcția EDE prin disciplina Dezvoltare personală și prin integrarea unor obiective specifice EDE în procesul de învățământ la toate disciplinele școlare, acțiune pedagogică ce amplifică și stimulează dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor la toate treptele sistemului de învățământ.

Calitatea demersului educațional de cercetare și evaluare a inteligenței emoționale la elevi explică: importanța temei abordate; a *obiectivelor de referință* EDE, exprimate în termeni pedagogici (*competențe*) și *unitățile de conținut* care stimulează autoeducația emoțională la nivel *practic* (strategii de dezvoltare emoțională pentru soluționarea problemelor individuale ale elevilor în context reflexiv, flexibil, imaginativ, creativ / inventiv, inovator); metode de (auto) educație, confirmate la nivel de învățare/autoînvățare prin autoeducație și autocunoaștere; strategii specifice de evaluare a valorilor inteligenței emoționale [108]. Metodologia cercetării pedagogice a problematicii dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor răspunde solicitării de angajare conștientă în stimularea performanței școlare certificând conștientizarea exigențelor privind formarea profesională în acest sens a cadrelor didactice din învățământul primar.

Specificul și nivelurile dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar

Interesul pentru investigarea particularităților de exprimare a inteligenței emoționale a elevilor din clasele primare a fost impulsionat de ideea că, stabilitatea/instabilitatea emoțională se învață problemele emoționale și psihologice sunt contagioase, iar expresivitatea emoțională a adulților (profesorilor și a părinților) devine model de conduită emoțională pentru copii, în ceea ce privește gestionarea fluxurilor emoțiilor și disciplinarea emoțională.

Se observă că copiii care sunt educați de părinți care încurajează discuțiile despre experiențele emoționale au o tendință mai mare de a-și exprima propriile emoții și de a înțelege mai bine emoțiile altora. În contrast, copiii crescuți de părinți care cred că emoțiile, în special cele negative, nu ar trebui discutate deschis pot dezvolta convingerea că exprimarea emoțiilor nu este adecvată, ceea ce le afectează abilitățile de reglare emoțională.

Acestea și alte situații pedagogice ne-au motivat pentru aplicarea testului și examinarea atentă a rezultatelor cercetării experimentale a inteligenței emoționale a elevilor.

Materialele experimentale de la etapa de constatare, descrise în continuare, vor permite formularea unor concluzii privind nivelurile inteligenței emoționale și specificul exprimării emoțiilor la vârsta școlară mică.

Tabelul 2.5. Nivelurile de dezvoltare în plan intrapersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul experimental

Variabile	minim		mediu		înalt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Autoreglare emoțională și implicare optimă	42	50,60%	34	40,96%	7	8,43%	83	100,00%
Empatie și curiozitate	50	60,24%	25	30,12%	8	9,64%	83	100,00%
Adaptabilitate și creativitate	48	57,83%	22	26,51%	13	15,66%	83	100,00%
Responsabilitate și perseverență	41	49,40%	26	31,33%	16	19,28%	83	100,00%
Conștiinciozitate în respectarea regulilor sociale	44	53,01%	24	28,92%	15	18,07%	83	100,00%

În general, este cunoscut faptul, că problemele afective de natură intrapersonală se reflectă în cadrul comunicării interpersonale și din aceste rațiuni planul intrapersonal este deosebit de relevant pentru învățarea socială. Albert Bandura (1986, 1997) a cercetat modul în

care copiii își interiorizează diferite comportamente prin observarea comportamentului adulților și a semenilor care manifestă comportamente acceptate social și a apreciat importanța autoeficacității personale în realizarea cu succes a unor sarcini școlare sau în găsirea unor soluții în situații școlare dificile.

Analiza rezultatelor experimentale au condus la formularea următoarelor concluzii constatative privind dificultățile emoționale de natură internă a elevilor din clasele primare:

- predomină valori care arată nivelul minim și nivelul mediu de formare a valorilor: autoreglare emoțională și implicare optimă (minim - 50,60%, mediu - 40,96%) și doar 8,43% nivel înalt de dezvoltare;

- cele mai discutabile valori ale inteligenței emoționale ale elevilor în plan intrapersonal care provoacă îngrijorare este empatia și curiozitatea, estimate cu (nivel minim - 60,24%, nivel mediu - 30,12% și nivel înalt au demonstrat - 9,64% dintre subiecții testați);

- nivel înalt de dezvoltare a adaptabilității sociale și a creativității au înregistrat 15,66 %; gradul de exprimare a responsabilității și a perseverenței - 19,28%;

- date experimentale demne de a fi luate în discuție sunt reprezentate în tabelul 2.5. la variabila *conștiințiozitate în respectarea regulilor sociale*: 53,01% - nivel minim, 28,92% - nivel mediu și doar 18,07% - nivel înalt de dezvoltare.

Tabelul 2.6. Nivelurile de dezvoltare în plan interpersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul experimental

Variabile	minim		mediu		înalt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Disciplină emoțională și intuiție	40	48,19%	32	38,55%	11	13,25%	83	100,00%
Cooperare și entuziasm	43	51,81%	26	31,33%	14	16,87%	83	100,00%
Asertivitate comunicativă și autoevaluare obiectivă	49	59,04%	20	24,10%	14	16,87%	83	100,00%
Sociabilitate și integrare	47	56,63%	24	28,92%	12	14,46%	83	100,00%
Managementul stresului în explorarea problemelor	51	61,45%	24	28,92%	8	9,64%	83	100,00%

Evaluarea nivelurilor de dezvoltare în plan interpersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul experimental a căpătat relevanță în contextul cercetărilor realizate în domeniul psihologiei dezvoltării și a științelor educației, care au relevat faptul, că dezvoltarea afectivității este influențată de calitatea interacțiunilor pe care elevii le stabilesc cu adulții și cu semenii.

Conjugarea celor mai importanți factori de socializare a școlarii mici produce dezvoltarea competențelor socio-emoționale. Acestea din urmă creează premise pentru valorificarea oportunităților sociale cât mai variate pentru elevii din clasele primare.

Analiza datelor experimentale a nivelurilor de dezvoltare în plan interpersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul experimental au permis formularea unor concluzii privind probleme de disciplinare emoțională și de exercitare a intuiției, descoperite în cazul celor 48,19% dintre subiecții testați care au demonstrat nivel minim de dezvoltare și 38,55% de elevi care au arătat nivel mediu. La variabila *cooperare și entuziasm* - 16,87% dintre subiecții evaluați au acumulat punctaj pentru nivelul înalt de inteligență emoțională. Nivel mediu de asertivitate comunicativă și autoevaluare obiectivă au demonstrat - 24,10% dintre subiecții evaluați și 56,63% au exprimat nivel scăzut al sociabilității și a integrării școlare. Managementul stresului în explorarea problemelor constituie o competență dezirabilă pentru elevii din învățământul primar deoarece aceștia învață abordarea independentă a problemelor vieții școlare. Regretabil, însă 61,45% dintre subiecții testați s-au afirmat prin nivel minim, 28,92% - nivel mediu și 9,64% s-au afirmat cu nivel înalt dezvoltare.

Datele experimentale din figura 2.2 prezintă comparat planurile intra- și interpersonal ale inteligenței emoționale elucidate în termeni de valori ale inteligenței emoționale.

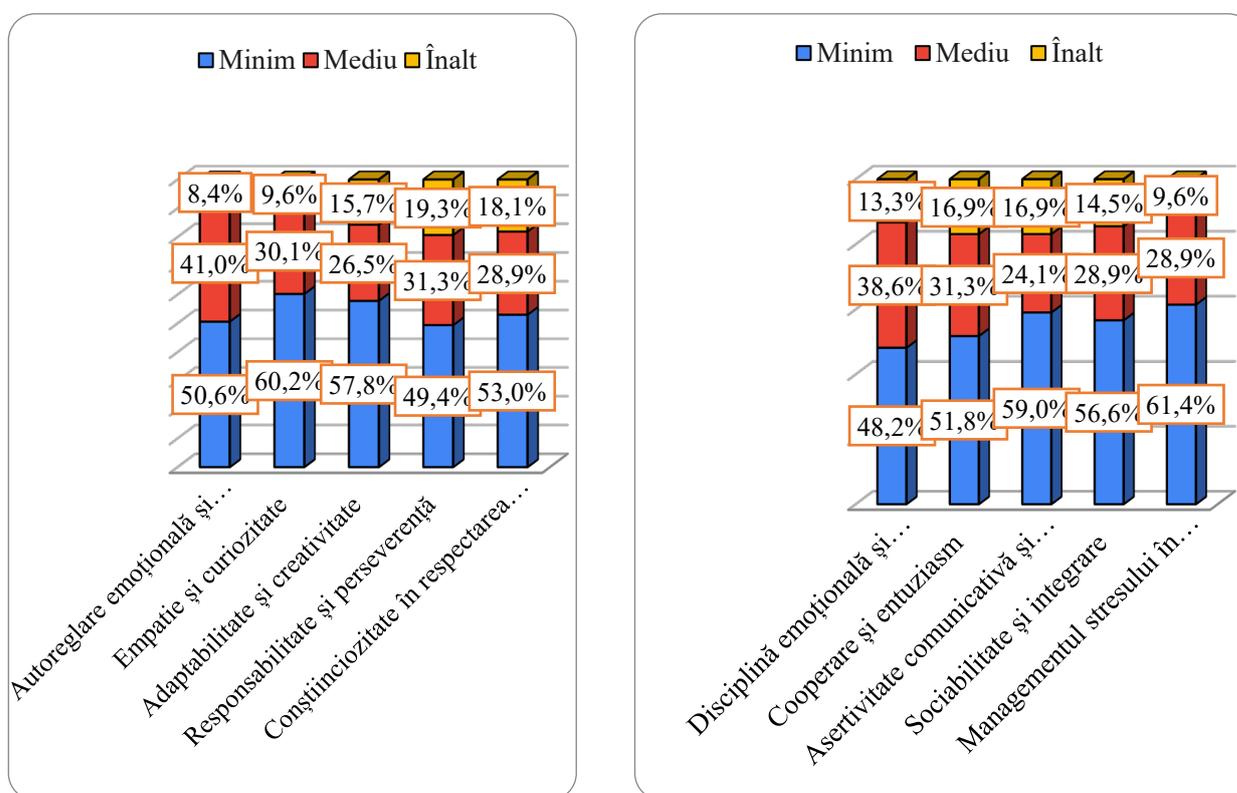


Figura 2.2. Abordare comparată a rezultatelor cercetării experimentale în plan intra- și interpersonal (grupul experimental)

Concluzia ce se desprinde din analiza figurii 2.2 este că elevii din clasele primare au probleme de comunicare a emoțiilor cu profesorii, părinții și colegii, fapt decodificat din valorile experimentale la planul interpersonal al inteligenței emoționale, care se evidențiază preponderent prin nivel minim și nivel mediu de dezvoltare. Așa cum menționează cercetătorii se observă, că „răspunsurile marcate emoțional din partea adulților, părinților și a profesorilor, stilul psihoemoțional de rezolvare a problemelor sociale, asigurarea unor contexte stimulative dezvoltării emoționale, crește frecvența de manifestare a comportamentelor prosociale [12].

Ceea ce contează în interacțiunile comunicative, așa cum subliniază Bar-On R. este *controlul stresului* care se referă la *toleranța la stres* (abilitatea de a gestiona evenimentele și situațiile stresante fără a te împiedica de ele sau de a face față activ și pozitiv stresului) și *controlul impulsurilor* (abilitatea de a rezista, de a amâna manifestarea impulsivității și a înlătura tentația care te îndeamnă spre acțiune) [152].

Tabelul 2.7. Nivelurile de dezvoltare în plan intrapersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul de control

Variabile	minim		mediu		înalt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Autoreglare emoțională și implicare optimă	40	50,63%	32	40,51%	7	8,86%	79	100,00%
Empatie și curiozitate	48	60,76%	24	30,38%	7	8,86%	79	100,00%
Adaptabilitate și creativitate	46	58,23%	21	26,58%	12	15,19%	79	100,00%
Responsabilitate și perseverență	39	49,37%	25	31,65%	15	18,99%	79	100,00%
Conștiinciozitate în respectarea regulilor sociale	42	53,16%	23	29,11%	14	17,72%	79	100,00%

Examinarea rezultatelor cercetării grupului de control, în plan intrapersonal, prezentate în Tabelul 2.6, conduce la concluzia despre preponderența nivelului minim (*autoreglare emoțională și implicare optimă* – 50,63 %, *empatie* – 60, 76 %; *adaptabilitate* - 58, 23 %) și mediu (31,65% - *responsabilitate și perseverență*; 29,11% - *conștiinciozitate în respectarea regulilor sociale*) de formare a valorilor inteligenței emoționale la elevii din clasele primare ca și în cazul datelor cercetării înregistrate de către grupul experimental. Prin exprimarea emoțiilor, elevii, de fapt, comunică nevoile sale emoționale pentru a-i determina pe ceilalți să răspundă la

stresul și nevoile lor. În condițiile în care elevii nu reușesc să îndeplinească anumite activități, se stresează și au nevoie de ajutorul și ghidarea comportamentului emoțional din partea adulților, inclusiv al profesorilor. Astfel, aceștia vor canaliza energia emoțională pentru soluționarea conflictelor intra- și interpersonale astfel, încât problemele emoționale nu le va interpreta ca fiind amenințătoare. Deci sprijinul acordat copiilor pentru interpretarea corectă va stimula căutarea autonomă de soluții pentru alte dificultăți afective.

Eforturile pedagogice de a sprijini adaptarea școlară și menținerea sănătății mentale în rândul elevilor din învățământul primar implică învățarea recunoașterii propriilor emoții, astfel încât să poată discuta despre ele. Elevii trebuie să fie instruiți să facă distincția între sentimentele interne și exprimarea lor externă, precum și să identifice emoțiile altora prin intermediul expresiilor faciale, pentru a putea răspunde adecvat în diverse situații.

Datele experimentale din tabelul 2.8 prezintă nivelurile de dezvoltare în *plan interpersonal* a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul de control.

Tabelul 2.8. Nivelurile de dezvoltare în plan interpersonal a valorilor inteligenței emoționale a elevilor din grupul de control

Variabile	minim		mediu		înt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Disciplină emoțională și intuiție	39	49,37%	30	37,97%	10	12,66%	79	100,00%
Cooperare și entuziasm	41	51,90%	25	31,65%	13	16,46%	79	100,00%
Asertivitate comunicativă și autoevaluare obiectivă	47	59,49%	19	24,05%	13	16,46%	79	100,00%
Sociabilitate și integrare	45	56,96%	23	29,11%	11	13,92%	79	100,00%
Managementul stresului în explorarea problemelor	48	60,76%	23	29,11%	8	10,13%	79	100,00%

Datele cercetării experimentale confirmă ideea că torentul de emoții trăite într-un context social orientează pozitiv sau negativ conduita, atribuindu-i o valoare scopurilor activității, viața afectivă și viața cognitivă a elevilor mici sunt, deci, inseparabile, deși distincte. Inseparabile pentru că orice schimb de informații cu mediul presupune, în același timp, o disciplinare și o

valorizare. În această ordine de idei este actuală ideea lui D. Goleman care separă raționalul de emoțional, afirmând că „*de fapt, avem două minți, una care gândește și una care simte*”, care interacționează. Mentea rațională este „*modul de comprehensiune de care suntem cel mai conștienți, mai proeminent în starea de trezire, operând cu gânduri, capabil să cântărească și să reflecteze*”, iar „*mente emoțională este un sistem de cunoaștere, impulsiv, însă puternic, deși uneori alogic*” [58].

Studiul vieții afective a psihicului uman a generat ideea unei inteligențe emoționale care, care integrează ideile lui Howard Gardner despre inteligența inter- și intrapersonală. Această inteligență include capacități precum: conștiința de sine, care implică autoobservarea și autocunoașterea; controlul emoțiilor, asigurându-se că acestea sunt adaptate la context, care implică canalizarea emoțiilor într-o direcție constructivă pentru atingerea obiectivelor proiectate; autocontrolul emoțiilor; *empatia*; competența socială [55].

Un indicator al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor de vârstă școlară mică este *dispoziția generală*, având ca subdimensiuni *fericirea* (abilitatea de a te simți satisfăcut de propria viață, de a te distra/relaxa, de a te simți bine) și *optimismul* (abilitatea de a vedea partea bună a vieții și de a menține o atitudine pozitivă în față adversităților). Aceste expresii emoționale apreciate în termeni de abilități sau capacități sunt de altfel, comportamente observabile care se pot regla în procesul educațional.

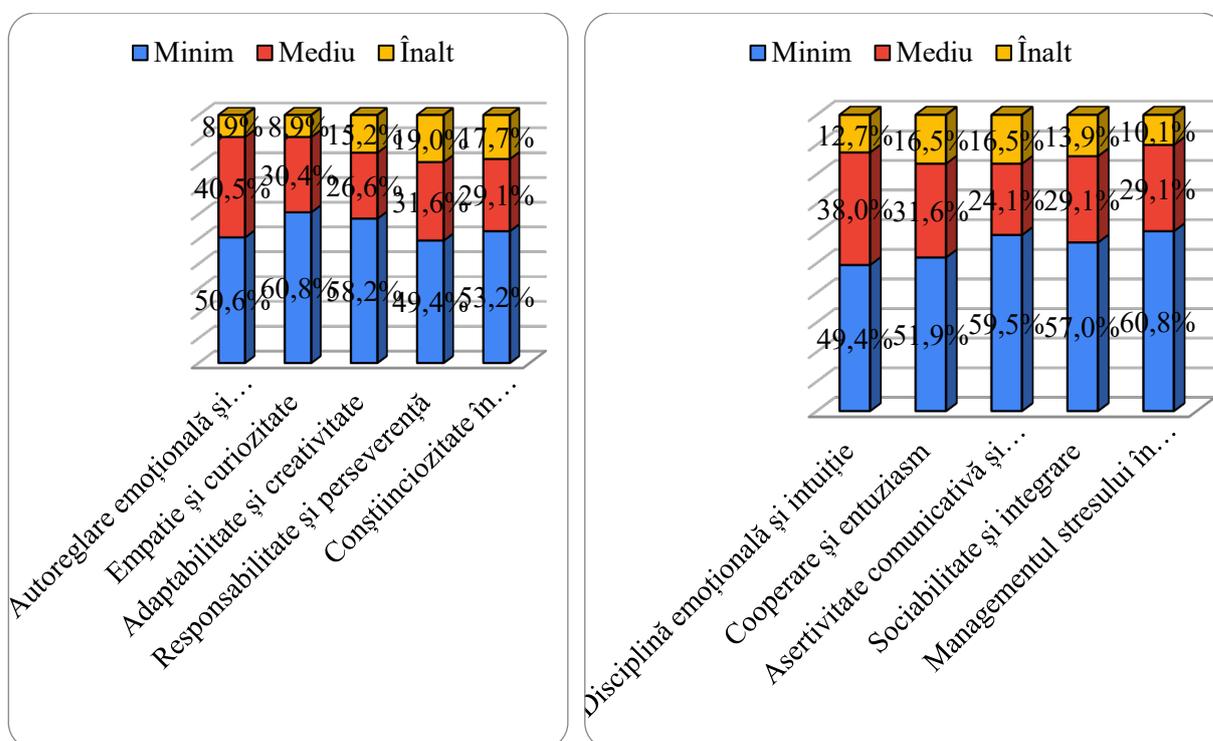


Figura 2.3. Abordare comparată a rezultatelor cercetării experimentale în plan intra- și interpersonal (grupul de control)

Planul intrapersonal al dezvoltării inteligenței emoționale se referă la abilitățile și procesele emoționale pe care o persoană le dezvoltă și le gestionează în raport cu sine însăși. Acest plan include: autocunoașterea emoțională, autoreglarea, motivația personală și reflecția asupra propriilor emoții. În cadrul dezvoltării IE, planul intrapersonal este important pentru o bunăstare emoțională și pentru capacitatea de a face față provocărilor zilnice. Abilitățile intrapersonale, precum conștientizarea de sine, autoreglarea și motivația personală, permit indivizilor să își gestioneze emoțiile într-un mod sănătos. Cultivarea acestui plan ajută la menținerea unei sănătăți emoționale solide și la îmbunătățirea relațiilor cu ceilalți

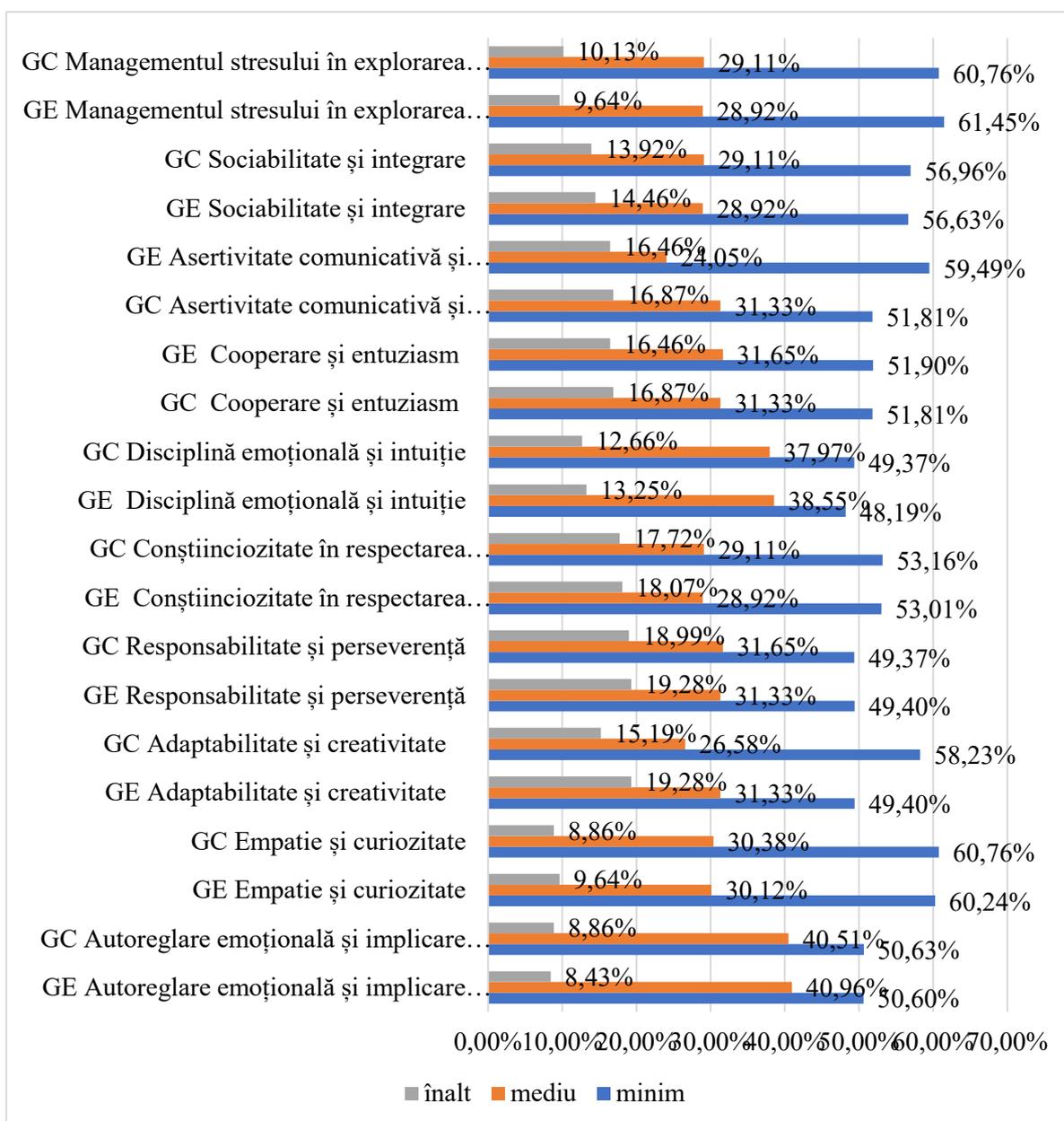


Figura 2.4. Abordare comparată a rezultatelor cercetării experimentale în plan intra- și interpersonal la etapa de constatare (GE-GC)

Datele experimentale la etapa de constatare scoate în evidență dezvoltarea insuficientă a valorilor inteligenței emoționale, în special, în planul interpersonal al inteligenței emoționale care demonstrează anumite carențe emoționale care își au originea în planul intrapersonal al inteligenței emoționale. Spre exemplu, cu 61, 45 % a fost apreciat nivelul minim de management a stresului în explorarea problemelor de învățare socială, 60, 2 % dintre subiecții investigați au arătat nivel minim de empatie și curiozitate în GE și 49,40 % - nivel minim de adaptabilitate și creativitate, fapt care a condus la concluzia, că în învățământul primar elevii înregistrează probleme care continuă să persiste și în clasele de gimnaziu, generând dezadaptare și insucces.

Tabelul 2.9. Descriptorii nivelurilor de dezvoltare a inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar

Valorile inteligenței emoționale	Descriptorii inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar		
	Nivel minim	Nivel mediu	Nivel înalt
Autoreglare emoțională și implicare emoțională	Un nivel minim de autoreglare și implicare emoțională indică dificultăți semnificative în gestionarea emoțiilor și lipsa de angajament emoțional față de activitățile academice și sociale. Elevii care se află la acest nivel au nevoie de sprijin pentru a-și dezvolta competențele emoționale și pentru a se implica activ în procesul de învățare și în interacțiunile sociale. Elevii cu un nivel minim de autoreglare și implicare emoțională au nevoie de sprijin suplimentar pentru a-și dezvolta competențele emoționale și pentru a se implica mai activ în procesul de învățare. Prin educație emoțională intensivă, sprijin individualizat și crearea unui mediu	Autoreglarea și implicarea emoțională indică o competență moderată în gestionarea emoțiilor și angajamentul emoțional față de activitățile academice și sociale. <i>Autoreglarea și implicarea emoțională</i> este un pas important în dezvoltarea competențelor emoționale ale elevilor. Prin educație emoțională continuă, sprijin individualizat și crearea unui mediu suportiv, elevii pot îmbunătăți abilitățile esențiale. <i>Beneficiile includ performanțe academice</i> bune, relații interpersonale și bunăstare emoțională sporită.	Autoreglarea emoțională și implicarea emoțională sunt competențe esențiale pentru dezvoltarea personală și succesul academic al elevilor. Un nivel înalt de autoreglare și implicare emoțională indică capacitatea elevilor de a-și gestiona eficient emoțiile și de a se implica activ în procesele de învățare și interacțiunile sociale.

	suportiv, acești elevi pot face progrese semnificative.		
Empatie și curiozitate	Un nivel minim de empatie la elevii din clasele primare poate manifesta anumite caracteristici și comportamente care necesită sprijin și intervenție pentru a promova dezvoltarea empatiei și a relațiilor sociale sănătoase: lipsa de sensibilitate emoțională, lipsa de răspuns empatic, comportamente egocentrice, dificultăți în comunicare empatică, dificultăți în relații interpersonale, conflictualitate și izolare, percepții negative din partea celorlalți.	Un nivel mediu de empatie la elevii din clasele primare se reflectă prin caracteristicile: capacitatea elevilor de a înțelege și de a răspunde în mod adecvat la emoțiile și nevoile celorlalți, însă poate fi îmbunătățit prin stimularea și dezvoltarea continuă a acestor abilități; Percepție incorectă a semnificației emoțiilor, răspunsuri empaticе ocazionale, Comunicare a emoțiilor ce facilitează interacțiunile sociale, dificultăți de exprimare a emoțiilor, rezonanță moderată cu alții.	Un nivel înalt de empatie la elevi se manifestă prin următoarele caracteristici: sensibilitate emoțională, reacții empaticе, comunicare asertivă, respect și toleranță, rezonanță emoțională
Adaptabilitate și creativitate	Nivelul minim de adaptabilitate se reflectă în următoarele caracteristici: Dificultăți de adaptare pronunțate, probleme de gestionare a emoțiilor, relații sociale tensionante, stres permanent și disconfort emoțional, anxietate și orientare emoțională distructivă, lipsă de încredere în propriile forțe, imagine de sine negativă, incoerențe în exprimarea emoțiilor	Nivelul mediu de adaptabilitate se exprimă prin interes moderat pentru învățare continuă, curiozitate și motivație insuficientă pentru învățare, predispunere moderată pentru obținerea succesului, bunăstare emoțională moderată, capacități insuficient dezvoltate de a stabili și a menține relații interpersonale pozitive	Nivelul înalt de adaptabilitate se reflectă în următoarele caracteristici: flexibilitate în gândire și acțiune, reziliență la eșecuri și obstacole, acomodare socială, putere de gestionare a emoțiilor etc.
Responsabilitate și perseverență	Caracteristicile elevilor cu nivel minim vizează: nepunctualitatea și neasumarea	Caracteristicile elevilor cu nivel mediu se referă la: autonomie insuficientă pentru realizarea	Caracteristicile responsabilității și perseverenței la elevii din clasele primare sunt fundamentale

	<p>responsabilităților sociale și școlare, probleme de interacțiune comunicativă, rezistență la schimbare etc</p>	<p>activităților școlare, încredere discutabilă în sine, orientare spre succese pe termen scurt și nerăbdare, gestionarea defectuoasă a energiei emoționale, interes insuficient pentru onorarea responsabilităților școlare, nu întotdeauna învață din eșecuri, dezechilibre emoționale care devin impediment în realizarea obiectivelor.</p>	<p>pentru dezvoltarea lor personală și academică. Aceste trăsături le permit să își asume angajamente, să își gestioneze timpul și să depășească obstacolele învățării. Iată câteva caracteristici specifice: punctualitate, asumarea angajamentelor, autocontrol, colaborare și respect, responsabilitate personală. Perseverența se reflectă în: atingerea scopurilor în termeni stabiliți, interes pentru învățare, reziliență, persistență în muncă, stabilirea unor obiective realiste etc.</p>
<p>Conștiinciozitate în respectarea regulilor sociale</p>	<p>Mobilizarea nesatisfăcătoare a resurselor personale necesare pentru realizarea obiectivelor școlare, modelarea comportamentului responsabil de către adulți, prin stabilirea unor așteptări clare și prin oferirea de feedback pozitiv și sprijin atunci când elevii demonstrează aceste comportamente dorite, autonomie minimă în dezvoltarea și integrarea socială, minimă încredere în sine etc</p>	<p>Modelarea comportamentului moderat de responsabil către adulți, stabilirea unor așteptări mai puțin clare și oferirea unui feedback pozitiv, alternat cu comportamente distructive, încredere insuficientă în propriile puteri de a face față provocărilor sociale</p>	<p>Conștiinciozitate sporită și succese școlare evidente, tendințe de dezvoltare personală, manifestată prin comportamente echilibrate în mediul școlar, organizare și planificare conștientă, responsabilitate optimă, abordare perseverentă a problemelor, colaborare eficientă în grup, stare de satisfacție</p>

Dezvoltarea acestor competențe emoționale la elevii din clasele primare este esențială pentru succesul lor academic și bunăstarea emoțională. Prin educație emoțională, sprijin parental și profesoral, și crearea unui mediu suportiv, copiii pot învăța să își gestioneze eficient emoțiile și să se implice activ în procesul de învățare. Aceste competențe nu doar că îmbunătățesc performanțele academice, dar și contribuie la dezvoltarea unor relații interpersonale pozitive și la bunăstarea generală a elevilor. Adaptabilitatea elevilor din clasele primare se referă la capacitatea acestora de a se ajusta și de a face față schimbărilor și provocărilor în mediul școlar și în viața de zi cu zi. Este o abilitate crucială pentru adaptarea la diferite situații, gestionarea stresului și rezolvarea problemelor într-un mod eficient și pozitiv. Promovarea responsabilității și perseverenței în rândul elevilor din clasele primare poate fi realizată prin modelare de către adulți, prin promovarea unui mediu școlar pozitiv și prin oferirea de feedback constructiv pentru a încuraja și sprijini dezvoltarea acestor trăsături esențiale.

Gradul de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională a elevilor

În învățământul primar se urmărește cu precădere asigurarea unui echilibru între procesele afective și cele cognitive, Deși aceste două dimensiuni sunt distincte prin natura lor, ele sunt inseparabile în cadrul activității educaționale, aflându-se într-o strânsă interacțiune în context educațional deschis. *Aplicarea testului de autoevaluare a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar* pe un eșantion total de 61 profesori a generat rezultate experimentale susceptibile de a fi analizate contextual. *Variabilele cercetării gradului de pregătire a profesorilor din învățământul primar pentru educația emoțională a elevilor* includ: prioritizarea dezvoltării inteligenței emoționale, cunoașterea Modelului de educație bazat pe inteligență emoțională, proiectarea educației pentru dezvoltare emoțională, aplicarea metodologiilor de educație emoțională și valorificarea parteneriatului educațional pentru formarea competențelor emoționale

Rezultatele interviului de estimare a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar

Angajarea profesorilor în demersuri educației emoționale a elevilor presupune autoevaluarea pe trei dimensiuni distincte: (a) cultura pedagogică a cadrelor didactice, (b) nivelul de cultură emoțională a cadrelor didactice, (c) gradul de pregătire a cadrelor didactice pentru EDE.

Evaluarea gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar a arătat rezultate prezentate în Tab. 2.7 care scoate în evidență tendința profesorilor de a prioritiza dezvoltarea inteligenței emoționale, estimată

pentru nivelul excelent doar cu 15,6 % și nivel peste medie – 25,0%. Cu regret, datele experimentale sunt concentrate preponderent la nivelul suficient (46,9% și insuficient (46,9%), fapt care demonstrează nevoia unor reconsiderări metodologice a EDE care ar permite integrarea obiectivelor de dezvoltare emoțională în conținutul tuturor disciplinelor școlare.

Înțelegerea profundă a problemelor emoționale ale elevilor se poate atinge prin afirmarea în mediul școlar a *culturii emoționale a cadrelor didactice*, ce „*elucidează caracterul integrativ și unitar al reflectării psihice, fiind o combinație de calități și capacități emoționale, comunicative, reglatorii personale ce asigură conștientizarea, acceptarea și reglarea stărilor proprii și ale altora, mediatizând între gradul de productivitate a activității, succesul interacțiunilor interpersonale și dezvoltarea personală.*” [30, p. 28]. Prin pregătirea profesorilor pentru EDE avem în vedere ca aceștia să contribuie explicit și implicit, prin acțiuni pedagogice organizate cu elevii la conștientizarea de către elevi a propriilor emoții prin afirmarea asertivității, a toleranței, a respectului pentru propria persoană, autorealizare, independență etc.

Tabelul 2.10. Date despre gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (constatare, GE)

Variabile	excelent		peste medie		suficient		insuficient		Total	
	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%
Prioritizarea dezvoltării inteligenței emoționale	5	15,6	8	25,0	15	46,9	4	46,9	32	100,0
Cunoașterea Modelului de educație bazat pe inteligență emoțională	3	9,4	7	21,9	14	43,8	8	43,8	32	100,0
Proiectarea educației pentru dezvoltare emoțională	3	9,4	7	21,9	14	43,8	8	43,8	32	100,0
Aplicarea metodologiilor de educație emoțională	4	12,5	8	25,0	15	46,9	5	46,9	32	100,0
Valorificarea parteneriatului educațional pentru formarea competențelor emoționale	5	15,6	10	31,3	12	37,5	5	37,5	32	100,0

Atât grupul experimental, cât și grupul de control la etapa de constatare au demonstrat preponderent nivel suficient (GE - prioritizarea dezvoltării inteligenței emoționale, nivel insuficient – 46,9 %, valorificarea parteneriatului educațional pentru formarea competențelor emoționale - nivel insuficient – 37,5 %).

În baza acestora date, putem concluziona despre atenția sumară atribuită educației emoționale acasă și în mediul școlar, fapt care și explică situația creată.

Tabelul 2.11. Date despre gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (constatare, GC)

Variabile	excelent		peste medie		suficient		insuficient		Total	
	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%
Prioritizarea dezvoltării inteligenței emoționale	5	15,6	8	25,0	15	46,9	4	46,9	29	100,0
Cunoașterea Modelului de educație bazat pe inteligență emoțională	3	9,4	7	21,9	14	43,8	8	43,8	29	100,0
Proiectarea educației pentru dezvoltare emoțională	3	9,4	7	21,9	14	43,8	8	43,8	29	100,0
Aplicarea metodologiilor de educație emoțională	4	12,5	8	25,0	15	46,9	5	46,9	29	100,0
Valorificarea parteneriatului educațional pentru formarea competențelor emoționale	5	15,6	10	31,3	12	37,5	5	37,5	29	100,0

Studiul comparat al rezultatelor cercetării la etapa de constatare avansează date care sunt mai degrabă dovada faptului, că profesorii au nevoie de formări suplimentare necesare pentru proiectarea și dezvoltarea inteligenței emoționale la elevii din clasele primare.

Evaluarea gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar a arătat rezultate prezentate în Tab. 2.7 care scoate în evidență tendința profesorilor de a prioritiza dezvoltarea inteligenței emoționale, estimată pentru nivelul excelent doar cu 15,6 % și nivel peste medie – 25,0 %. Cu regret, datele experimentale sunt concentrate preponderent la nivelul suficient (46,9% și insuficient (46,9%), fapt care demonstrează nevoia unor reconsiderări metodologice a educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor care ar permite integrarea obiectivelor de dezvoltare emoțională în conținutul tuturor disciplinelor școlare. Pe de altă parte, în aceste condiții ne facem conștienți de faptul, că aceste date experimentale sunt dovada faptului, că profesorii totuși exprimă interes pentru dezvoltarea la elevi a competențelor emoționale, necesare în procesul laborios de dezvoltare intelectuală la vârsta școlară mică. Pregătirea profesorilor pentru EDE implică și capacitatea de a integra educația emoțională în activitățile și lecțiile zilnice. Aceasta nu trebuie să fie o disciplină separată, ci un aspect transversal care să fie prezent în toate interacțiunile din clasă. O parte importantă a pregătirii profesorilor pentru EDE constă în învățarea și aplicarea unor metode educative care favorizează dezvoltarea emoțională. Profesorii trebuie să fie instruiți

să creeze și să mențină un mediu de învățare pozitiv, în care elevii să se simtă în siguranță și sprijiniți emoțional.

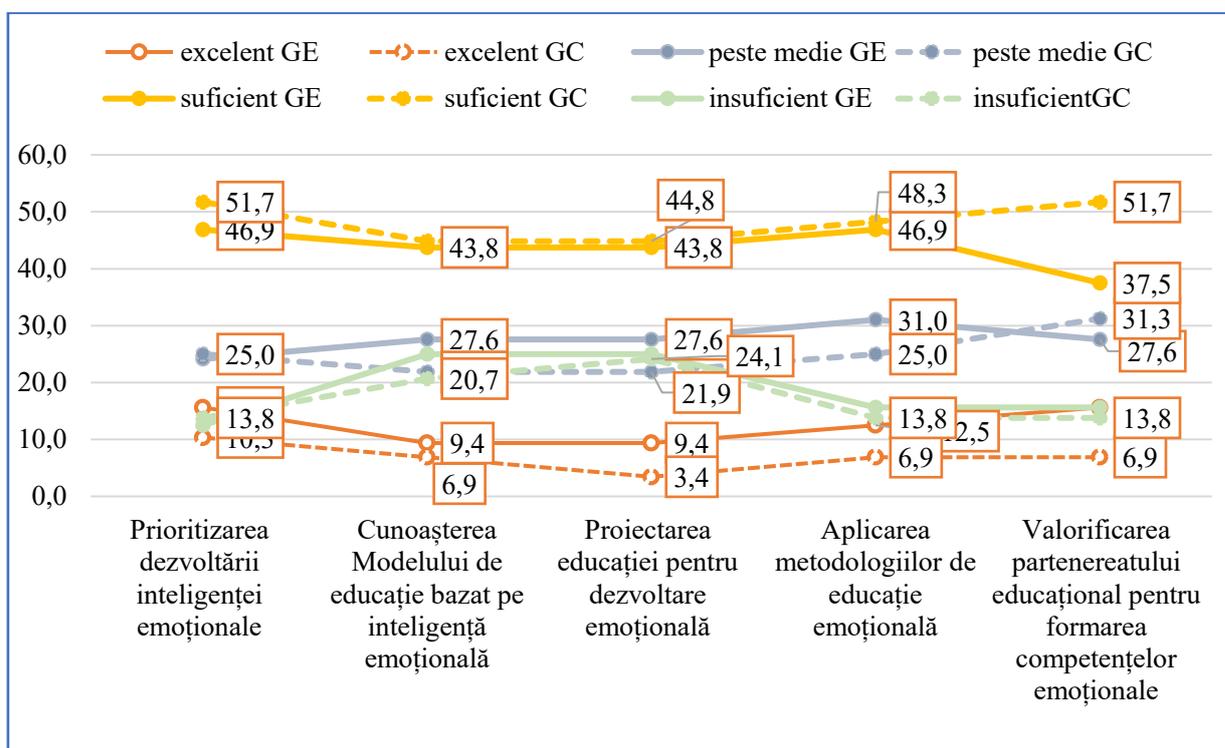


Figura 2.5. Gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (comparat, constatare, GE-GC)

Abordarea comparată a datelor empirice privind gradul de pregătire a profesorilor pentru educația emoțională nu atestă diferențe semnificative între rezultatele obținute de GE și GC, fapt care aderă mai degrabă la nivelul suficient și insuficient (Tab. 2.4). Această condiție pedagogică implică nevoia unei pregătiri la subiecte ce țin de Teoria și metodologia educației pentru dezvoltarea emoțională a elevilor.

Înțelegerea profundă a problemelor emoționale ale elevilor se poate atinge prin afirmarea în mediul școlar a *culturii emoționale a cadrelor didactice*, ce „*elucidează caracterul integrativ și unitar al reflectării psihice, fiind o combinație de calități și capacități emoționale, comunicative, reglatorii personale ce asigură conștientizarea, acceptarea și reglarea stărilor proprii și ale altora, mediatizând între gradul de productivitate a activității, succesul interacțiunilor interpersonale și dezvoltarea personală.*” [30, p. 28]. Prin pregătirea profesorilor pentru EDE avem în vedere ca aceștia să contribuie explicit și implicit, prin acțiuni pedagogice organizate cu elevii la conștientizarea de către elevi a propriilor emoții prin afirmarea asertivității, a toleranței, a respectului pentru propria persoană, autorealizare, independență etc.

2.3. Concluzii la capitolul 2

Au fost formulate și descrise științific legitățile dezvoltării afective a elevilor de vârstă școlară mică care evocă interdependența între competențele sociale și succesul școlar în învățământul primar. Interpretarea științifică a fundamentelor teoretice ale inteligenței emoționale și a educației pentru dezvoltarea emoțională a permis configurarea mecanismului asigurării succesului școlar al elevilor prin dezvoltarea inteligenței emoționale. În învățământul primar dezvoltarea emoțională sănătoasă a copiilor este esențială pentru capacitatea acestora de autoformare/învățare și pentru asigurarea succesului școlar și a fericirii la viața adultă. Nivelul înalt de dezvoltare a inteligenței emoționale se exprimă în orientarea pozitivă a dispoziției emoționale, afirmarea asertivității și a empatiei în mediul școlar. Nivelul scăzut de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor se reflectă în anumite conduite afective exprimate în: singurătate, frustrare, depresie. S-a conchis că, dezvoltarea emoțională implică sporirea coeficientului emoțional și trecerea de la un anumit nivel de dezvoltare emoțională la unul mai superior prin formarea unor competențe emoționale.

Conjugarea orientării emoționale a elevilor presupune afirmarea unor valori ale inteligenței emoționale: *valori afective – atitudini* ce vizează convingerile privind aspecte ale existenței umane; *valori psihomotorii/acționale – capacitățile* care arată ce poate să facă o persoană cu cunoștințele acumulate la un anumit subiect, reieșind din atitudinile/convingerile formate, inclus, *valori cognitive – cunoștințele* care pot fi măsurate prin volumul și calitatea informației. Disciplina emoțională este o condiție importantă ce oferă posibilitate elevilor de a evalua confortul emoțional al personalității ca sistem al competențelor afective ce permit exprimarea echilibrată a trăirilor emoționale și monitorizarea inteligentă a emoțiilor în învățământul primar.

În capitolul doi au fost interpretate rezultatele cercetării experimentale obținute la etapa de constatare a experimentului pedagogic care a scos în evidență problemele dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor. Înțelegerea profundă a problemelor emoționale ale elevilor s-a realizat prin analiza comportamentelor specifice vârstei. Afirmarea în mediul școlar a CECD ca o combinație de calități și capacități emoționale, comunicative, reglatorii personale asigură conștientizarea, acceptarea și reglarea stărilor proprii și ale altora, mediatizând între [110]. Prin pregătirea profesorilor pentru EDE avem în vedere ca aceștia să contribuie explicit și implicit, prin acțiuni pedagogice organizate cu elevii la conștientizarea de către elevi a propriilor emoții prin afirmarea asertivității, a toleranței, a respectului pentru propria persoană, autorealizare, independență etc. În capitolul 3 ne propunem descrierea Modelului pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală - familie și a valorilor experimentale comparate ale dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar.

3. METODOLOGIA DEZVOLTĂRII INTELIGENȚEI EMOȚIONALE A ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR

Capitolul prezintă rezultatele cercetării teoretico - experimentale privind metodologia dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar, reprezentată de Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie, constituit în baza fundamentelor teoretice privind dezvoltarea inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar, descrise în capitolul doi, Modelul pedagogic este conceput în temeiul raportului paradigmei inteligenței emoționale cu alte paradigme afirmate în pedagogia contemporană: *paradigma pedagogiei psihologice, paradigma managementului clasei de elevi, paradigma curriculumului* etc., care se referă și la competențele emoționale: capacitatea de a procesa informațiile emoționale (asimilarea, înțelegerea și controlul emoțiilor) asigură succesul [33, p. 45].

Descrierea în optică reflexivă a valorilor experimentale comparate privind dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar, rezultate din valorificarea modelului pedagogic demonstrează dinamica pozitivă a rezultatelor investigației la etapa de control a experimentului pedagogic, fapt ce confirmă ipoteza cercetării prin care am presupus, că procesul de dezvoltare a inteligenței emoționale la elevii din clasele primare poate fi optimizat în condițiile determinării fundamentelor psihopedagogice privind educația emoțională și inteligența emoțională, a elaborării unui model pedagogic care permite valorificarea pleneră a parteneriatului școală – familie pentru sporirea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar și asigurarea succesului școlar ce „depinde de capacitatea de adaptare a elevilor la schimbări în procesul de învățare socială, în perspectiva formării unei personalități integre, creative și active social – factori principali ai dezvoltării umane și ai progresului social-economic” [11, p.1-3].

Integrarea elevilor în grupul școlar constituie un indicator esențial al valorificării optime a potențialului individual al acestora. Instituțiile de învățământ devin astfel unul din factorii - cheie ai dezvoltării copiilor la diferite perioade de vârstă, orice experiență emoțională contribuind la dezvoltarea personală a acestora. Coeficientul înalt de emoționalitate este certificat de calitatea competențelor emoționale, abordate ca meta-competențe, necesare pentru a înțelege atitudinile sociale, pentru a gestiona eficient energia emoțională și comportamentul afectiv. În opinia lui D. Goleman, „competența emoțională este un sistem de capacități învățate, care influențează valorificarea potențialului intelectual, precum și alfabetizarea emoțională necesară pentru a asigura calitatea vieții, exprimată în: *auto-cunoașterea, auto-motivarea, auto-reglarea, conștiința socială și abilitățile sociale* determinând dezvoltarea culturii sociale, satisfacția și fericirea” [58, p. 115].

3.1. Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie

Modelul pedagogic a fost elaborat în baza fundamentelor psihopedagogice descrise în capitolele 1 și 2, se axează pe reperele teoretice privind evoluția noțiunilor de *inteligență emoțională, educație pentru dezvoltare emoțională și cultură emoțională*, reflectate în literatura de specialitate (D. Goleman D., 2007- 2018); (St. J. Stein, E. B. Howard, 2005; M. Cojocaru-Borozan, 2007-2024; El. Rusu, 2011-2013, C. Zagaievschi, 2013). Cercetătorii menționează că competențele inteligenței emoționale se dezvoltă în timp prin influențe educative, în cazul în care conținuturile educației pentru dezvoltare emoțională sunt orientate pe acumularea unor cunoștințe, formarea unor abilități/capacități emoționale și atitudini pro-sociale.

Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie a fost implementat în clasele a III-a și IV-a în Liceul Tehnologic Sf. Mucenic Sava Berca în perioada 2023-2024. Pentru implementarea Modelului pedagogic la etapa de formare, ne-am concentrat atenția asupra etapelor fundamentale ale acestuia care se referă la:

- a) proiectarea/planificarea acțiunilor experimentale;
- b) implementarea în grupul experimental a acțiunilor planificate pentru formare;
- c) oferirea sprijinului necesar cadrelor didactice și părinților în implementarea activităților;
- d) evaluarea rezultatelor în termeni de unități de competențe;
- e) analiza comportamentelor emoționale învățate;
- f) formularea concluziilor despre problemele educației emoționale a elevilor din clasele primare, elaborarea și validarea strategiilor recomandate pentru soluționarea acestora.

În procesul complex al planificării acțiunilor de dezvoltare a competențelor emoționale, am ținut cont de rezultatele obținute la etapa de constatare prin testarea inițială, de posibilitățile reale ale profesorilor și părinților, de nevoile și particularitățile de vârstă ale elevilor. Așa cum subliniază autorii vizați în capitolul 1 și 2, inteligența emoțională este un sistem de comportamente, definite ca și competențe emoționale, care se învață și se dezvoltă în timp, prin dezvoltarea, inclusiv a unor calități/trăsături de personalitate/caracteristici personale dobândite prin educație/autoeducație.

Modelul pedagogic de formare a inteligenței emoționale la elevii din clasele primare, reprezintă o construcție schematică, care reflectă interconexiunea și interdependența dinamică între componentele inteligenței emoționale și influența mediului educativ asupra dezvoltării competențelor, pe două dimensiuni: *managementul formării profesionale continue, comunicare educațională și consiliere*. Dimensiunea *management* urmărește obținerea nivelului maxim de

rezultate prin intermediul cadrelor didactice și părinților, resurse principale în parteneriatul școală-familie. Dimensiunea *comunicare educațională* se referă la activitățile desfășurate cu elevii de către profesori, diriginți sau direcția școlii (Fig. 3.1.).

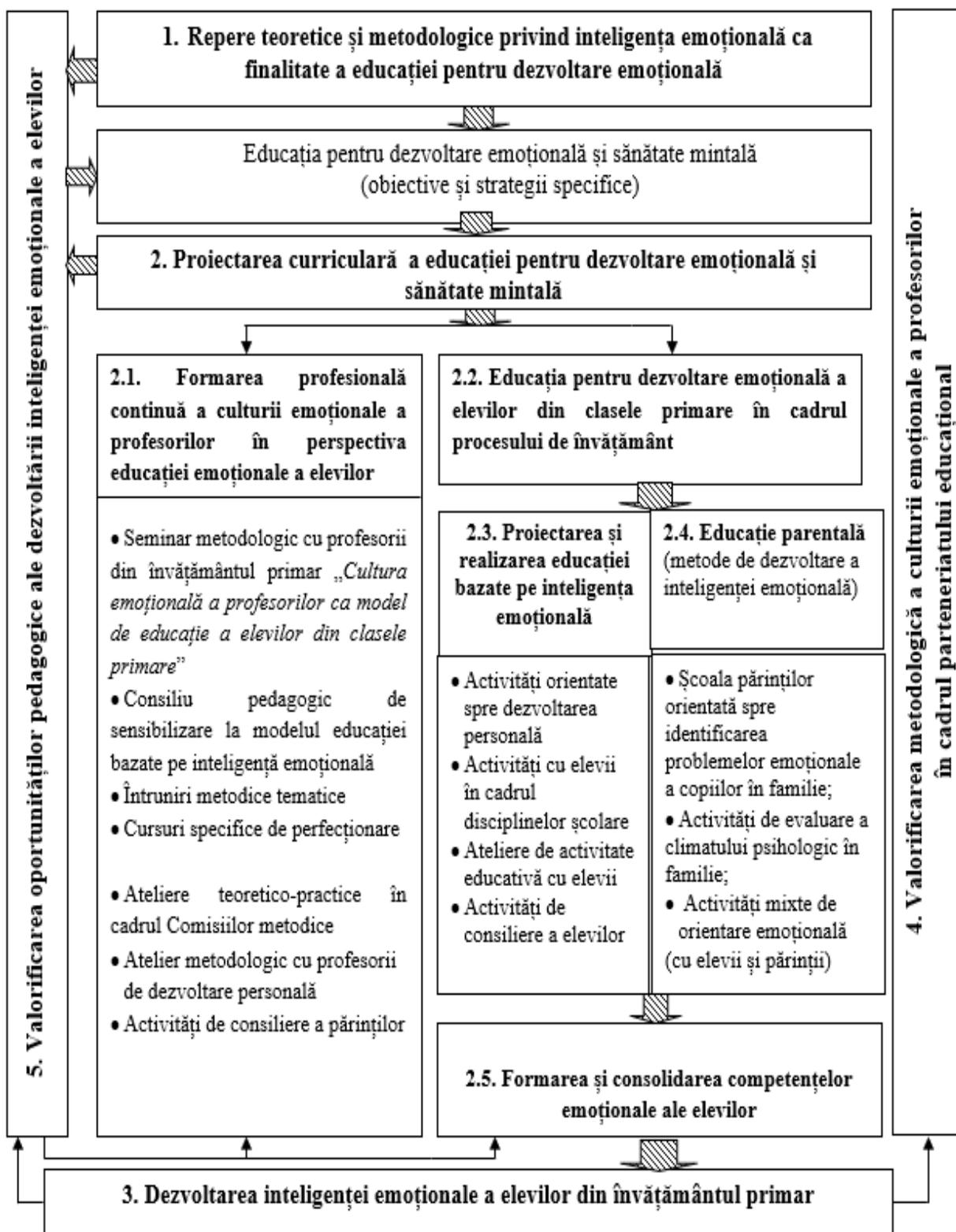


Figura 3.1 Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar

1. Repere teoretice și metodologice privind inteligența emoțională ca finalitate a educației pentru dezvoltare emoțională sunt reprezentate de principii, idei, concepte din domeniul pedagogiei, psihologiei și filozofiei educației (educația romilor, educație pentru dezvoltare emoțională, drepturile omului) elucidate în lucrările cercetătorilor: F. Verza, M. Boza, J. Cosnier, S. Marcus, D. Goleman, C. Bârzea; cu referire la educația în contextul problematicei lumii contemporane prin prisma parteneriatului educațional (G. Văideanu, N. Stănciulescu, L. Cuznețov); studii complexe privind formarea culturii emoționale la educatori/profesorii (M. Cojocaru-Borozan); cercetări despre inteligența emoțională (El. Rusu, 2013); cu referire la educația pentru dezvoltarea emoțională (M. Cojocaru-Borozan, C. Zagaievschi); repere teoretice ale educației pentru toleranță (L. Țurcan, 2013) și alți autori.

În procesul comunicării educaționale cadrele didactice contribuie esențial la dezvoltarea comportamentelor socio-afective ale elevilor pe două dimensiuni prioritare: *consolidarea culturii emoționale a profesorilor și pregătirea metodologică a acestora în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor*, acțiuni orientate spre realizarea următoarelor obiective:

- a) familiarizarea profesorilor cu esența științifică a culturii și inteligenței emoționale;
- b) valorificarea parteneriatului educațional în scopul educației emoționale a elevilor;
- c) stabilirea conexiunii dintre cultura emoțională a cadrelor didactice și oportunitățile de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor;
- d) planificarea unor strategii de formare/ dezvoltare a componentelor emoționale de bază la elevi în cadrul disciplinelor școlare, activităților extrașcolare și altor activități educaționale.

Formarea profesională continuă a cadrelor didactice în aria vizată, a presupus activitățile:

- atelier de lucru în cadrul Consiliului profesoral: *Aspecte ale educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor*;
- atelier teoretico-practic în cadrul Comisiei metodice *Limbă și comunicare* cu tematica: *Inteligența emoțională în școală - abordări științifice și praxiologice*;
- atelier teoretico-practic în cadrul Comisiei metodice *Matematică și științe* cu tematica: *Inteligența emoțională –cheia reușitei în viață*;
- atelier de lucru cu profesorii de *educație pentru societate, dezvoltare personală și dirigenții elevilor* din eșantionul experimental.

Promovând ideea de a influența pozitiv dezvoltarea emoțională a elevilor, prin prisma interesului de valorificare a parteneriatului școală-familie, s-a impus stabilirea, construcția și descrierea unui mecanism managerial eficient, aplicabil prin direcții de acțiune care favorizează obținerea rezultatelor planificate, reprezentat în Figura 3.2. Mecanismul presupune o primă direcție de intervenție, acțiuni de management educațional al procesului de formare continuă a

cadrelor didactice la nivelul instituțiilor de învățământ (în cadrul consiliilor școlare, comisiilor metodice, orelor publice, sau altor activități de dezvoltare profesională). O altă direcție dezvoltată în cadrul mecanismului managerial urmărește activitățile cu părinții elevilor din cadrul grupului experimental. A treia direcție de acțiune se referă la influențele educative cu caracter direct asupra elevilor la nivelul direcției școlii (activități extrașcolare desfășurate de către directorul adjunct).

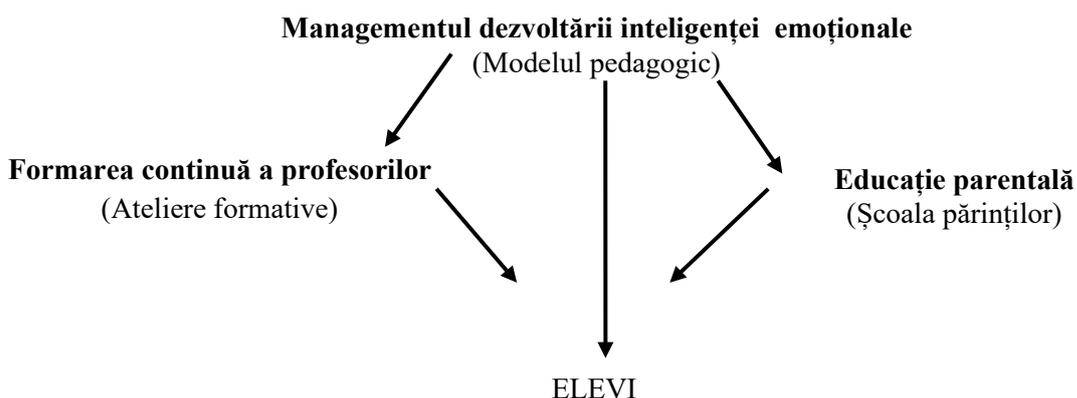


Figura 3.2. Mecanismul managerial de educație pentru dezvoltarea emoțională a elevilor

Acest mecanism managerial a stat la baza creării Modelului pedagogic, format dintr-un sistem de informații, metode și tehnici, integrate în activități cu cadrele didactice, părinții și elevi în scopul eficientizării procesului de educație pentru dezvoltare emoțională a elevilor prin creșterea nivelului de formare a competențelor emoționale: *cunoașterea propriilor emoții; autocontrolul emoțional, motivația personală, manifestarea empatiei și abilitățile sociale*. Este demonstrat faptul, că dezvoltarea competențelor emoționale stimulează dezvoltarea intelectuală, succesul și eficiența personală fiind asigurate, de funcționalitatea competențelor emoționale reflectate în comportamentul emoțional prin autoreglarea relațiilor sociale.

2. Proiectarea curriculară a educației pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală în învățământul primar

Legea învățământului din România și Codul educației din Republica Moldova subliniază misiunea sistemului educațional de „*dezvoltare liberă, integrală și armonioasă a personalității elevilor din clasele primare, în funcție de ritmul propriu și de trebuințele sale (emoționale), sprijinind formarea autonomă și creativă a acestora*”, care presupune dezvoltarea capacității de a interacționa cu alți copii, cu adulții și cu mediul pentru a dobândi cunoștințe, capacități, atitudini și conduite noi prin încurajarea explorărilor, exercițiilor, încercărilor și experimentărilor, ca experiențe autonome de învățare, descoperirea, de către fiecare copil, a

propriei identități, dobândirea autonomiei și dezvoltarea unei imagini de sine pozitive” [45]. Documentele curriculare sunt fondate pe adevărul axiomatic „*copilul este o entitate care evoluează de-a lungul parcursului său de învățare, pentru o pregătire mai bună pentru școală și pentru viață, în perioada școlară este deosebit de importantă atenția acordată dezvoltării sale afective*” [46]. În această ordine de idei, Curriculumul educației elevilor de vârstă școlară este structurat pe arii curriculare, finalitatea educației fiind dezvoltarea globală a copiilor. cultivarea valorilor moral-spirituale în contextul educației familiale și sociale [97]. Constatăm că acestea includ obiective de educație emoțională.

Tabelul 3.1. Obiectivele și activitățile de învățare emoțională stipulate curricular pentru educația elevilor din învățământul primar

Obiective de referință	Exemple de activități de învățare
Să manifeste încredere în sine și independentă Să manifeste abilități inițiale de identificare și aplicare a resurselor personale	Exerciții de cunoaștere a particularităților propriei persoane. Exercitarea acțiunilor de autoservire (îmbrăcare/dezbrăcare, așezarea lucrurilor personale, luarea mesei, utilizarea toaletei, utilizarea jucăriilor și instrumentelor de lucru etc.). Exercitarea luării deciziilor referitor la activitățile curente. Autoevaluarea acțiunilor și actelor de conduită, evidențierea succeselor și a posibilităților
Să formeze atitudini pozitive față de familie, viața familială și realizarea rolurilor familiale	Exerciții de descriere a relațiilor dintre sine și membrii familiei în diverse momente ale zilei sau la anumite evenimente, în realizarea anumitor sarcini și responsabilități. Caracterizarea părinților (exteriorul lor, ocupațiile lor, relațiile cu copiii). Realizarea picturilor, a povestirilor, a poeziilor despre casa părinților, a bunicilor, despre Patrie, plai natal.
Să respecte personalitatea umană și drepturile altor copii și persoane mature, obligațiile și drepturile sale	Povești, povestiri, poezii, cântece despre copii și adulți care promovează respectul reciproc și respectarea drepturilor fiecăruia. Activități cu caracter intercultural – jocuri, cântece, cuvinte, poezii aparținând altor etnii. Respectul pentru cultura altor etnii.
Să împărtășească valorile moral-spirituale familiale și sociale	Elaborarea unor propuneri, acțiuni de colaborare între etniile Moldovei. Proiecte tematice finalizate cu portofolii: „Fratele și sora”, „Rudele noastre”, „Albumul familiei”, „Sărbătorile familiale”, „Familia armonioasă”, „Familia și ocrotirea naturii”, „Familia și comunitatea”, „Sănătatea familiei”, „Tradițiile neamului și ale familiei”.

În cadrul ariei curriculare, *Educația fizică și educația pentru sănătate*, este stipulat obiectivul-cadru care se referă la dezvoltarea afectivității copiilor. Formarea sentimentului de a trăi succesele și insuccesele colegilor, de a dezvolta relații umane pozitive cu semenii. De exemplu, obiectivul de referință: *să manifeste emoții pozitive și curiozitate în cadrul jocurilor de mișcare*. În cadrul ariei curriculare, *Educația prin arte*, obiectivul-cadru vizează: dezvoltarea capacității de a-și exprima sentimentele prin intermediul creațiilor literare (povestiri, poezii,

dramatizări); obiectivul de referință: *să asculte atent textul prezentat de către adult (recitat, povestit, lecturat) și să răspundă la întrebări despre mesajul emoțional al unui text literar (poezie, poveste, povestire); să manifeste dorința de a audia poezii, povestiri, povești și a le reproduce/repovesti, să relateze despre emoțiile sale asociate cu personajele și evenimentele descrise în text.* Aducem exemple de activități de învățare: *activități de lectură, povestire, recitare* (care presupun exprimarea satisfacției, uimirii, bucuriei, utilizând paraverbalul, mimica, gesturile).

În cadrul ariei curriculare *Educația muzicală*, obiectivul-cadru este formulat astfel: Dezvoltarea receptivității emoționale pentru muzică, și să manifeste emoții, percepând imaginea muzicală a lucrării în legătură cu conținutul muzicii audiate.

În cadrul ariei curriculare *Arte plastice*, obiectivul-cadru este formulat astfel [45]. Pentru aria curriculară, *Dezvoltarea personală*, educația pentru familie și societate, sunt propuse următoarele obiective de referință și exemple de activități de învățare în vederea dezvoltării emoționale a elevilor [125]. *Dezvoltarea emoțională* a elevilor claselor primare poate fi realizată prin intermediul disciplinelor școlare. Ne vom referi, în special, la prevederile curriculumului la disciplina *Dezvoltare personală*, deoarece anume prin finalitățile și prin conținuturile curriculare ale disciplinei respective se poate urmări evoluția comportamentului emoțional al elevilor [46].

2.1. Formarea profesională continuă a culturii emoționale a profesorilor în perspectiva educației emoționale a elevilor. Abordând problema succesului profesional al cadrelor didactice, autorii de domeniu creionează însușirile generale ale personalității cadrului didactic: *„inteligența, simțul măsurii, principialitatea, bogăția sentimentelor și atitudinea față de problematica socială, stăpânirea de sine, perseverența, modestia, capacitatea de a entuziasma pentru valorile culturii”* și însușirile speciale ce se cer vocației profesorului: *„afectivitatea, varietatea spectrului emoțional, sensibilitatea și intensitatea sentimentelor față de educați, receptivitatea la problematica vieții acestora”* [30]. Problema dezvoltării profesionale continue a cadrelor didactice în vederea creșterii eficienței comportamentului deontologic în câmpul socio-profesional accentuează luarea în considerație a unor factori psihoindividuali afectivi în asigurarea reușitei profesionale: aptitudinile pedagogice care reflectă cultura profesională, definind măiestria pedagogică și alte aspecte semnificative: limbajul, spiritul de observație, tactul pedagogic etc. Profesorul universitar, M. Cojocaru-Boroșan (2023) subliniază că profesorii cei mai eficienți au un *grad înalt de cultură emoțională* [31]: sunt elocvenți, cunosc modalitatea de funcționare a intelectului (transformă informația în cunoaștere și cunoașterea în experiență), stăpânesc metodologia învățării, au sensibilitate (*acceptă toți elevii și îi înțeleg chiar și pe cei mai dificili*) și dezvoltă la elevi *stima de sine*,

stabilitatea, liniștea interioară, capacitatea de a contempla frumosul, de a ierta, de a-și face prieteni, sociabilitatea; dezvoltă la elevi: sentimentul de siguranță, toleranță, solidaritate, perseverență, protecția contra stimulilor nocivi, inteligența emoțională; dezvoltă la elevi: deprinderea de a gândi înainte de a reacționa, expunerea ideilor și nu impunerea lor, conștiința critică, capacitatea de dezbateră, de a pune întrebări, de a lucra suficient în echipă; dezvoltă la elevi: înțelepciunea, sensibilitatea, dragostea de viață, capacitatea de a-i influența pe alții; modelează conduitele și rezolvă conflictele, dezvoltă la proprii elevi [30].

2.2. Educația pentru dezvoltare emoțională a elevilor din clasele primare în cadrul procesului de învățământ „este o nouă dimensiune a educației ce vizează formarea-dezvoltarea optimă a coeficientului de emoționalitate (EQ), exprimată prin atitudini responsabile față de propriile stări afective, reflectate în comportamente rezonante ce derivă din sistemul individual al valorilor inteligenței emoționale, măsurabile la nivelul competențelor emoționale, asigurând performanța academică (IQ), sănătatea mintală și integrarea socială”[146].

Scopul educației pentru dezvoltarea emoțională este de a promova și îmbunătăți conștiința psihosocială a individului, axată pe inteligența emoțională și competențele sociale. La nivel teoretic, obiectivele generale vizează dobândirea de cunoștințe fundamentale, care formează baza conceptului de inteligență emoțională, precum și dezvoltarea competențelor emoționale cu aplicabilitate în viața socială.

Practic, obiectivele specifice ale educației pentru dezvoltarea emoțională se concentrează pe mai multe aspecte esențiale:

1. **Autocunoaștere și autocontrol:** Formarea competențelor legate de conștientizarea emoțiilor proprii, asertivitate, independență, respect de sine și împlinire personală, toate acestea contribuind la relațiile intrapersonale.

2. **Interacțiuni pozitive și colaborare:** Dezvoltarea capacității de a interacționa și colabora eficient cu ceilalți, punând accent pe empatie și responsabilitate socială, esențiale pentru relațiile interpersonale.

3. **Flexibilitate și realitate:** Cultivarea abilității de a fi flexibil și de a percepe corect realitatea, ceea ce implică testarea realității, flexibilitate emoțională, luarea deciziilor și soluționarea problemelor, toate acestea fiind cruciale pentru adaptabilitate.

4. **Gestionarea stresului:** Îmbunătățirea capacității de a face față stresului și de a controla impulsurile emoționale, promovând astfel un echilibru și o stabilitate emoțională.

5. **Atitudine optimistă:** Formarea unei perspective optimiste și entuziaste față de viață, inclusiv dezvoltarea sentimentului de fericire și a optimismului general.

Această abordare holistică asigură nu doar o dezvoltare individuală, ci și o integrare eficientă în comunitate [146].

2.3. Proiectarea și realizarea educației bazate pe inteligența emoțională presupune respectarea, în primul rând, a prevederilor curriculare pentru aria curriculară *Dezvoltarea personală* în învățământul primar. Prin urmare, Curriculumul la disciplina *Dezvoltare personală* are ca scop formarea competențelor prin achiziții specifice disciplinei, dar și prin valorificarea inter- și transdisciplinară a achizițiilor dobândite în cadrul altor discipline, precum și din viața cotidiană. Referindu-ne la dezvoltarea emoțională a elevilor claselor primare în cadrul disciplinei *Dezvoltare personală*, menționăm, că acest lucru se va realiza prin dezvoltarea *competențelor specifice disciplinei*[45].

2.4. Educația parentală are un rol deosebit de important în formarea și dezvoltarea emoțională a copiilor și a părinților. Pentru a-și cunoaște copii din punct de vedere emoțional și a reacționa corespunzător în diferite condiții sociale părinții elevilor au nevoie de sprijin pentru a face față provocărilor actuale ale copiilor în familie și societate. În acest scop, în experimentul pedagogic au fost organizate ședințe cu tematică specifică dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor, dar și educației părinților în sensul promovării culturii emoționale (Tab. 3.2).

Tabelul 3.2. Școala părinților cu tematica dezvoltării inteligenței emoționale

Tematica ședințelor cu părinții	Obiectivele educației parentale	Strategii de activitate pedagogică
Specificul copiilor de vârstă școlară mică	<ul style="list-style-type: none"> • vor cunoaște particularitățile de vârstă ale copilului de 6-7 ani; • vor sesiza necesitatea cunoașterii particularităților de vârstă și impactul acestora asupra dezvoltarea copilului și stabilirea relațiilor familie – copil; • vor face schimb de idei, sugestii și vor elabora un plan de acțiuni ce va eficientiza stările emoționale, procesul de învățare și educare a copilului, ținând cont de particularitățile de vârstă 	Lectura Prezentarea Lucrul în echipă Lucrul individual Analiza Discuția Diagrama Wenn Lectura Analiza
Rolurile-cheie ale părinților	<ul style="list-style-type: none"> • vor dezvolta abilităților practice de comunicare între părinți; • vor încuraja participarea părinților în procesul educațional pentru a favoriza o comunicare tolerantă. 	Conversația Explicația Argumentarea Lucrul individual Diagrama Wenn Lucrul în echipă

Promovarea stimei și a imaginii de sine pozitive	<ul style="list-style-type: none"> • vor determina în ce măsură se încred în ei înșiși • vor stabili pași concreți de formare a încrederii în sine la copii • vor sesiza rolul esențial al sentimentului de valoare personală în sănătatea mintală și emoțională 	Lectură comentată Discuție în grup Discuție dirijată Scaunul liber Lucru individual
Violența și efectele acesteia în mediul școlar	<ul style="list-style-type: none"> • vor cunoaște date statistice cu privire la violența față de copii în România și R. Moldova • vor explica cauzele apariției abuzului față de copii prin prisma experienței personale • vor clarifica diferența între acțiuni de disciplinare și cele abuzive • vor reflecta asupra efectelor abuzului față de copilului marcarea lui pentru toată viața 	Tehnica 6 De ce? Exercițiul empatic Asocieri libere Listare Prezentare Lurcu în perechi Lectură Lucru în grup mare
Nevoile emoționale ale copiilor de vârstă școlară mică	<ul style="list-style-type: none"> • vor înțelege necesitatea de a găsi modalități potrivite pentru satisfacerea nevoilor • vor identifica modalitățile de a reacționa eficient la dorințele inadecvate ale copilului 	Lectura Analiza Argumentarea Lucrul în echipă

2.5. Formarea și consolidarea competențelor emoționale ale elevilor ce devin mai importante, astfel manifestarea unora se explică prin perpetuarea unor emoții necontrolate, negative, afirmate fără tact, care generează blocaje și disconfort [55, p. 75].

3. Dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar a presupus selectarea și aplicarea unor strategii de educație emoțională în cadrul procesului educațional, menționăm strategiile care au fost orientate spre dezvoltarea competențelor relevante vârstei:

- (a) strategii de autoreglare emoțională și implicare optimă;
- (b) strategii de formare a empatiei și a curiozității;
- (b) strategii de dezvoltare a adaptabilității și a creativității;
- (b) strategii de promovare a responsabilității și a perseverenței;
- (b) strategii de formare a conștiințozității în respectarea regulilor sociale;
- (b) strategii de disciplinare emoțională și a intuiției;
- (b) strategii de învățare a regulilor de cooperare și entuziasm;
- (b) strategii de dezvoltare a asertivității comunicative și a autoevaluării obiective;
- (b) strategii de formare a sociabilității și a integrării;
- (b) strategii de management al stresului în explorarea problemelor.

Metodologia specifică recomandată include un set de metode educaționale menite să dezvolte conștiința emoțională și competențele emoționale, exprimate prin atitudini, capacități

și cunoștințe. Aceste metode sunt esențiale pentru strategia didactică, constituind modelul de interacțiune între diversele metode, procedee, mijloace și moduri de instruire. Astfel, ele reprezintă componenta executivă a strategiei, având rolul de a facilita atingerea obiectivelor educaționale. Pentru cadrul didactic, metodologiile educației sunt planuri de acțiune concepute pentru transmiterea formarea competențelor specifice dezvoltării IE [58].

4. Valorificarea oportunităților pedagogice ale dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor au vizat, pe de-o parte, abordarea metodologică a procesului de consolidare a culturii emoționale a profesorilor, iar, pe de altă parte, educația emoțională a elevilor în cadrul parteneriatului educațional. De reală utilitate ne-a fost ideile metodologice ale cercetătoarelor V. Goraș-Postică și R. Bezede care menționează, că participarea părinților la activitățile organizate de școală sunt esențiale în formarea elevilor mici și în realizarea unei comunicări eficiente dintre membrii familiei, învățătorii și actorii educativi din comunitate. Părinții nu reușesc întotdeauna să se implice, deși sunt conștienți de faptul că o relație bună între ei și școală, învățători, manageri facilitează formarea personalității elevului. O altă parte dintre părinți sunt indiferenți față de ceea ce se întâmplă în școală, iar scopul pedagogilor este de a-i implica pe toți. Pentru realizarea acestui scop, cercetătoarele propun următoarele:

- crearea unui *consiliu din părinți*, care ar asigura legătura directă între părinți și manageri;
- sporirea contribuției statului la finanțarea învățământului public pentru a micșora suportul financiar oferit de părinți școlii;
- asigurarea transparenței în gestionarea fondurilor colectate de la părinți;
- eficientizarea activității Comitetului de părinți în luarea deciziilor și implicarea lor directă în desfășurarea procesului educațional;
- constituirea unor parteneriate viabile și durabile cu Administrația Publică Locală și alți actori ai instituțiilor educative comunitare;
- diversificarea activităților desfășurate cu părinții;
- sporirea calității activităților de orice tip desfășurate cu părinții și cu alți actori educativi;
- informarea părinților privind oportunitățile de participare în viața școlii sau în realizarea eventualelor proiecte educaționale;
- implicarea părinților în realizarea calitativă a procesului educațional și în formarea personalității elevului din clasele primare [57].

Din cele relatate, rezultă că factorii care susțin sau dizolvă un parteneriat sunt: ideologia, leadership-ul, puterea de convingere a pedagogilor și părinților, istoricul și relațiile preexistente, competiția, resursele personale, timpul, durata etc.

3.2. Valori experimentale comparate ale dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar și a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar

La etapa de formare și la etapa de control a experimentului pedagogic, *ipoteza cercetării experimentale* vizează prezumția că, succesul școlar în învățământul primar depinde explicit de dezvoltarea competențelor emoționale, fapt care orientează investigația spre estimarea nivelurilor de inteligență emoțională a elevilor și diagnosticarea gradului de formare a profesorilor din învățământul primar pentru proiectarea și realizarea educației pentru dezvoltare emoțională. Evaluarea inteligenței emoționale la elevii din învățământul primar este un domeniu complex care necesită utilizarea unor metode adaptate vârstei. Autorii de referință din domeniul cercetării D. Goleman, H. Gardner, E. Howard, M. Cojocaru-Borozan, El. Rusu, D. Antoci, etc. au contribuit semnificativ la dezvoltarea metodologiilor care permit o evaluare comprehensivă și precisă a competențelor emoționale ale copiilor. Parte din acestea au fost sintetizate, aplicate la diferite etape ale experimentului pedagogic și descrise în lucrare.

Obiectivele cercetării la etapa de formare au constituit:

- implementarea modelului pedagogic în clasele primare (cl. III-a și a IV-a);
- analiza datelor experimentale;
- formularea unor concluzii științifice privind impactul activităților de formare.

Formarea profesională continuă a cadrelor didactice s-a realizat prin diverse forme unele mai frecvent explorate au fost atelierele tematice. Spre exemplu:

Atelierul tematic în cadrul Consiliului profesoral:

„Dimensiuni ale educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor”

Grup țintă: cadrele didactice din învățământul primar

Obiective:

- O1** - analiza conceptului de inteligență emoțională;
- O2** - conștientizarea rolului educației pentru dezvoltare emoțională în asigurarea succesului școlar al elevilor din clasele primare;
- O3** – provocarea motivației profesorilor pentru evaluarea propriului nivel de cultură emoțională.

Timp rezervat: 1h 20 min.

Demersul activității de formare a presupus: profesorilor li se propune spre meditație un fragment din cartea *Inteligența emoțională*, autor D. Goleman.

Pregătirea profesorilor pentru educația emoțională și dezvoltarea emoțională (EDE) a elevilor este principială pentru a sprijini creșterea sănătoasă și echilibrată a copiilor, în special în învățământul primar. Din aceste rațiuni analiza unor cazuri ce reflectă conduite emoționale recomandabile constituie o tehnică larg explorată în învățământul primar. Spre exemplu:

Când a fi deștept e o prostie

„H. Janson, elev în anul doi, cu zece pe linie, învăța la liceul Coral Springs, Florida și era ferm să meargă mai departe, la Facultatea de Medicină. Și nu la orice universitate- visa să ajungă la Harvard. Dar Pologruto, profesorul lui de fizică, îi dăduse lui Janson doar 80 de puncte din 100 la un chestionar. Crezând că nota-un biet 9-iar putea pune în primejdie visul de o viață Janson a luat un cuțit de bucătărie, l-a adus la școală și...și-a înjunghiat profesorul...

Un judecător l-a găsit nevinovat, pentru că ar fi suferit o criză de nebunie temporară. În timpul acestui incident- o comisie formată din patru psihologi și psihiatri au declarat sub jurământ că în timpul confruntării băiatul nu fusese în deplinătatea facultăților mintale...

După ce a fost transferat la o școală particulară, Janson a terminat liceul doi ani mai târziu ca șef de promoție. Luând numai 10, a terminat cu medie maximă. Deși, Janson a obținut asemenea rezultate spectaculoase, fostul lui profesor de fizică David Pologruto s-a plâns că Janson nu și-a cerut niciodată scuze și nici nu și-a asumat răspunderea pentru faptul că l-a atacat. Întrebarea este cum a fost cu puțință ca o persoană atât de inteligentă să comită un act irațional-atât de prostesc?” (D. Goleman)

Cadrele didactice comentează fragmentul discutat. Profesorii au răspuns: „inteligenta rațională (IQ) depinde de viața emoțională. Pe lângă „creierul mental”, există și „creierul emoțional” și concluzionează despre importanța esențială a armonizării rațiune - sentimente.

Formatorul explică noțiunea de inteligență emoțională și descrie componentă acesteia menționând competențele socio-emoționale relevante profesiei didactice (Figura 3.3.).

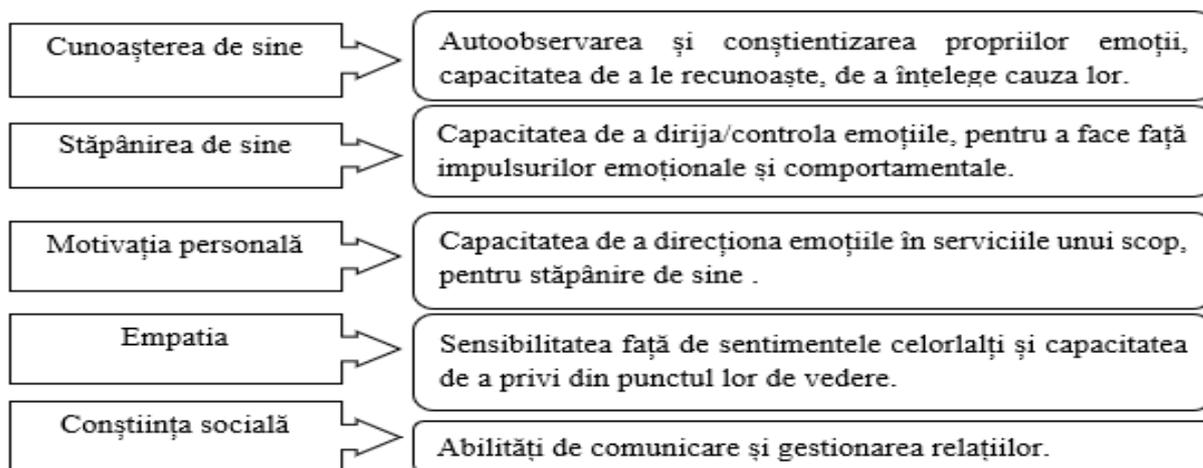


Figura 3.3. Competențele emoționale corespunzătoare componentelor IE

Profesorii au un rol central în formarea și dezvoltarea competențelor emoționale și sociale ale elevilor, iar pentru a avea un impact pozitiv, aceștia trebuie să fie pregătiți și instruiți adecvat în abordarea emoțională a educației. Totodată, formatorul profesorilor accentuează, că spre deosebire de inteligența cognitivă, care poate fi limitată genetic, inteligența emoțională se cultivă, nivelul acesteia poate crește considerabil și roagă profesorii să argumenteze necesitatea promovării educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor. Spre exemplu conversația euristică a condus la identificarea unor concluzii referitoare la pașii necesari în vederea conștientizării importanței dezvoltării emoționale a elevilor. La întrebarea *Ce putem întreprinde ca și cadre didactice pentru a cultiva IE elevilor?* profesorii au formulat următoarele răspunsuri:

- Manifestarea unui nivel înalt al culturii emoționale proprii;
- Încorporarea activităților menite să dezvolte abilitățile emoționale în programul zilnic al școlii.
- Stimularea activităților de grup, în perechi și individuale în clasă, pentru a îmbunătăți abilitățile sociale și emoționale.
- Recunoașterea importanței inteligenței emoționale la elevi, considerând-o la fel de valoroasă ca dezvoltarea cognitivă.
- Oferirea de informații despre resursele disponibile pentru sprijinul dezvoltării emoționale.

Profesorii din învățământul primar, ghidați de formator, au stabilit ***pașii metodologici pentru dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor:***

Pasul 1. În primul rând, cadrele didactice trebuie să se afirme printr-un nivel optim al culturii emoționale, adică: să-și explice propriile trăiri emoționale; să înțeleagă trăirile emoționale ale elevilor; să-și asume răspunderea pentru calitatea comunicării pedagogice și să rezoneze cu elevii pentru satisfacerea nevoilor lor emoționale; să conștientizeze proprii nevoi emoționale.

Pasul 2. Să susțină elevii:

- sprijinirea elevilor în analiza sentimentelor lor prin intermediul comunicării.
- oferirea de opțiuni și suport printr-o atitudine pozitivă.
- înțelegerea și respectarea sentimentelor elevilor printr-o abordare empatică;
- învățându-i să își rezolve problemele și din punct de vedere emoțional.

Profesorii sunt familiarizați cu modalități de dezvoltare a caracterelor vizate, descrise în lucrare (jocul didactic; modelarea comportamentală; jocul de rol; problematizarea; povestea terapeutică; metoda studiului de caz, activităților cu părinții). Aceste tehnici și metode pot fi aplicate în cadrul diferitor etape ale lecției la toate disciplinele, mai aprofundat, în demersul

educațional la: dezvoltarea personală, managementul clasei, educație pentru societate, orele de dirigenție. Se formulează de comun acord concluziile activității:

- cadrele didactice, prin cultura lor emoțională servesc ca modele în dezvoltarea componentelor inteligenței emoționale a elevilor;
- educația pentru dezvoltare emoțională este indispensabilă în dezvoltarea elevilor.
- profesorul modern va stimula formarea competențelor emoționale ale elevilor;
- profesorul trebuie să pună în aplicare diverse tehnici, mijloace care ar permite elevilor să simtă ceea ce au învățat, să practice în relațiile cu elevii;
- stilurile manageriale la clasa de elevi trebuie să fie adaptate circumstanțelor pentru stimularea abilităților emoționale ale lor;
- pentru o bună integrare socială, elevii trebuie învățați Să recunoască, să interpreteze și să răspundă corespunzător la diverse situații.

Pasul 3. Se propune tema pentru acasă: planificarea unor strategii de formare/ dezvoltare a competențelor emoționale de bază la elevi în cadrul disciplinei predate.

Dimensiunea: *Management educațional*. Educație parentală

Familia, este primul mediu de viață al copilului, influențând considerabil dezvoltarea sa ulterioară [119, p. 23]. Părinții sunt primii profesori ai copilului, ei pun bazele educației acestuia în mediul familial. Implicarea familiei pe durata experimentului este esențială pentru dezvoltarea socială și emoțională a elevilor. Părinții pot fi implicați la toate etapele programului de intervenție:

- a) În etapa investigării și evaluării, constituind o sursă importantă de informare asupra caracteristicilor personale ale copilului, a nevoilor personale, problemelor cu care se confruntă;
- b) În etapa analizei funcționale a comportamentului, oferind ipoteze referitoare la resorturile utilizării unui anumit comportament dezadaptativ/ negativ/ indezirabil cu scopul de a evita o pedeapsă sau de a obține o recompensă. Tot în această etapă, părinții pot participa cu succes în demersul de identificare a contingentelor (antecedente și consecințe) unui comportament vizat;
- c) În etapa dezvoltării și realizării planului de intervenție individualizat, părinții sunt cei care, cunoscând cel mai bine copiii și petrecând cel mai mult timp cu ei, pot identifica potențialele recompense sau pedepse care pot fi utilizate în modificarea conduitei, cea mai activă implicare a părinților este sub aspectul de co-partener, de însușire a unor tehnici aplicabile la domiciliu.

Din acest considerent au fost organizate training-uri pentru părinți, desfășurate pe etape care au inclus ateliere de lucru cu părinții și au avut ca scop îmbunătățirea relațiilor și sporirea nivelului de comunicare eficientă dintre părinți și copii.

În scopul obținerii rezultatelor dorite în implementarea activităților formative din cadrul experimentului, dar și pentru a depăși dificultățile întâlnite în procesul comunicării din cadrul familiei, părinții elevilor implicați în cercetare au beneficiat de consiliere pedagogică din partea psihologului și angajaților din cadrul Liceului Tehnologic Sf. Mucenic Sava, parteneri educaționali ai liceului în care s-a desfășurat cercetarea. Toate aspectele discutate în timpul programului de formare, privind viața copilului sau a familiei din care face parte, rămân confidențiale nefiind făcute publice în afara grupului de formare, în acest scop, fiind semnate acorduri parentale cu fiecare părinte sau reprezentant legal al elevilor.

Tabelul 3.5. Metodologii de sporire a inteligenței emoționale ale elevilor din clasele primare (plan intrapersonal)

Strategii de dezvoltare a IE	Metode specifice EDE a elevilor din clasele primare
(a) strategii de autoreglare emoțională și implicare optimă;	R. Davidson Metoda: Utilizarea neuroștiințelor pentru a înțelege și a promova empatia, prin metode precum meditația și neurofeedback-ul. P. Tough (How Children Succeed) <i>Cultura școlară pozitivă</i> M. Rosenberg Metoda: Aplicarea comunicării nonviolente (CNV) pentru a îmbunătăți conexiunile emoționale și empatia în relații.
(b) strategii de formare a empatiei și a curiozității;	D. Goleman Metoda: Promovarea conștientizării emoționale și a înțelegerii perspectivelor diferite S. Baron-Cohen Metoda: Dezvoltarea teoriei minții emoționale și a empatiei ca abilități cognitive. J. Nelsen Disciplina pozitivă M. Hoffman Metoda: Învățarea reciprocă și modelarea de strategii esențiale pentru formarea empatiei. L. Banks Metoda: Integrarea jocurilor de rol și a teatrului, pentru a stimula imaginația și capacitatea de a înțelege perspectivele altora. H. Riess Metoda: Folosirea de tehnici de comunicare și feedback empatic pentru a îmbunătăți abilitățile de interacțiune socială. R. Krznaric Metoda: Încurajarea „schimbului de perspective” și a experiențelor directe, pentru a sprijini dezvoltarea empatiei.

(c) strategii de dezvoltare a adaptabilității și a creativității;	J. Piaget, Metoda explorării și descoperirii L. Vygotsky, Jocurile de rol și dramatizarea H. Gardner (teoria inteligențelor multiple) Activități artistice și creative J. Bruner, Problemele deschise și provocările J. Piaget, L. Vygotsky Jocurile educaționale și puzzle-urile
(d) strategii de promovare a responsabilității și a perseverenței;	J. Bruner, L. Vygotsky, Stabilirea obiectivelor clare și accesibile B. F. Skinner (teoria comportamentului operant) Recompense și recunoaștere pentru efort și realizări J. Piaget, Dezvoltarea rutinelor și a obiceiurilor pozitive E. Erikson, Încurajarea asumării consecințelor acțiunilor C. Dweck (teoria mentalității de creștere) Promovarea rezilienței și gestionarea eșecului Al. Bandura (teoria învățării sociale) Modelarea comportamentului responsabil și perseverent
(e) strategii de formare a conștiințiozității în respectarea regulilor sociale;	<i>Învățarea socială și emoțională (SEL)</i> Al. Bandura, <i>Modelarea comportamentului emoțional</i> L. Vygotsky <i>Jocuri de rol și scenarii</i> C. Dweck <i>Feedback constructiv</i> J. Dewey <i>Învățarea prin proiecte</i> J. Kabat-Zinn <i>Tehnici de mindfulness</i> D. Johnson și R. Johnson (Teoria învățării cooperante) <i>Activități de grup și cooperare</i>

Metodologiile utilizate pentru dezvoltarea emoțională se bazează pe mai multe strategii, cele mai eficiente metode fiind jocul educativ, care stimulează învățarea emoțională prin activități de rol, în care copiii interpretează diferite emoții și învață să rezolve situații conflictuale. De asemenea, conștientizarea emoțiilor este o altă abordare importantă, prin care elevii sunt încurajați să își recunoască și să își exprime emoțiile, folosind tehnici precum jurnalul emoțiilor sau discuții ghidate despre sentimente. O altă metodă eficientă este biblioterapia, unde profesorii folosesc povești pentru a-i ajuta pe elevi să înțeleagă și să învețe lecții despre comportamentele emoționale. Poveștile oferă exemple concrete despre cum pot fi gestionate emoțiile în mod adecvat. În completare, mindfulness-ul și tehnicile de relaxare contribuie la

dezvoltarea autocontrolului emoțional, ajutându-i pe elevi să își calmeze mintea și să reducă stresul prin exerciții de respirație sau meditații scurte.



În cadrul acestor activități, am folosit ca suport didactic *Ghidul pentru părinți: Preadolescența și adolescența*, elaborat de psihologul D. Petrovai, cartea lui D. Goleman *Inteligența emoțională*, cartea *Educație pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală*, autori C. Zagaievschi, M. Cojocaru-Borozan, lucrarea *Educație pentru dezvoltarea inteligenței emotionale*. Activitățile EDE oferă copiilor o modalitate non-verbală de a exprima ceea ce simt, prin desen, muzică sau teatru, permițându-le să își exploreze și să își înțeleagă mai bine propriile emoții. În plus, învățarea cooperativă și proiectele de grup promovează abilitățile sociale și emoționale, învățându-i pe elevi să colaboreze, să comunice eficient și să își dezvolte empatia.

În toate aceste metode, feedback-ul pozitiv și recunoașterea emoțiilor joacă un rol esențial. Profesorii pot modela comportamente emoționale sănătoase și pot întări reacțiile adecvate, oferindu-le copiilor sprijin în gestionarea propriilor trăiri emoționale.

Tabelul 3.6. Metodologii de sporire a inteligenței emoționale ale elevilor din clasele primare (plan interpersonal)

Strategii de dezvoltare a inteligenței emoționale	Metode specifice EDE a elevilor din clasele primare
(f) strategii de disciplinare emoțională și a intuiției;	Jocuri de Echipă Utilizarea Tehnologiilor informaționale și comunicaționale
(g) strategii de învățare a regulilor de cooperare și entuziasm;	Proiecte de Colaborare Proiecte de Serviciu Comunitar Jocuri de Rol și Simulări Activități Artistice și Creative
(c) strategii de dezvoltare a asertivității comunicative și a autoevaluării obiective;	Antrenamente de Rol Tehnici de Comunicare Non-verbală Exerciții de Refuz Politicos Dezvoltarea Abilităților de Negociere Jurnale de Auto-reflecție Feedback Constructiv Setarea și Monitorizarea Obiectivelor Personale Analiza de Cazuri și Studii de Caz
(l) strategii de formare a sociabilității și a integrării;	Activități de Team-building și Jocuri Cooperante Grupuri de Lucru și Proiecte Colaborative Sesiuni de Socializare Structurată Program de Mentorat Activități Culturale și Diverse Program de Voluntariat și Serviciu Comunitar Program de Educație Socială și Emoțională
(m) strategii de management al stresului în explorarea problemelor.	Tehnici de Respirație și Relaxare Planificarea și Organizarea Timpului Abordarea Problemei pas cu pas Comunicarea Eficientă și Colaborarea Gestionarea Emoțiilor și Auto-reflecția Promovarea unui Mediu de Învățare Suportiv
(f) strategii de disciplinare emoțională și a intuiției;	Jocuri de Echipă Utilizarea Tehnologiilor informaționale și comunicaționale

Prin utilizarea acestor metodologii variate, dezvoltarea emoțională a elevilor din învățământul primar este sprijinită eficient, oferindu-le copiilor un cadru sigur și pozitiv pentru a-și construi competențele emoționale necesare pe termen lung. Aceasta creează premisele pentru succesul lor în relațiile interpersonale și în viața școlară.

Valori experimentale comparate ale inteligenței emoționale a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar

La baza proiectării și organizării activităților de formare au stat *principiile de selectare și combinare a metodelor și mijloacelor de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor* între care menționăm: racordarea la universul individual al personalității elevilor, la nivelul educației și culturii și spiritualității elevilor; valorificarea potențialului spiritual al elevilor; adecvarea la natura și esența obiectului comunicat (materiilor predate/capacităților formate); valorificarea obiectivelor educaționale privind EDE; formarea și evaluarea gradului de dezvoltare a competențelor emoționale și adecvarea praxiologică a demersurilor educaționale la condițiile și nevoile emoționale și particulare ale elevilor [2].

Metodele de lucru cu părinții în contextul educației emoționale a elevilor sunt esențiale pentru a asigura o dezvoltare armonioasă a copiilor, întrucât părinții joacă un rol central în modelarea comportamentului emoțional al acestora. Implicarea părinților în procesul educațional contribuie la crearea unei legături puternice între școală și familie și la formarea unei abordări coerente în ceea ce privește dezvoltarea socio-emoțională a copiilor. Iată câteva metode eficiente de lucru cu părinții: ședințe și întâlniri periodice cu părinții, ateliere și cursuri de formare pentru părinți, consilierea individuală sau de grup, comunicarea digitală (platforme online), implicarea părinților în activitățile școlare, grupuri de suport pentru părinți și evaluarea periodică a progresului emoțional.

Colaborarea activă între școală și familie, prin ședințe, ateliere, consiliere și alte metode, permite o abordare unitară și susținută a nevoilor emoționale ale copiilor, contribuind astfel la formarea unei personalități sănătoase și echilibrate.

Obiectivele cercetării la etapa de validare a Modelului pedagogic de dezvoltare a inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală-familie au presupus activități de educație parentală:

Atelier de lucru cu părinții cu genericul „Meseria de părinte...”

Scop: conștientizarea rolului familiei și responsabilităților parentale în formarea personalității copilului. Încurajarea implicării părinților în programul de dezvoltare emoțională a elevilor. **Grup țintă:** Părinții claselor de elevi din cadrul eșantionului. **Timp:** 90 de minute

Demersul activității:

Se distribuie fiecărui părinte fișa *Discursul unui elev despre meseria de părinte (Figura 3.4)*, și se solicită acestora să identifice meseria la care se referă copilul imaginar.

Discursul ce vorbește despre meseria de părinte

Dacă ar fi să vorbesc despre această meserie, aş spune următoarele:

- ⇒ Munceşte cu seriozitate pentru a mă învăţa şi educa.
- ⇒ Îmbină utilul cu plăcutul în activităţile de învăţare şi educare pe care mi le oferă zilnic.
- ⇒ Îmi dă o mulţime de sarcini, mai plăcute, mai neplăcute, dar toate spre folosul meu.
- ⇒ Foloseşte o mulţime de metode de educare... unele mai dure, altele mai jucăuşe... dar toate cu scopul de a mă forma ca om de calitate.
- ⇒ Îşi impune să fie un exemplu pozitiv pentru ceilalţi şi-mi solicită acelaşi lucru şi mie.
- ⇒ Periodic analizează ce am învăţat, dar nu ca să mă critice ci pentru a mă ajuta să progrez şi pentru a-mi evidenţia reuşitele.

Când am reuşit să învăţ toate lucrurile considerate de el necesare, îmi dă voie să merg mai departe, pe drumurile pe care mi le oferă viaţa....

Figura 3.4. Secvenţă din Fişa „Discursul unui elev despre meseria de părinte”

Pasul 2 Se citesc răspunsurile părinţilor (pe care le estimăm ca referindu-se la meseria de profesor) şi le spunem apoi meseria „surpriză”. Copilul se referă la ...**meseria de părinte**.

Pasul 3. Părinţilor oferim **un chestionar** (Figura 3.5), ce le dă posibilitatea de a analiza cu privire la modul în care îşi realizează responsabilităţile parentale.

Chestionar pentru părinţi

1. Cine se ocupă în mod special de educaţia copilului?
a) mama b) tatăl c) ambii părinţi d) altă persoană (cine?.....)
2. Cât de mulţumiţi sunteţi de comportamentul copilului dumneavoastră ?
a) foarte mulţumit b) mulţumit c) uneori mulţumit d) uneori dezamăgit
3. Cât de des vă interesaţi de diriginte, despre felul cum se comportă copilul dumneavoastră la şcoală?
a) foarte des b) des c) periodic d) uneori c) foarte rar
4. Cunoaşteţi cu ce se ocupă copilul dumneavoastră în timpul liber?
a) cunosc şi discutăm despre ocupaţiile lui b) deseori c) uneori îmi spune
5. Cât timp pe zi acordaţi copilului dumneavoastră pentru a discuta sau face activităţi special cu el ?
a) mai puţin de ½ oră b) aproximativ ½ oră c) ½ oră – 1 oră d) peste 1 oră
6. Cât de des îl întrebaţi pe copilul dumneavoastră cu privire la trăirile lui personale ?
a) foarte des b) des c) mediu d) rar c) foarte rar
7. Cunoaşteţi problemele de ordin emoţional cu care se confruntă copilul dumneavoastră?
a) le cunosc foarte bine b) ştiu câte ceva c) discutăm doar despre reuşita şcolară
8. Cum credeţi că poate fi soluţionată o problemă de ordin comportamental care îl implică şi pe copilul dumneavoastră?
a) prin identificarea vinovatului b) prin aplicarea pedepsei c) prin discuţii
9. Cât de importantă este pentru dumneavoastră colaborarea cu şcoala?
a) destul de importantă b) importantă c) suficient de importantă d) deloc importantă

Figura 3.5. Secvenţă din „Chestionarul pentru părinţi”

Pasul 4. Se reia discursul și se transformă afirmațiile din discurs și din chestionar în sfaturi acordate părinților:

✓ Să păstreze un echilibru între metodele de disciplinare bazate pe restricții și cele care oferă recompense, astfel încât copilul să nu se simtă constrâns excesiv, dar nici să nu fie lăsat cu o libertate prea mare.

✓ Să fie consecvenți în regulile și comportamentul pe care le impun, asigurându-se că ambii părinți sunt pe aceeași lungime de undă și aplică aceleași reguli.

✓ Să asculte mai întâi copilul (părerea și sentimentele lui) pentru a-i oferi un sentiment de siguranță, înainte de a oferi critici constructive sau sfaturi.

✓ Să depășească grijile cotidiene și să acorde timp special copilului, interesându-se de ce a învățat la școală, ce prieteni are și ce probleme îl frământă.

✓ Să fie atenți la modul în care copilul își petrece timpul liber, îndrumându-l spre activități care să-i dezvolte trăsături de caracter pozitive.

✓ Să-l considere un partener de discuție și acțiune, lăsându-l să ia propriile decizii atunci când este pregătit. 4. Părinților li se explică că schimbarea atitudinilor și modului de reacție a lor reprezintă un factor de schimbare a comportamentelor copiilor. În acest sens sunt rugați să completeze în tabelul din fișa primită, schimbările pe care și le dorește în comportamentul copilului și în comportamentul propriu. Menționăm că preocuparea noastră a fost ca obiectivele să fie realizabile (*Figura 2.8.*)

Obiective pentru schimbarea comportamentului copilului	Obiective pentru schimbarea comportamentului părintelui
1.	1.
2.	2.
...	...

Figura 3.6. Secvență din fișa de lucru cu părinții

La final de ședință li se dă părinților o fișă (decupată în formă de inimă) cu sfaturi pentru părinți și sfaturi pentru copii, subliniindu-se că „inima perfectă a unei familii” se va obține doar dacă cele două părți (părinți și copii) vor depune eforturi susținute și echilibrate. Se va sugera părinților ca jumătatea ce le revine lor să o păstreze și cealaltă jumătate să o dea copilului său. Această activitate s-a dovedit a fi mult eficientă prin efectele sale formative.

Dimensiunea: Comunicare educațională. Activități cu elevii în cadrul disciplinelor școlare
(inclusiv, Dezvoltarea personală)

Ca urmare a analizei atelierelor de formare, cadrele didactice la disciplinele școlare au desfășurat activități în timpul orelor la clasele în cadrul grupului experimental. Ca exemplu poate

servi activitatea din cadrul lecției publice la disciplina *Dezvoltare personală*, desfășurată de către profesor. Această activitate a avut ca scop consolidarea motivației personale în vederea controlului emoțional în diverse situații din viața cotidiană. *Desfășurarea activității*: Profesorul scrie pe tablă cuvântul *putere* și inițiază o discuție cu elevii despre conținutul acestui cuvânt pentru fiecare din ei (deținerea controlului, drept la decizie, influență, autoritate). E posibil ca unii elevi să înțeleagă sensul negativ al *puterii*, cum ar fi dominanța și intimidarea etc. Profesorul accentuează că puterea se recomandă să fie folosită numai în sens pozitiv și exersează cu clasa puterea personală în depășirea situații tensionante. În continuare a fost organizată discuția-dezbatere în baza următoarelor întrebări:

- *Cum v-ați simțit în situația în care ați manifestat putere personală?*
- *Cum ați caracteriza conceptul de putere în felul în care ați manifestat-o?*
- *Cum credeți că a schimbat situația felul în care ați manifestat puterea?*
- *Ce nou ați învățat din această activitate?*
- *Care este legătura dintre puterea personală și motivație?*

Profesorul explică că în situațiile în care oamenii se simt lipsiți de putere, este important să identifice modalități de motivare, pentru că prin motivație putem deține control asupra emoțiilor și propriilor gânduri, care în final dictează cursul evenimentelor.

În continuare prezentăm date empirice comparate pentru a interpreta impactul activităților de formare profesională continuă a profesorilor din grupul experimental (Tab. 3.7).

Tabelul 3.7. Date experimentale privind gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (control, GE)

Variabile/Niveluri	excelent		peste medie		suficient		insuficient		Total	
	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%
Prioritizarea dezvoltării inteligenței emoționale	16	50,0	12	37,5	4	12,5	0	0,0	32	100,0
Cunoașterea Modelului de educație bazat pe inteligență emoțională	18	56,3	12	37,5	2	6,3	0	0,0	32	100,0
Proiectarea educației pentru dezvoltare emoțională	14	43,8	14	43,8	4	12,5	0	0,0	32	100,0
Aplicarea metodologiilor de educație emoțională	15	46,9	13	40,6	4	12,5	0	0,0	32	100,0
Valorificarea parteneriatului educațional pentru formarea competențelor emoționale	17	53,1	14	43,8	1	3,1	0	0,0	32	100,0

Datele experimentale din Tab. 3.7 demonstrează preponderența rezultatelor pentru nivelurile înalt și peste medie la toate variabilele cercetării gradului de pregătire a profesorilor pentru EDE.

Ateliere de activitate educativă cu elevii, desfășurate de către cadrele didactice

În cadrul programului de intervenție, cadrele didactice au desfășurat ateliere de lucru cu elevii implicați în cercetare. Aceste ateliere au avut ca scop: formarea și dezvoltarea capacității de apreciere și acceptare a diversității umane; antrenarea deprinderilor comportamentului echilibrat din punct de vedere emoțional; cultivarea deprinderii de a învăța să găsească scheme alternative de comportament în diferite situații, formarea stilului individual de gestionare a emoțiilor. Ca exemplu poate servi unul din atelierele de lucru desfășurate cu elevii din învățământul primar.

Atelier de activitate educativă cu elevii nr.2

Subiectul: Diversitatea stilurilor comportamentale

Scopul activității: demonstrarea stilurilor psihoemoționale posibile în diferite situații, consolidarea deprinderilor de comportament echilibrat.

Exercițiul 1 *Încălzirea emoțională*

Jocul: *Desface pumnul*

Desfășurarea: Elevii se împart în perechi: unul strânge pumnul, celălalt trebuie să-l desfacă timp de 2 minute. Elevii din perechi se schimbă cu rolurile și exercițiul de desfacere a pumnului se repetă. Urmează discuțiile privind metodele utilizate pentru atingerea scopului. Se consideră învingător cel care nu a folosit forța și agresiunea, dar a utilizat diferite modalități de convingere nonviolentă pentru a desface pumnul colegului.

Exercițiul 2. *Demonstrarea diferenței dintre rugămintele și cerere; conștientizarea deosebirii. Cultivarea deprinderilor empatică.*

Jocul: *Călătoria cu transportul public*

Desfășurarea: Profesorul propune imitarea călătoriei cu troleibuzul: pe scaune stau câțiva elevi, iar alături o bătrânică. Sarcina este de a ruga elevii să ofere locul bătrânei. Rolul persoanei care vine cu această rugămintă îl joacă, pe rând, câțiva elevi. Urmează discuțiile despre natura rugămintilor adresate. Profesorul explică noțiunile: *ordin, cerere, rugămintă*.

Ordin- dispoziție obligatorie, înaintată de cineva pentru a fi executată întocmai.

Cerere- acțiune adresată unei persoane cu scopul de a cere ceva (adresare pentru valorificarea, recunoașterea sau apărarea unui drept).

Rugămintă- cerere insistentă pentru a obține ceva.

Discuția - dezbateri:

- Cum v-ați simțit când ați intervenit pentru a elibera un loc pentru o bătrânică?
- Cum v-ați simțit după soluționarea problemei?
- Cum credeți că s-a simțit bătrânică?
- Ce ați formulat mai greu: cererea sau rugămintea?
- Când este nevoie de mai mult curaj: când ceri sau când rogi?
- Rezultatul dorit este obținut prin constrângere sau prin rugămintea?

Profesorul descrie profilul unei persoane puternice „încrezută în sine” și profilul unei persoane slabe „neîncrezute”, reieșind din situația respectivă: Persoana puternică, nu se teme să pară slabă sau să-i fie rușine atunci când roagă, iar persoana slabă, neîncrezută în sine, se teme să roage, deoarece vede rugămintea ca o umilință.

Exercițiul 3. Antrenarea deprinderii de a primi demn un refuz.

Cultivarea deprinderilor empatice.

Jocul: *Primește refuzul demn*

Desfășurarea: Elevii se aranjează în formă de cerc, profesorul- în centru. Profesorul roagă elevii să se schimbe cu locurile. Elevii refuză- cine și în ce mod dorește.

Discuția - dezbateri:

- Ce ați simțit în momentul când ați fost refuzați?
- Cum v-ați simțit când ați refuzat colegii?
- Ce simțiți acum?
- Ce lecție ați învățat din experiența trăită?

Exercițiul 4. Antrenarea deprinderii de a vedea pozitivul în situațiile complicate.

Dezvoltarea deprinderilor de autocontrol.

Jocul: *Găsește frumosul*

Desfășurarea: Profesorul relatează situații care le provoacă elevilor iritație sau furie și îi îndeamnă să recunoască pozitivul în fiecare situație pronunțând o frază începând cu cuvintele: *În schimb...*(o practică nouă, o lecție, antrenare etc.)

Exercițiul 5. Antrenarea deprinderii de a gândi pozitiv despre sine.

Jocul: *Soarele meu*

Desfășurarea: Fiecare elev este rugat să deseneze un soare și să scrie în cerc cuvântul *eu*. Puși în situația când soarele sunt ei, iar razele- calitățile lor pozitive, pe fiecare rază scriu câte o calitate, apoi fiecare își descrie soarele său. La final de activitate fiecare participant primește un pliant cu sfaturi și recomandări utile. Colaborarea activă între școală și familie, prin ședințe, ateliere, consiliere și alte metode, permite o abordare unitară și susținută a nevoilor emoționale

ale copiilor, contribuind astfel la formarea unei personalități sănătoase și echilibrate. Datele grupului de control evocate în Tab. 3.8 denotă creșterea ne semnificativă a rezultatelor experimentale.

Tabelul 3.8. Date despre gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (control, GC)

Variabile/Niveluri	excelent		peste medie		suficient		insuficient		Total	
	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%	nr	%
Prioritizarea dezvoltării inteligenței emoționale	3	10,3	8	27,6	16	55,2	2	6,9	29	100,0
Cunoașterea Modelului de educație bazat pe inteligență emoțională	2	6,9	8	27,6	15	51,7	4	13,8	29	100,0
Proiectarea educației pentru dezvoltare emoțională	1	3,4	8	27,6	14	48,3	6	20,7	29	100,0
Aplicarea metodologiilor de educație emoțională	2	6,9	8	27,6	15	51,7	4	13,8	29	100,0
Valorificarea parteneriatului educațional pentru formarea competențelor emoționale	2	6,9	8	27,6	15	51,7	4	13,8	29	100,0

Constatăm, faptul, că în grupul de control datele au crescut neesențial, deoarece acești profesori nu au beneficiat de formare profesională continuă pe dimensiunile vizate în cercetare.

Una dintre condițiile parteneriatului de succes este respectarea *etapelor de realizare a unui parteneriat educațional*, și anume:

1. Definirea obiectivelor ce vor fi atinse prin parteneriat și activitățile planificate.
2. Identificarea intereselor școlii, având în vedere rezultatele dorite.
3. Vizitarea și identificarea instituțiilor, organizațiilor sau persoanelor care pot deveni parteneri pentru școală.
4. Stabilirea intereselor potențialilor parteneri pentru a determina motivele comune de colaborare.
5. Elaborarea unei strategii de comunicare care să sublinieze beneficiile educației pentru toți actorii implicați (potențiali parteneri).
6. Negocierea și comunicarea pentru definirea rolurilor și contribuției fiecărei părți implicate.
7. Identificarea riscurilor posibile și formularea de măsuri pentru atenuarea acestora.

8. Încheierea parteneriatului, fie printr-un acord formalizat în scris (pentru activități de lungă durată), fie verbal (pentru activități temporare).
9. Evaluarea periodică a progresului parteneriatului și a calității rezultatelor obținute împreună cu partenerii [22].

O altă condiție esențială pentru un parteneriat de succes este comunicarea. În cadrul unui parteneriat, fie că este pe termen scurt (activități unice precum seminarii, vizite de studiu, evenimente școlare etc.), fie pe termen mediu sau lung (serii de întâlniri cu agenți economici, activități de voluntariat, concursuri sau stagii de pregătire practică), comunicarea joacă un rol crucial. O comunicare eficientă poate duce la succes, în timp ce o comunicare deficitară poate provoca insatisfacție și neînțelegeri în parteneriatul educațional [18]. Figura 3.7 Rezultatele comparate ale grupului experimental la etapele constatare – control.

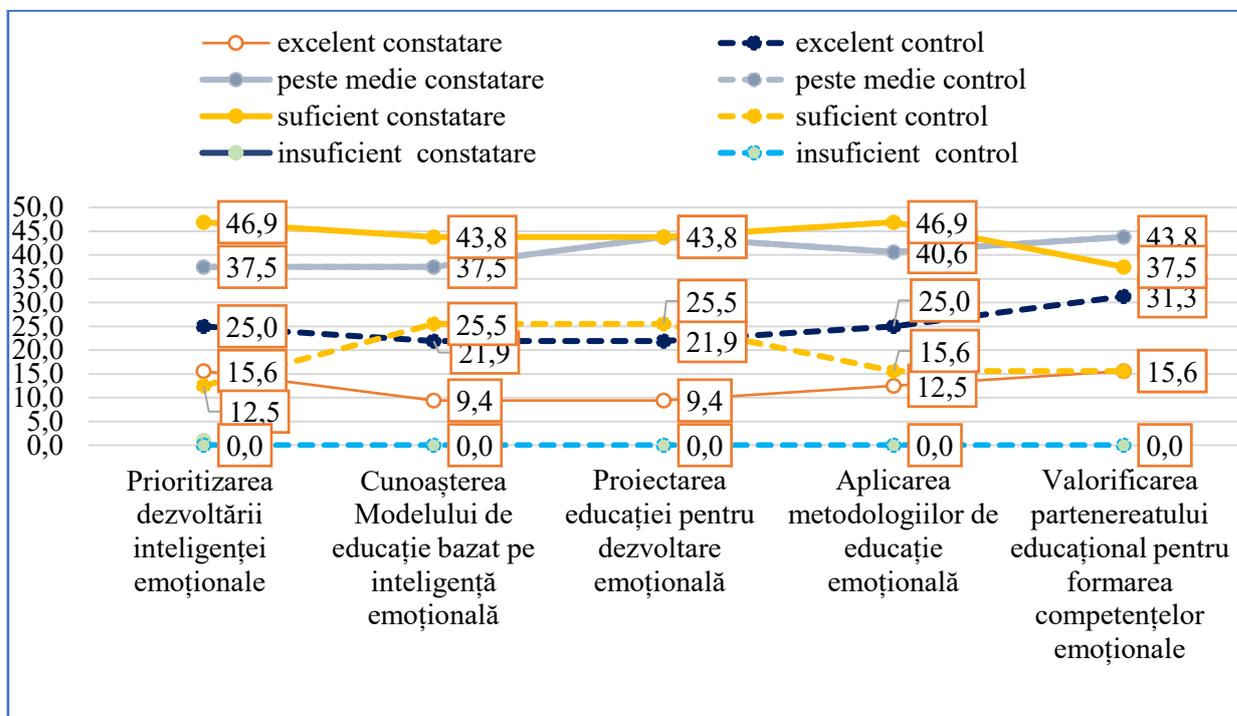


Figura 3.7. Gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (comparat, constatare-control, GE)

Constatăm sporirea datelor pentru nivelurile peste medie și excelent la etapa de control a experimentului pedagogic, fapt care se explică prin eficiența demersurilor de formare a profesorilor din învățământul primar responsabili de educația emoțională a elevilor. Eficacitatea activităților se datorează unui sistem de *condiții psihopedagogice de optimizare a parteneriatului școală-familie-comunitate*:

- cunoașterea finalităților, importanței și semnificației acțiunilor exercitate;
- angajarea în procesul de optimizare a activităților de parteneriat;

- existența unui consens de optimizare a parteneriatului la nivelul unității școlare;
- adecvarea optimizării ritmului și posibilităților fiecărui partener educativ, oferindu-i în același timp prilejul alegerii și parcurgerii unor faze intermediare, potrivit propriilor sale decizii;
- formularea unor cerințe și a unor perspective care să mobilizeze energia participanților;
- monitorizarea activităților de parteneriat;
- cultivarea unor tradiții de evenimente din viața școlii și a familiei;
- implicarea copiilor ca participanți activi în interacțiunile școală-familie-comunitate;
- utilizarea parteneriatului școală-familie-comunitate drept instrument pentru rezolvarea problemelor dificile apărute în educația copiilor;
- educația la partenerii educaționali a unei atitudini pozitive față de educația emoțională în instituția de învățământ etc. Condițiile descrise trebuie cunoscute și conștientizate pentru a fi implementate eficient și într-o conexiune reciprocă. Ca rezultat al realizării unui parteneriat educațional de succes, vor fi împărtășite următoarele *valori comune ale actorilor educaționali*:
 - asigurarea siguranței elevilor în mediul școlar tradițional și în alte contexte educaționale.
 - calitatea și relevanța informațiilor și exemplificărilor din viața reală, atât personală, cât și profesională.
 - dezvoltarea competențelor specifice din domeniile profesionale pentru a facilita cunoașterea în contexte reale, dincolo de informațiile și exemplele prezentate în manuale.
 - promovarea sănătății elevilor și asigurarea unui confort psihologic, inclusiv prin măsuri de prevenție.
 - implicarea activă a elevilor în propria educație emoțională pentru a stimula formarea competențelor transversale și durabile;
 - amplificarea cunoașterii EDE și crearea condițiilor necesare în acest sens [146].

Colaborarea activă între școală și familie, prin ședințe, ateliere, consiliere și alte metode, permite o abordare unitară și susținută a nevoilor emoționale ale copiilor, contribuind astfel la formarea unei personalități sănătoase și echilibrate. Evaluarea nivelului de inteligență emoțională la copii este un proces complex, care implică observație, instrumente standardizate și interacțiuni sociale. Printr-o evaluare atentă și prin utilizarea diverselor metode, educatorii și părinții pot obține o imagine clară asupra abilităților emoționale ale copiilor și pot dezvolta intervenții adecvate pentru a le sprijini dezvoltarea. Acest proces nu doar că ajută la identificarea nevoilor emoționale, ci și contribuie la promovarea unei culturi emoționale sănătoase în mediul copiilor.

De reală utilitate pentru formularea unor concluzii științifice s-au dovedit a fi datele empirice ilustrate în figura 3.8.

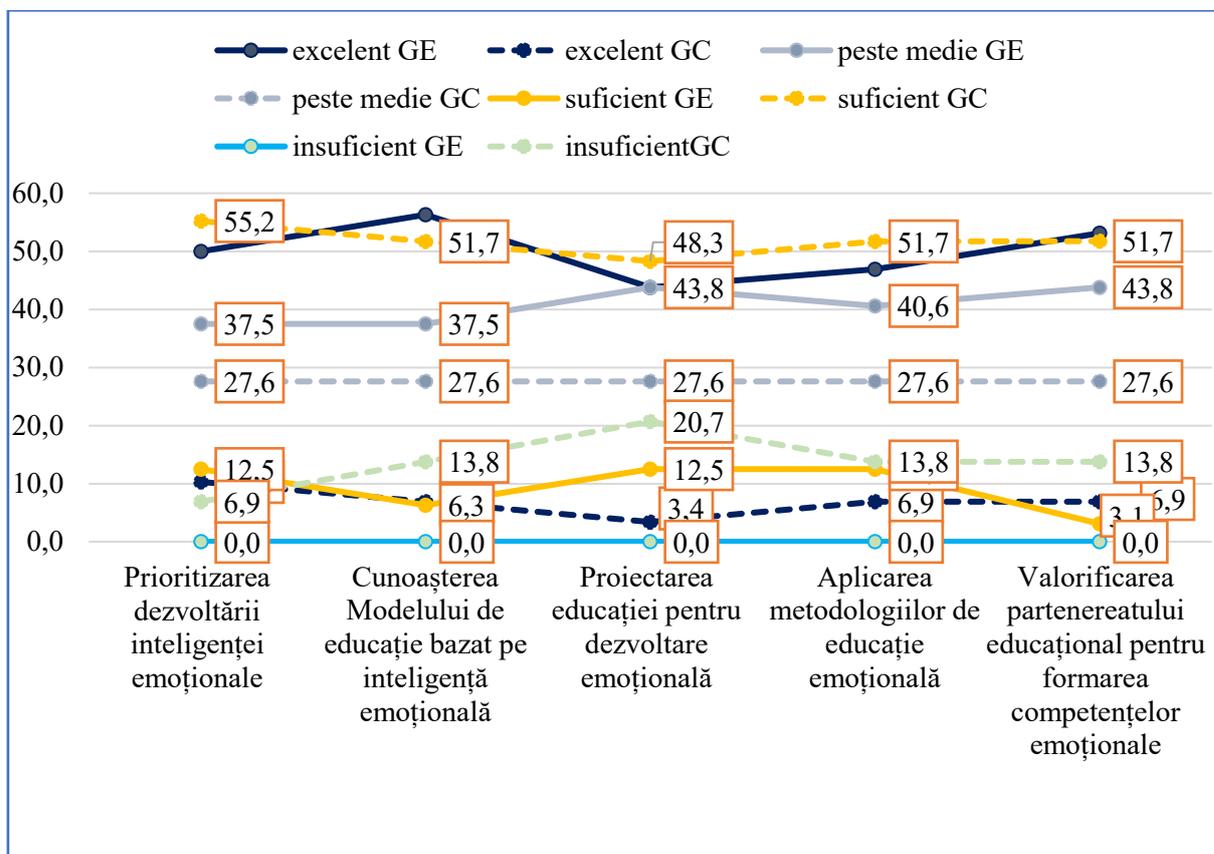


Figura 3.8. Gradul de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar (comparat, control, GE-GC)

Activități de consiliere a elevilor, părinților și cadrelor didactice

Consilierea psihopedagogică în cadrul experimentului de formare s-a efectuat din trei perspective: **(a) consilierea parentală**, desfășurată cu părinții elevilor din cadrul cercetării. Părinții au fost ghidați să poată mai bine să-și cunoască copiii, să le înțeleagă nevoile și comportamentele, să identifice factorii de risc în integrarea familială și socială, să armonizeze relațiile părinte-copil, să sprijine școala în formarea personalității copilului; **(b) consilierea elevilor**. Specificul consilierii psihopedagogice a elevilor reiese din particularitățile personalității lor și de specificul vârstei. Impedimentele de ordin emoțional, întâlnite de elevi s-au referit la autocunoaștere, imagine de sine, încredere în forțele proprii, crize de dezvoltare, soluționarea și depășirea unor conflicte, adaptarea și integrarea în anumite grupuri sociale etc. Toți elevii antrenați în experiment, au dispus de consiliere psihopedagogică individual, în dependență de problemele întâlnite, sau prin intermediul activităților de consiliere organizate la nivel de grup, de către specialiștii sau de către profesorii diriginți. Ca exemplu de consiliere psiho-emoțională

pot servi ședințele de consiliere pentru elevi, preluate din Ghidul metodologic *Reglarea afectivă în procesul educațional*, al autoarei V. Vrabii [139]; (c) **consilierea cadrelor didactice** a implicat activități de consiliere a profesorilor s-au axat pe modalități de cunoaștere a elevilor, înțelegerea problemelor de ordin emoțional, acordarea sprijinului necesar elevilor în procesul dezvoltării lor, asigurarea și menținerea echilibrului dintre particularitățile personale, nevoile și cerințele școlare, identificarea cauzelor ce stau la baza comportamentelor emoționale pentru optimizarea relației profesor-elevi.

Valori experimentale comparate ale inteligenței emoționale a elevilor

Tabelul 3.9. Niveluri de formare a valorilor inteligenței emoționale în plan intrapersonal (rezultatele GE la etapa de control)

Variabile	minim		mediu		înalt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Autoreglare emoțională și implicare optimă	15	18,07%	39	46,99%	29	34,94%	83	100,00%
Empatie și curiozitate	17	20,48%	34	40,96%	32	38,55%	83	100,00%
Adaptabilitate și creativitate	19	22,89%	34	40,96%	30	36,14%	83	100,00%
Responsabilitate și perseverență	21	25,30%	32	38,55%	30	36,14%	83	100,00%
Conștiințiozitate în respectarea regulilor sociale	16	19,28%	36	43,37%	31	37,35%	83	100,00%

Conținutul Tabelului 3.9 evocă rezultate ale cercetării privind dinamica pozitivă a valorilor inteligenței emoționale a elevilor în plan intrapersonal, care determină comunicarea asertivă și succesul școlar. Spre exemplu, în grupul experimental au crescut datele pentru nivelurile înalt și mediu. Elevii cu un nivel ridicat de inteligență emoțională sunt capabili să-și regleze emoțiile negative, cum ar fi anxietatea sau furia, ceea ce le permite să se concentreze mai bine asupra studiului și să evite reacțiile impulsive care pot duce la probleme comportamentale.

Dezvoltarea valorilor inteligenței emoționale în planul intrapersonal contribuie pe viitor la învățarea de către elevi a unui stil psihoemoțional echilibrat pentru o viață plină de sens și echilibru. Prin cultivarea autocunoașterii, autoreglării, motivației interne, empatiei față de sine, gestionării stresului, stimei de sine și flexibilității emoționale, ne îmbunătățim nu doar relația cu noi înșine, ci și calitatea interacțiunilor noastre cu cei din jur. Aceste valori îmbogățesc existența, transformând elevii în oameni mai conștienți, mai echilibrați și mai adaptați la provocările vieții.

Tabelul 3.10. Niveluri de formare a valorilor inteligenței emoționale în plan interpersonal (rezultatele GE la etapa de control)

Variabile	minim		mediu		înalt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Disciplină emoțională și intuiție	13	15,66%	37	44,58%	33	39,76%	83	100,00%
Cooperare și entuziasm	17	20,48%	35	42,17%	31	37,35%	83	100,00%
Asertivitate comunicativă și autoevaluare obiectivă	16	19,28%	42	50,60%	25	30,12%	83	100,00%
Sociabilitate și integrare	15	18,07%	39	46,99%	29	34,94%	83	100,00%
Managementul stresului în explorarea problemelor	10	12,05%	44	53,01%	29	34,94%	83	100,00%

Elevii grupului experimental, cu inteligență emoțională dezvoltată au demonstrat abilități sociale puternice, ceea ce le permite să colaboreze eficient cu colegii și profesorii. Aceasta contribuie la crearea unui mediu de învățare pozitiv și a oportunităților de învățare colaborativă. Capacitatea de a înțelege și de a răspunde la emoțiile altora facilitează relații interpersonale armonioase, reducând conflictele și promovând un climat de clasă pozitiv. Elevii au fost îndemnați să – și exercite capacitatea de a reflecta asupra propriilor acțiuni și emoții , reflectând contribuind la identificarea punctelor forte, a punctelor slabe și la dezvoltarea strategiilor de îmbunătățire continuă a conduitei sociale. Elevii cu IE ridicată sunt mai puțin predispuși să se angajeze în comportamente disruptive sau agresive, ceea ce contribuie la un mediu de învățare mai sigur și mai productiv. Dezvoltarea inteligenței emoționale asigură succesul școlar al elevilor influențând pozitiv o gamă largă de factori individuali și contextuali.

Prin integrarea educației emoționale în curriculum și promovarea unor strategii de predare care să dezvolte aceste abilități, școlile pot contribui semnificativ la îmbunătățirea performanțelor academice și la dezvoltarea armonioasă a elevilor. Elevii care comunică eficient sunt mai predispuși să participe activ la lecții, să pună întrebări și să ceară ajutor când este necesar, ceea ce duce la o mai bună înțelegere a materialului și performanțe academice îmbunătățite.

Analiza datelor experimentale grupului experimental la etapa de control a demonstrat importanța atribuirii unei atenții deosebite dezvoltării emoționale intrapersonale deoarece copiii la vârsta școlară mică au nevoie semnificativ de interacțiuni eficiente cu cei din jur. Această etapă de dezvoltare este caracterizată prin creșterea autocunoașterii și a abilității de a gestiona emoțiile, ceea ce le permite să navigheze mai bine în relațiile sociale și să facă față provocărilor

cotidiene. Un aspect fundamental al dezvoltării emoționale este autocunoașterea. La această vârstă, copiii încep să devină conștienți de propriile emoții și să le recunoască, învățând să își exprime sentimentele de bucurie, tristețe, frică sau furie. Activitățile de reflecție: discuțiile deschise despre emoțiile sale sau utilizarea jurnalelor îi ajută să-și dezvolte conștiința de sine.

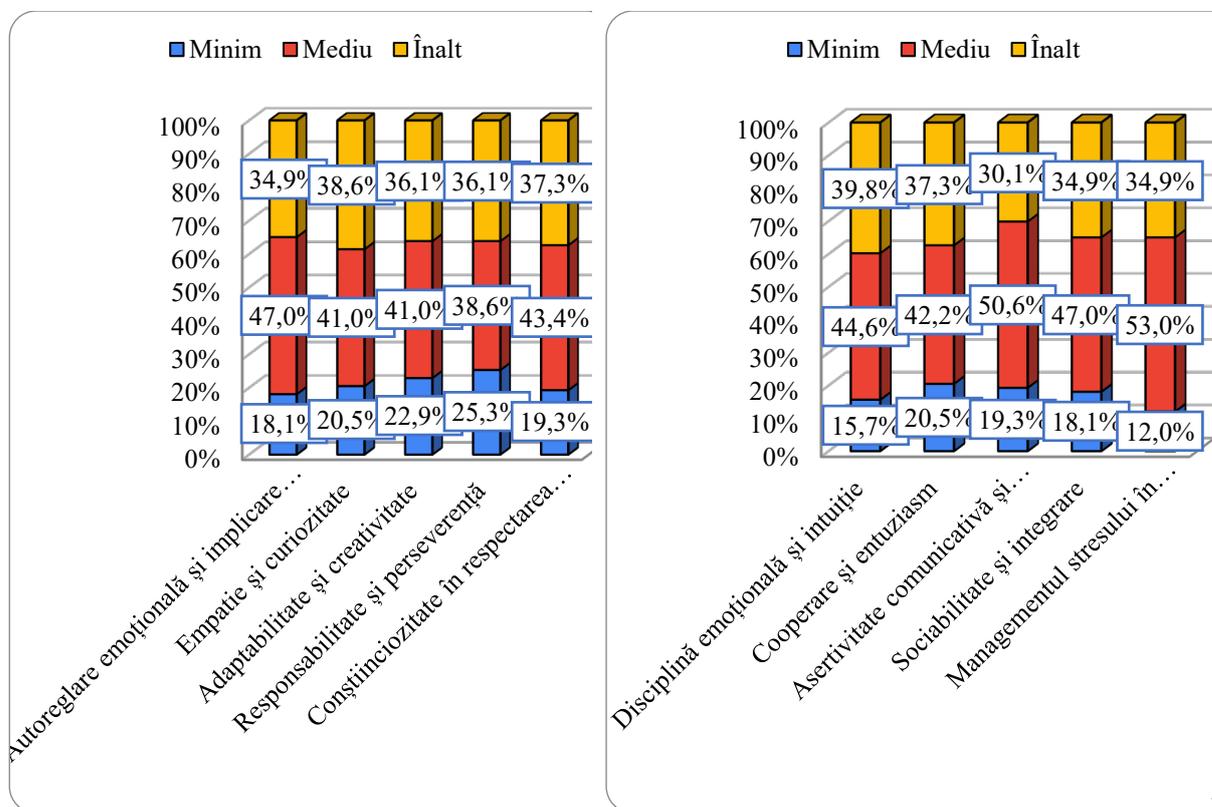


Figura 3.9. Niveluri comparate ale valorilor inteligenței emoționale: planurile intra-, interpersonal (GE, etapa de control)

Elevii cu inteligență emoțională ridicată sunt conștienți de propriile emoții și de modul în care acestea pot influența comportamentul și performanța. Reglarea emoțiilor este o componentă importantă a dezvoltării intrapersonale. Copiii trebuie să învețe cum să gestioneze emoțiile dificile, cum ar fi furia sau frustrarea. Educația oferită de părinți și profesori, prin exemple și tehnici de calmare: respirația profundă sau pașii pentru soluționarea problemelor, joacă un rol important în acest proces de educație emoțională, orientată spre formarea deprinderilor de autocontrol emoțional la elevii din învățământul primar. În plus, copiii trebuie să învețe să gestioneze stresul, care poate apărea din diverse surse, inclusiv școala și relațiile sociale. Stimularea activităților fizice, a exprimării creative a emoțiilor și a comunicării cu adulți de încredere îi ajută să facă față situațiilor stresante. În plus, copiii trebuie să învețe să gestioneze stresul, care poate apărea din diverse surse, inclusiv școala și relațiile sociale. Încurajarea activităților fizice, a exprimării creative a emoțiilor și a comunicării cu adulți de încredere îi ajută

să facă față situațiilor stresante. Aceasta le permite să-și ajusteze comportamentul social pentru a îmbunătăți rezultatele academice (Tab. 3.11).

Tab. 3.11. Niveluri de formare a valorilor inteligenței emoționale în plan intrapersonal (rezultatele GC la etapa de control)

Variabile	minim		mediu		înalt		Total	
	Nr	%	Nr	%	Nr	%	Nr total	% total
Autoreglare emoțională și implicare optimă	40	50,6%	32	40,5%	7	8,9%	79	100,00%
Empatie și curiozitate	45	56,96%	27	34,18%	7	8,86%	79	100,00
Adaptabilitate și creativitate	43	54,43%	24	30,38%	12	15,19%	79	100,00%
Responsabilitate și perseverență	36	45,57%	28	35,44%	15	18,99%	79	100,00%
Conștiințiozitate în respectarea regulilor sociale	39	49,37%	26	32,91%	14	17,72%	79	100,00%

Capacitatea de a se adapta la schimbări și noi situații este esențială în mediul școlar. Elevii cu IE ridicată sunt mai flexibili și deschiși la noi experiențe, ceea ce le permite să se descurce mai bine în contexte academice variate. Prezența elevilor cu IE ridicată contribuie la un climat școlar pozitiv, caracterizat prin respect reciproc, suport emoțional și colaborare. Acest mediu favorabil promovează învățarea și dezvoltarea tuturor elevilor.

Alte activități educaționale. În această categorie se includ: activitățile extrașcolare, activitățile de caritate, activitățile de voluntariat, excursiile, concursurile, festivalurile, spartachiadele etc.

Activitățile de voluntariat sunt elemente importante în procesul dezvoltării emoționale, privite ca forme de comunicare atât intrapersonale, prin faptul că implică conștientizarea emoțiilor și motivația personală, cât și interpersonale, vizând responsabilitatea, toleranța, empatia, generozitatea, acceptarea diversității, socializarea etc. De asemenea, voluntariatul presupune relaționare, spirit civic, colaborare și inițiativă, oferindu-ne posibilitatea să fim mai conștienți de lucrurile care se întâmplă în jur. În acest context au fost desfășurate activități de informare a elevilor cu caracterul activităților de voluntariat, beneficiile acestor activități pentru propria persoană și pentru societate, posibilitățile și modalitățile implicării în acțiuni de voluntariat. **Excursia** reprezintă o formă de activitate extrașcolară care dezvoltă o serie de aptitudini comportamentale și educative. Pe lângă caracterul informativ al excursiei, ea are și un caracter formativ, oferă încredere și personalizează elevul, corectează sau dezvoltă interrelaționarea, dezvoltă comportamentul social și capacitatea de adaptare, creează o atmosferă

deosebit de favorabilă instrucției, educației și dezvoltării emoționale a lui. În cadrul excursiilor elevii au posibilitatea să se cunoască mai bine în afara școlii, își descoperă alte fațete și sunt o modalitate pentru elevii mai timizi, mai puțin integrați în grup, să stabilească relații și să fie acceptați de către ceilalți. Aceste activități conduc la strângerea legăturii între elevi și îi învață să trăiască în grup, oferindu-ne o generație viitoare sociabilă și deschisă.

Activități mixte (organizate cu părinții și elevii). În cadrul acestor ateliere de lucru, elevii au lucrat în grup cu părinții. Utilizând metoda *Jocul de rol*, adolescenții au fost în situația de-a experimenta sentimentele părinților, dificultățile emoționale, temerile acestora privitoare la educația copiilor, astfel urmărindu-se încadrarea diferitor situații din relația părinte-copil. În urma acestui travaliu apar experiențe noi, o reelaborare a sistemului individual de percepție și reprezentare mentală a fiecăruia. Părinții au fost puși în *pielea* copiilor lor pentru a înțelege mai bine multitudinea de sentimente și trăiri specifice vârstei. Tehnicile de modificare comportamentală aplicate în cadrul acestor activități, pot fi utilizate cu ușurință în mediul familial și școlar pentru a facilita învățarea și a menține un climat educativ armonios și echilibrat.

Implementarea programului formativ s-a realizat pe etape: cu profesorii- în cadrul comisiilor metodice, cu elevii și părinții- în cadrul orelor la discipline, orelor de management al clasei, activităților de consiliere a elevilor și părinților în probleme psiho-pedagogice, activități de dirigenție, în cadrul activităților extrașcolare, atelierelor de lucru folosindu-se tehnici diverse de lucru, atât integrative de grup, cât și individuale. S-au realizat activități cu caracter informativ - formativ pentru elevii din cadrul eșantionului, pentru părinți și activități în comun. O atenție deosebită s-a acordat problemelor emoționale și nivelului de dezvoltare socială a elevilor.

Capacitatea de a se adapta la schimbări și noi situații este esențială în mediul școlar. Elevii cu IE ridicată sunt mai flexibili și deschiși la noi experiențe, ceea ce le permite să se descurce mai bine în contexte academice variate. Prezența elevilor cu IE ridicată contribuie la un climat școlar pozitiv, caracterizat prin respect reciproc, suport emoțional și colaborare. Acest mediu favorabil promovează învățarea și dezvoltarea tuturor elevilor. Un alt factor important este formarea stimei de sine. Aceasta este influențată de feedback-ul primit din partea părinților, profesorilor și colegilor.

Activitățile mixte, care implică atât părinții, cât și elevii, sunt determinante pentru întărirea legăturilor familiale și pentru dezvoltarea abilităților sociale ale copiilor. Acestea pot include: (a) ateliere de educație emoțională, (b) sesiuni de lectură, (c) ziua sportului, (d) proiecte comunitare, (e) ateliere de artă. Aceste activități nu doar că întăresc relațiile familiale, dar contribuie și la dezvoltarea unei comunități educaționale sprijinitoare.

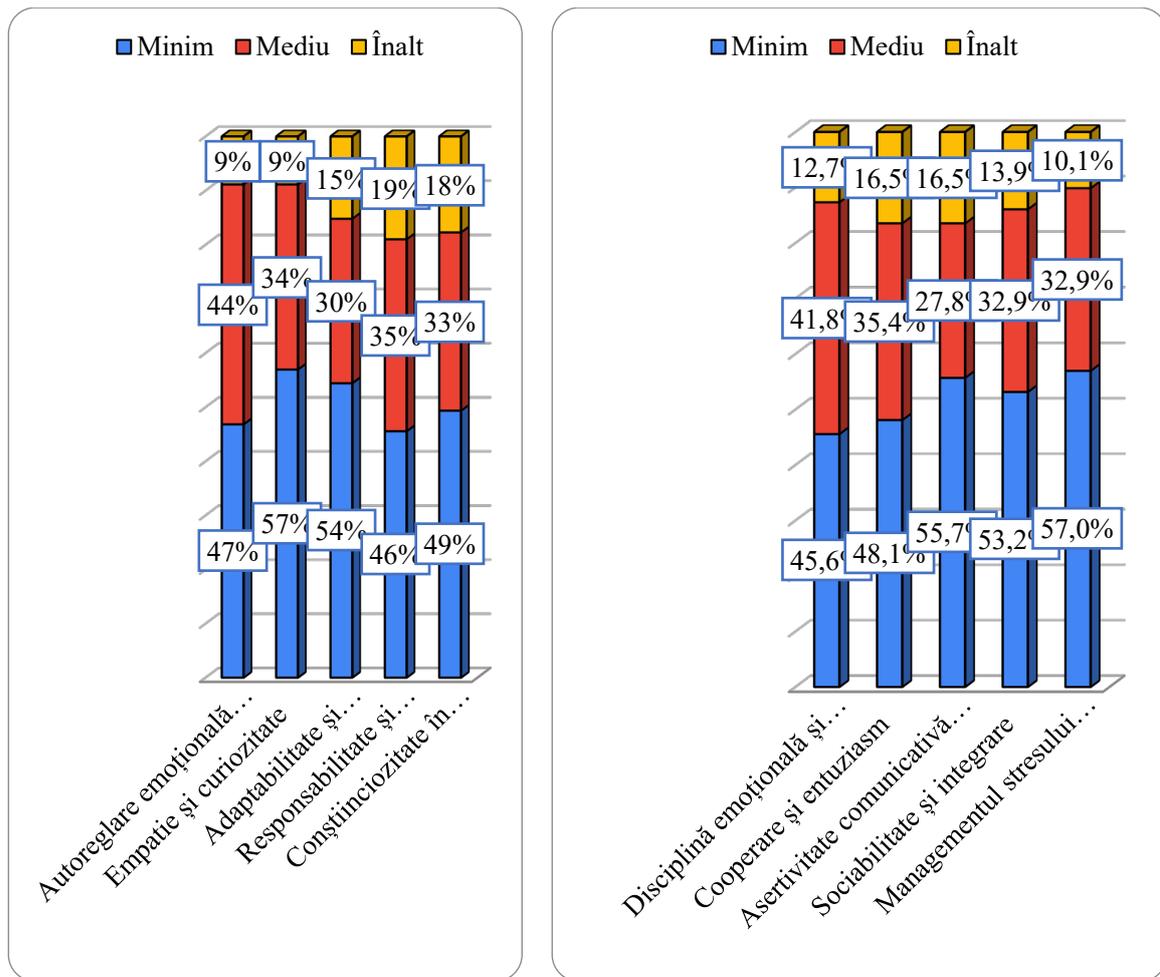


Figura 3.10. Niveluri comparate ale valorilor inteligenței emoționale: planurile intra-, interpersonal (GC, etapa de control)

Conținutul figurii denotă creșterea neesențială a rezultatelor grupului de control la etapa de validare a modelului pedagogic. Valorile care sunt înaintate în sistemul educațional românesc constituie o parte esențială a răspunsului educației la provocările lumii contemporane. Aceste valori reflectă atât cultura și spiritualitatea poporului român, cât și standardele și principiile promovate la nivel european și global. Prezentăm în continuare în plan comparat rezultatele experimentale ale GE și a GC.

Evident este faptul, că se înregistrează o dinamică pozitivă doar în GE, aceste valori orientând viața personală a elevilor (bunăstarea, realizarea și creșterea personală), de a susține un stil de viață sustenabil, orientat spre succes, cetățenie activă și incluziune socială. Curriculumul național încurajează valorile pe care fiecare individ ar trebui să le interiorizeze și să le manifeste în viața sa personală, socială și profesională [45].

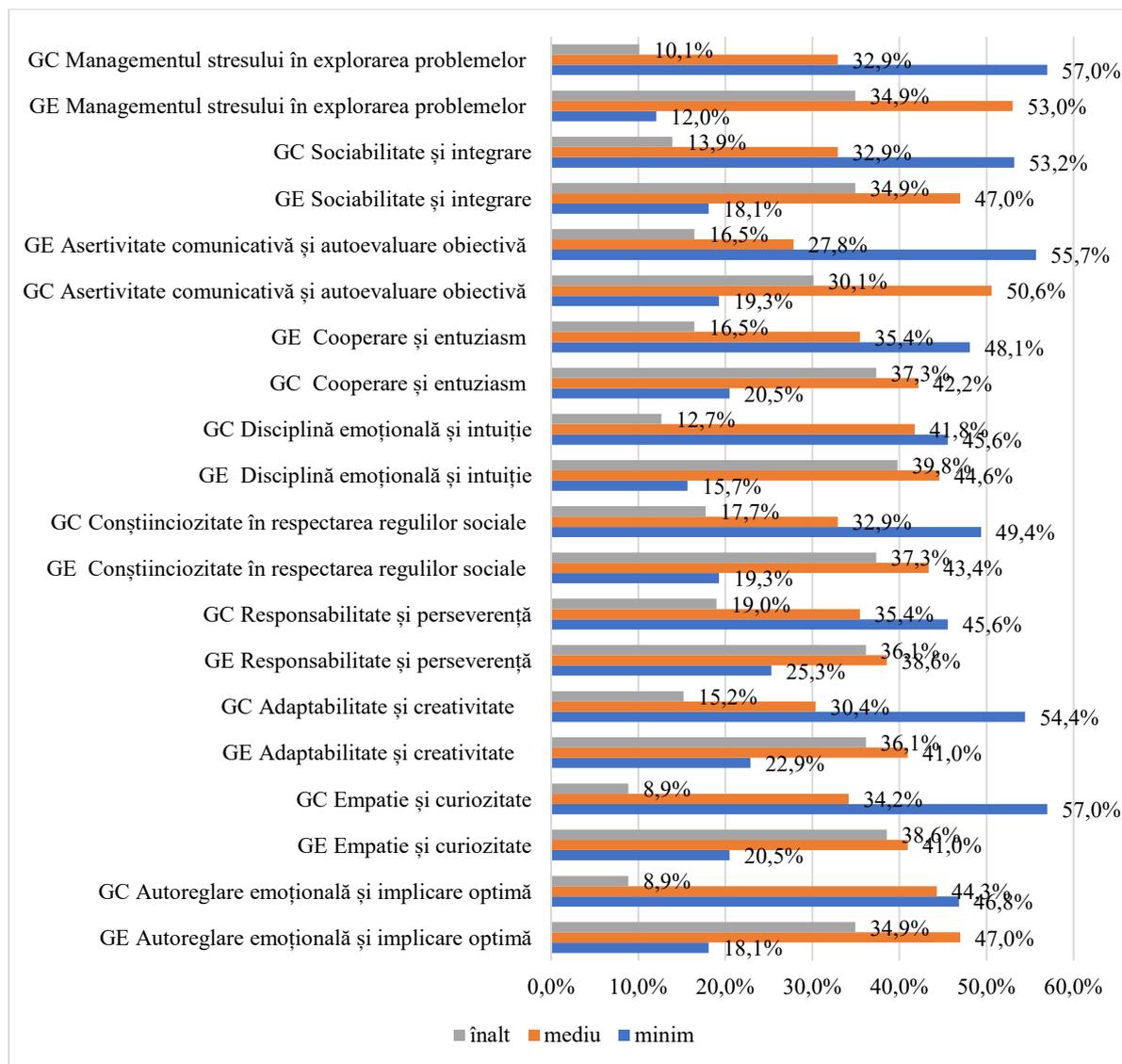


Figura 3.11. Niveluri comparate ale valorilor inteligenței emoționale: planurile intra- și interpersonal (GE-GC, etapa de control)

Evident este faptul, că se înregistrează o dinamică pozitivă doar în GE, aceste valori orientând viața personală a elevilor (bunăstarea, realizarea și creșterea personală), de a susține un stil de viață sustenabil, orientat spre succes, cetățenie activă și incluziune socială. Curriculumul național încurajează valorile pe care fiecare individ ar trebui să le interiorizeze și să le manifeste în viața sa personală, socială și profesională [45].

Conform opiniei lui A. Bandura, comportamentul social nu este înnăscut, ci dobândit prin învățare de la modele adecvate. Teoria învățării sociale sugerează că modelele comportamentale sunt învățate în două moduri distincte: 1. prin experiența personală (învățare directă); 2. prin observarea comportamentului altora (învățare vicarială). A. Bandura subliniază că oamenii învață adesea doar prin observație, înregistrând informațiile despre comportamentele celor din jur. Apoi, în situații viitoare, folosesc aceste informații ca ghid pentru propriile acțiuni. [79].

Tabelul 3.12. Abilități sociale versus modele de comportament [120]

Abilități sociale recomandate elevilor	Modele de comportamente
Inițierea și menținerea unei relații	<ul style="list-style-type: none">• Să inițieze și să mențină o interacțiune cu un alt copil.• Să asculte activ.• Inițierea și menținerea unei relații.• Să împartă obiecte și să împărtășească experiențe.• Să ofere și să primească complimente.• Să soluționeze în mod eficient conflictele apărute.
Integrarea în grup	<ul style="list-style-type: none">• Să respecte regulile aferente unei situații sociale.• Să coopereze cu ceilalți în rezolvarea unei sarcini.• Să ofere și să ceară ajutorul, atunci când are nevoie.

Societatea modernă își propune să creeze noi oportunități pentru dezvoltarea personală a elevilor, axându-se pe valorificarea comportamentului social prin diverse acțiuni educaționale. Acestea includ promovarea relațiilor sociale sănătoase, empatia, comunicarea eficientă în grup, precum și dezvoltarea sentimentului de comunitate și a apartenenței la un grup cu interese și responsabilități comune.

Misiunea școlii contemporane constă în a cultiva printre elevi valori precum cooperarea, respectul și solidaritatea socială, ceea ce implică învățarea coexistenței armonioase. În mediul școlar, elevii sunt mereu angajați într-o interacțiune atât verbală, cât și nonverbală, iar orice schimbare în comportamentul învățătorului are un impact direct asupra elevilor.

Normele, în esență, reprezintă standarde de comportament așteptat și descriu modalitățile de conduită acceptate. Acestea sunt reguli stabilite de autorități sau de membrii grupului, având rolul de a menține consistența în comportamentele adoptate [80, p. 24].

Deci, normele sociale din cadrul grupului școlar contribuie la menținerea unui control social, care reacționează la comportamentele care deviază de la normele stabilite. Această caracteristică a normelor sociale le conferă un rol esențial în mecanismul administrării sociale și în reglementarea comportamentului elevilor în mediul școlar. Comportamentul social al copiilor este rezultatul interacțiunii dintre structura lor internă, nevoia constantă de a se relaționa cu ceilalți și caracteristicile individuale ale membrilor microgrupului. Această dinamică specifică influențează modul în care se manifestă comportamentul social în cadrul grupului.

Elevii care au succes academic tind să fie mai implicați în activitățile școlare extra curriculare, ceea ce le permite să își dezvolte și să își exerseze competențele sociale în diverse contexte. Succesul academic poate conduce la roluri de leadership în activități școlare, unde elevii își pot dezvolta abilitățile de gestionare a grupurilor și de mediere a conflictelor.

3.3. Concluzii la capitolul 3

Metodologia dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar, descrisă în conținutul capitolului, este reprezentată de *Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie* și prezintă demersul pedagogic investigațional de configurare a procesului de formare profesională a cadrelor didactice pentru educația emoțională în perspectiva sporirii inteligenței emoționale a elevilor din clasele primare. Modelul pedagogic, conceput în cercetare, a facilitat consolidarea *valorilor inteligenței emoționale*, raportate la *un sistem de competențe ale culturii emoționale*, care pun în valoare performanțele profesorului la nivel de comportament afectiv în acord cu principiile axiologice ale educației, angajate în comunicarea pedagogică bazată pe cultură emoțională, în conștientizarea resurselor socioafective, în exprimarea emoțională clară, în crearea „stării de bine” în condițiile unui climat psihosocial deschis.

Parteneriatului școală – familie este contextul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar și, din aceste considerente, Modelul pedagogic evidențiază oportunitățile posibile de pregătire a profesorilor în scopul educației emoționale și de educație a părinților pentru decodificarea semnificației conduitei afective și pentru implicații pedagogice active a acestora în viața afectivă a copiilor.

Valorile experimentale comparate ale dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar demonstrează dinamica pozitivă a inteligenței emoționale a elevilor și a datelor experimentale a gradului de pregătire a profesorilor în vederea educației pentru dezvoltare emoțională a elevilor din învățământul primar.

Cultura emoțională a profesorilor și a familiei constituie modele de referință pentru elevi în autoeducația și din aceste considerente este recomandabilă comunicarea bazată pe cultura emoțională. *Valorile culturii emoționale* susțin competențele de tip atitudinal – afective, motivaționale, volitive, caracteriale – ale profesorului angajate în autoperfecționarea activității prin „eforturi de educație și autoeducație”, angajate la nivel de „interacțiuni optime și echilibrare între emoționalitate-raționalitate, reactivitate emoțională, implicare complexă, dispoziție generală pozitivă și satisfacție profesională, evaluare a propriei stări afective și a altora, conștientizare a gradului de implicare emoțională în comunicare, gestionare și canalizare a emoțiilor, exprimare inteligentă a stărilor emoționale” prin conștientizarea, recunoașterea, diferențierea emoțiilor” [26] etc. În acord cu ipoteza de bază a cercetării, disciplinarea emoțională a conduitei elevilor din clasele primare va contribui evident la sporirea performanțelor școlare.

CONCLUZII GENERALE

Studiul teoretic al problematicii dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar a condus la formularea unor idei finale de natură concluzivă prin care **s-a demonstrat că inteligența emoțională este un sistem de competențe emoționale** (capacități personale de identificare și gestionare eficientă a propriilor emoții în raport cu scopurile personale) **ce asigură adaptarea și integrarea eficientă în mediul social**. Prin sinteza teoretică, prezentată în capitolul 1, **a fost interpretată și descrisă științific semnificația conceptelor-cheie inteligență emoțională și educație pentru dezvoltare emoțională**, abordate pe fondul evoluției istorice a științelor educației.

În cheia paradigmei educației bazată pe inteligență emoțională, afirmată în societatea contemporană, **s-a dedus științific, că în ultimele două decenii, se impune nevoia armonizării IQ și EQ, pornind de la crearea unui echilibru sănătos în relațiile elevilor cu sine, cu prietenii și părinții prin autoreglare emoțională**. Dezvoltarea emoțională a elevilor este posibilă prin acumularea unor cunoștințe specifice și prin reflecții asupra experiențelor emoționale.

Au fost aduse argumente privind impactul mediului socio-educational asupra dezvoltării emoționale a elevilor. În contextul cercetării **s-a demonstrat științific că inteligența emoțională a elevilor depinde de cultura emoțională a profesorilor**, model semnificativ de referință pentru elevi.

Au fost stabilite și descrise legitățile dezvoltării afective a elevilor de vârstă școlară mică: legitatea interdependenței între dezvoltarea afectivă și dezvoltarea cognitivă (QE și IQ), legitatea influenței educației emoționale asupra dezvoltării inteligenței emoționale, legitatea interdependenței cultura emoțională a profesorilor - autoeducație emoțională, legitatea influenței comunicării asertive asupra eficienței interacțiunilor sociale, legitatea interdependenței între competențele sociale și succesul școlar și legitatea impactului inteligenței emoționale asupra adaptării și integrării școlare, care evocă interdependența între competențele sociale și succesul școlar subliniind faptul că aceste două domenii sunt profund interconectate și se influențează reciproc.

Demersul investigațional a fost orientat spre clarificarea procesualității, a fost elaborat Mecanismul dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor în învățământul primar, care include orientarea emoțională pozitivă, automotivație pentru învățare și disciplinare emoțională. **Se constată că, dezvoltarea afectivă a elevilor de vârstă școlară mică este un proces complex, influențat de multiple factori** biologici, psihologici și sociali care se referă la evoluția sentimentelor și capacităților de gestionare emoțională asigurând formarea armonioasă a personalității și din aceste rațiuni, din perspectiva psihologiei vârstelor, **au fost analizate**

științific particularitățile dezvoltării afective a personalității. Inteligența emoțională determină valorificarea complexă a potențialului individual al personalității în plan socio-afectiv. **Au fost aduse argumente, că prin dezvoltare emoțională se înțelege valorificarea potențialului afectiv al elevilor reflectat în competențe sociale** aplicabile practic. Cu toate acestea, **a fost demonstrat științific, că nu întotdeauna competențele emoționale sunt o garanție a faptului că elevii sunt pregătiți pentru a face față și a soluționa conflicte intra- și interpersonale.** Elevii cu nivel scăzut de inteligență emoțională riscă să ia decizii care îi vor marca negativ dezvoltarea personală și profesională deoarece presiunile emoționale în mediul școlar și social sunt de multe ori irezistibile.

A fost interpretată valoarea implicațiilor educaționale a culturii emoționale a profesorilor asupra dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor este inestimabilă deoarece comunicarea bazată pe cultură emoțională în clasă va fi promovată și în familiile elevilor, aceștia devenind mai echilibrați emoțional, vor demonstra siguranță psihologică și încredere în sine, se vor afirma prin curiozitate, independență și autenticitate comportamentală, își vor dezvolta capacitatea de a face alegeri responsabile cu impact pe termen lung.

Preocuparea de a identifica valorile inteligenței emoționale care asigură succesul școlar a stat la baza elaborării modelului pedagogic. **A fost demonstrat științific că elevii mici au nevoie de dezvoltarea inteligenței emoționale pentru a reuși în viață, pentru a se cunoaște mai bine și pentru a-i cunoaște și pe ceilalți, pentru a-și transforma emoțiile negative în pozitive, pentru a manifesta siguranță în gestionarea furiei, supărării, a îngrijorării și a oboselii școlare.** Strategiile dezvoltării inteligenței emoționale a școlărilor mici, descrise în literatura pedagogică, sunt orientate spre disciplinarea emoțională a conduitei și spre formarea competențelor socio-afective care asigură buna relaționare în mediul școlar, confortul psihologic și dezvoltarea personală. **A fost conceptualizat, descris și implementat Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie.** Paradigma educației bazată pe inteligența emoțională, edificată în baza teoriei psihologice a inteligenței emoționale, raportată la cultura pedagogică a profesorului este valorificabilă în activitățile de educație emoțională a elevilor în învățământul primar.

A fost aplicat în practica educației Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie care promovează valorile inteligenței emoționale și cultura emoțională a profesorilor. Acțiunile formative realizate au generat competențe emoționale, volitive, caracteriale ale elevilor și „eforturi de autoeducație”, dar și tendința de autoperfecționare a activității educaționale, orientată spre educația pentru dezvoltare emoțională, angajate la nivelul unor „interacțiuni

optime și echilibrare între emoționalitate-raționalitate, reactivitate emoțională, implicare emoțională complexă, dispoziție generală pozitivă și satisfacție profesională, evaluare obiectivă a propriei stări afective și a altora, conștientizarea gradului de implicare emoțională în comunicare, gestionarea și canalizarea emoțiilor și exprimarea inteligentă a emoțiilor”[47]. *Valorile experimentale comparate au demonstrat eficiența acțiunilor formative* validând ipoteza cercetării.

Recomandări metodologice:

Profesorilor pentru învățământul primar:

- stabilirea unor parteneriate de integrare a activităților pentru dezvoltarea emoțională în programul zilnic al elevilor atât la școală, cât și în familie (emoțiile zilei, lucru în echipă profesor-elev-părinți în rezolvarea problemelor emoționale);
- cercetarea și implementarea în dezvoltarea profesională continuă a cadrelor didactice a unor programe de formare continuă a culturii emoționale;
- afirmarea profesorilor pentru învățământul primar prin comunicare bazată pe cultură emoțională;
- valorizarea inteligenței emoționale a elevilor prin participarea la conferințe, forumuri, discuții – dezbateri cu specialiști pe tema educației emoționale;
- promovarea unor activități pentru dezvoltarea competențelor emoționale folosind mijloacele TIC (jocuri pe computer și video).

Părinților elevilor din clasele primare:

- Colaborare permanentă cu profesorii în scopul cunoașterii profunde a problemelor afective și a metodologiei educației emoționale a elevilor din clasele primare.

BIBLIOGRAFIE

În limba română

1. ALBRRECHT, K. *Inteligența socială: o nouă știință a succesului*. Ed. Curtea Veche, 2007, 336 p.
2. ANDRONE, S. I. *Constante pedagogice ale evoluției și valorificării paradigmei inteligenței emoționale*. Teza de doctor. Chișinău, 2019. 222 p.
3. ANTOCI D., BOROZAN M., BICULESCU Fl. T. *Metodologia educației axiologice*. Ghid metodic. Costești: Ars Libri, 2023. 289 p. ISBN 978-606-36-2377-6
4. ANTOCI, D. *Motivație de autorealizare în activitate colectivă și de comunicare în proces de învățare*. In: *Reconceptualizarea formării inițiale și continue a cadrelor didactice din perspectiva interconexiunii învățământului modern general și universitar. Vol. I, 27-28 octombrie 2017*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2017, pp. 167-174. ISBN 978-9975-76-214-4.
5. ANTOCI, D. *Particularitățile sferei afective ale adolescenților și tinerilor*. In: *Psihologia în mileniul III – provocări și soluții. Vol.1, 25-26 octombrie 2019*. Bălți: Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, 2020, pp. 165-171. ISBN 978-9975-50-246-7.
6. ANTOCI, D., ABREJA, St. *Inteligența emoțională la managerii grupei de copii*. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice: Educație preșcolară și primar*. Chișinău: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2019, Vol. 4, pp. 7-13. ISBN 978-9975-76-269-4
7. ANTOCI, D., BOROZAN, M. *Axiologia educației*. Manual universitar. Costești, România, Editura: Ars Libri, 2023. 364 p. ISBN 978-606-36-2430-8 (11,45c.a.)
8. ANTOCI, D., BULICANU, M. *Tranziția ierarhică a valorilor în relație cu reușita școlară la adolescenți*. In: *Orientări axiologice ale constructivismului în educația modernă Conferință științifico-practică cu participare internațională. 31 ianuarie - 1 februarie 2020*. Chișinău, Republica Moldova: Tipografia Universității de Stat din Tiraspol, 2020, pp. 255-259. ISBN 978-9975-76-299-1.
9. ANTOCI, D., RUSU, R. *Inteligența emoțională și starea de bine*. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice: Pedagogie în învățământul preșcolar și primar*. Chișinău: Tipografia Universității de Stat din Tiraspol, 2021, Vol. 4, pp. 22-29. ISBN 978-9975-76-321-9.
10. ARTIOMOV, L. *Implicațiile inteligenței emoționale, a intervențiilor psiho-sociale în procesul educațional*. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice*

- Educație preșcolară și primară. Vol. 4, 1-2 martie 2019.* Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2019, pp. 26-32. ISBN 978-9975-76-269-4.
11. AZZOPARDI, G. *Dezvoltați-vă inteligența.* București: Teora, 2008. 623 p.
 12. BANCIU D. Argumente privind necesitatea proiectării educației pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală la nivel de produs și proces în învățământul preșcolar. În: *Managementul educației.* Bălți, 2021
 13. BEȚIVU, A. *Stilul existențial: Paradigmă și transfigurări axiologice: Monografie.* Bălți: S.n., 2022. 202 p. ISBN 978-9975-161-03-9
 14. BLOJ, E. S. Reușita școlară - între teorie și practică. In: *Asistența psihologică la etapa contemporană: realități și perspective. 21 octombrie 2022.* Bălți, Republica Moldova: Universitatea Pedagogică de Stat Ion Creangă, 2022, pp. 108-111.
 15. BOROZAN, M. Explorarea carierei pedagogice pentru dezvoltarea competențelor emoționale. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială.* 2011, nr. 22, pp. 1-10. ISSN 1857-0224.
 16. BICULESCU Fl.-Te. Formarea referențialului axiologic al elevilor prin autoeducație. Teză de doctor în științe ale educației, Chișinău, 2023.
 17. BOTIȘ, A., Mihalca L. *Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și băieți, cu vârsta până la 7 ani.* Buzău: Alpha MDN, 2020. ISBN 978-973-7871-93
 18. BRAGHIȘ, M. Implicarea părinților și a actorilor comunitari în formarea competenței de comunicare la elevii din clasele primare. In: *Revista Didactica Pro..., revistă de teorie și practică educațională.* 2016, nr. 1(95), pp. 38-40. ISSN 1810-6455.
 19. BRICEAG, S. Psihologia vârstelor. Curs universitar. Bălți: Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, 2017. 291 p. ISBN 978-9975-50-196-5.
 20. BRILLON, M. *Emoțiile pozitive, emoțiile negative și sănătatea.* Iași: Polirom, 2010. 259 p.
 21. BUZENCO V. Conceptualizarea pedagogică a dezvoltării inteligenței sociale a cadrelor didactice”, Chișinău, 2023
 22. BUCUN, N., POGOLȘA, L., GUȚU, VI., BOLBOCEANU, A., ACHIRI, I., HADÎRCĂ, M., BOTGROS, I. *Modernizarea și implementarea curriculumului școlar din perspectiva școlii prietenoase copilului.* In: *Univers Pedagogic.* 2011, nr. 1, pp. 63-73. ISSN 1811-5470.
 23. CATRINEL, A. Ș., KALLAY E. *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari: ghid practic pentru educatori, Ed. a 2- a.* Cluj-Napoca: Editura ASCR, 2020, 310 p.
 24. CALANCEA, A. *Psihologia personalității.* Chișinău: Î.S. F.E.-P. „Tipografia Centrală”, 2006. 271p. ISBN 9975-78-416-X.

25. CERLAT, R. Particularități psihosociale ale stabilității emoționale a cadrelor didactice din învățământul primar. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2019.
26. COJOCARU – BOROZAN, M., BUSHNAQ, T., ȚURCAN - BALȚAT L., ȘOVA T., ZAGAIEVSCHI C., ANDRONE S. Glosar: român - englez - rus - francez - italian: *Pedagogia culturii emoționale*. București: Ed. Moroșan, 2017. 465 p. ISBN 978-606-626-104-3
27. COJOCARU, V., DOAGĂ, N. Dezvoltarea inteligenței emoționale – factor de eficientizare a procesului instructiv-educativ la nivel de instituție școlară. In: *Acta et commentationes (Științe ale Educației)*. 2021, nr. 4(26), pp. 54-63. ISSN 1857-0623.10.36120/2587-3636.v26i4.54-6
28. COJOCARU-BOROZAN, M. *Metodologia cercetării culturii emoționale*. Chișinău: Tipografia UPC „I. Creangă”, 2012. 208 p. ISBN 978-9975-46-119-1.
29. COJOCARU-BOROZAN, M. *Tehnologia dezvoltării culturii emoționale*. Chișinău: Tipografia UPC „I. Creangă”, 2012. 240 p. ISBN 978-9975-46-126-9.
30. COJOCARU-BOROZAN, M. *Teoria culturii emoționale. Studiu monografic asupra cadrelor didactice*. Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”, 2010. 239 p. ISBN 978-9975-46-066-8.
31. COJOCARU-BOROZAN, M., PAIUL I. Педагогика эмоциональной культуры. Учебное пособие. Costești: Ars Libri, 2023. 176 p. ISBN 9786063624094
32. COJOCARU-BOROZAN, M., MOCANU, N., BALȚAT, L. *Valorile culturii emoționale reflectate în înțelepciunea popoarelor lumii*. Chișinău: Tipografia UPS „I. Creangă”, 2014. 235 p.
33. COJOCARU-BOROZAN, M., ȘOVA, T., ȚURCAN–BALȚAT, L. *Psihologia emoțiilor*. Chișinău: Tipogr. UPS „Ion Creangă”, 2016. 204 p.
34. COJOCARU-BOROZAN, M., ZAGAIEVSCHI, C., STRATAN, N. *Pedagogia culturii emoționale*. Chișinău: Tipografia UPS „I. Creangă”, 2014. 200 p.
35. COROTCHIH, E., TROFĂILĂ, L. Mecanisme de dirijare a succesului prin înaintarea și respectarea scopurilor. In: *Învățământ superior: tradiții, valori, perspective Științe Socio-umanistice și Didactica Științelor Socio-umanistice, Vol. 3, 29-30 septembrie 2020*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2020, pp. 131-136. ISBN 978-9975-76-311-0, 978-9975-76-314-1.
36. COSMA, D.M. *Rolul activităților din grădiniță în dezvoltarea abilităților emoționale și sociale la preșcolari*: diser. de final. a prog. de mast. în psihopedagogie. Brașov, 2014. 90 p

37. COSMOVICI, A., IACOB, L. (coord). *Psihologie scolara*. Iași: Polirom, 2008. 304 p. ISBN: 978-973-46-1071-8
38. COSNIER, J. *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*. Iași: Polirom, 2007. 196 p. ISBN 978-973-46-0681-8
39. CREȚU. C. *Psihopedagogia succesului*. Iași: Editura Polirom, 1997. 229 p. ISBN: 973-683-010-1.
40. CRISTEA S. Fundamentele pedagogiei, Editura Polirom, București, 2010, 364 p., p. 69-71
41. CRISTEA, S. *Dicționar de termeni pedagogici*. București: Editura Didactica și Pedagogica, 1998. ISBN 973-30-5130-6.
42. CRISTEA, S. *Dicționar de pedagogie*. Editura LITERA, 2002, 400 p. ISBN: 9975-74-248-3
43. CRISTEA, S. Succesul școlar. In: *Revista Didactica Pro...*, revistă de teorie și practică educațională. 2006, nr. 4(38), pp. 57-58. ISSN 1810-6455.
44. CUCOȘ, C. *Psihopedagogie*. Iași: Polirom Co S.A., 1996. ISBN: 973-9248-03-9
45. CURRICULUMULUI NAȚIONAL
https://www.edu.ro/sites/default/files/DPC_31.10.19_.pdf
46. CUTASEVICI, A. et al. (coord). *Curriculum național/Învățământul primar*. Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova, 2018. 212 p. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/curriculum_primare_05.09.2018.pdf
47. DARIU, L., DABIJA, A. Factorii ce condiționează succesul școlar. In: *Studia Universitatis Moldaviae (Seria Științe ale Educației)*. 2010, nr. 5(35), pp. 91-95. ISSN 1857-2103.
48. DARIU, L., OZEROVA, E. Caracterizarea psihocomportamentală a copiilor dotați din ciclul primar. In: *Studia Universitatis Moldaviae (Seria Științe ale Educației)*. 2010, nr. 5(35), pp. 85-90. ISSN 1857-2103.
49. DINESCU, A. *Ghid al comunicatorului din instituții publice*. Iași: Editura Lumen, 2019. 404 p.
50. DORON, R. *Dicționar de psihologie*. București: Humanitas, 2006. 889 p. ISBN 973-50-1164-6
51. DUMITRU, I., *Dezvoltarea gândirii critice și învățarea eficientă*. Timișoara: Editura de Vest, 2000.
52. ELIAS, M., TOBIAS, S., FRIEDLANDER, B. *Inteligența emoțională în educația copiilor*. București: Curtea veche, 2007.
53. ENĂCHESCU, C. *Tratat de igienă mintală*. Iași, Polirom, 2004. 408 p.

54. FRANȚUZAN, L., GRIGOR, I., STRAISTARI-LUNGU, C. Învățarea școlară eficientă: abordări conceptuale și metodologice. In: *Univers Pedagogic*. 2020, nr. 2(66), pp. 21-31. ISSN 1811-5470.
55. GARDNER, H. *Multiple inteligențe. Noi orizonturi pentru teorie și practică*. București: Sigma, 2007. 320 p.
56. GAVRELIUC, A. *Psihologia socială și dinamica personalității*. Iași: Polirom, 2019. 520p. ISBN 978-973-46-7614-9.
57. GORAȘ-POSTICĂ V. (coord.) *Formarea de competențe prin strategii didactice interactive*. Chișinău: Pro Didactica, 2008. 204 p. ISBN 978-9975-9763-4-3.
58. GOLEMAN D. *Inteligența emoțională*. București: Curtea veche Publishing, 2008. 430 p.
59. GOLEMAN, D. *Creierul și inteligența emoțională: noi perspective*. Ed a II-a. București: Curtea Veche Publishing, 2018. 112 p. ISBN: 9786064400444.
60. GOLU, M. *Manual de psihologia dezvoltării*. Iași: Polirom, 2015. ISBN 9789734656271
61. GOLUBIȚCHI, S. Specificul citirii în clasa întâi. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice Educație preșcolară și primară. Vol. 4, 28-29 februarie 2020*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2020, pp. 201-207. ISBN 978-9975-76-301-1.
62. GRIGOR, I. Motivația – factor-cheie al învățării școlare eficiente. In: *Educația: factor primordial în dezvoltarea societății. 9 octombrie 2020*. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 2020, pp. 79-94. ISBN 978-9975-48-178-6.
63. HAHEU-MUNTEANU, E., BRUJA, C.-V. Dezvoltarea socio-emoțională a preșcolarilor prin activitățile opționale din grădiniță. In: *Calitate în educație - imperativ al societății contemporane. Vol.1, 4-5 decembrie 2020*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea Pedagogică de Stat «Ion Creangă» din Chișinău, 2020, pp. 359-364. ISBN 978-9975-46-482-6; 978-9975-46-483-3.
64. HUGHES, M., TERRELL BRADFORD, J. *Inteligența emoțională în acțiune*. Program, de training și coaching pentru lideri, manageri și echipe. București: Curtea Veche Publishing, 2017. 461 p.
65. ILICA, A. et al. (coord). *O pedagogie pentru învățământul primar*. Arad: Editura Universității Aurel Vlaicu, 2005. 376 p. ISBN 973-8363-91-8
66. ILICIEV, M. Optimizarea raportului profesor-elev prin dezvoltarea capacităților empatice. In: *Perspectivelor și Problemele Integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației. Vol.9, Partea 2, 3 iunie 2022*. Cahul, Republica Moldova: Tipografia "Centrografic" SRL, 2022, pp. 141-147.

67. IONIȚĂ, C. *Competența emoțională și rolul ei în dezvoltarea armonioasă a copilului*. Disponibil: <https://abcdidactic.net/2023/02/18/competenta-emotionala-si-rolul-ei-in-dezvoltarea-armonioasa-a-copilului/>
68. JDERU G. *Introducere în sociologia emoțiilor*, Iași, Polirom, 2012, 264 p.
69. LOSÎI, E. Învățarea prin cooperare ca formă ce stimulează colaborarea elevilor de vîrstă școlară mică. In: *Revistă de științe socioumane*. 2009, nr. 1(11), pp. 68-71. ISSN 1857-0119.
70. LOSÎI, E. Stima de sine la preadolescenți. In: *Probleme ale științelor socioumanistice și modernizării învățămîntului. Seria 23, Vol.1, 26 martie 2021*. Chișinău: Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, 2021, pp. 24-30. ISBN 978-9975-46-559-5; 978-9975-46-560-1.
71. LOSÎI, E. Studiarea motivației școlare a elevilor mici. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*. 2007, nr. 8, pp. 47-52. ISSN 1857-0224.
72. LUCHIAN, T. Dezvoltarea inteligenței emoționale în cadrul predării disciplinelor psihologia generală și psihologia vîrstelor. In: *Buletinul științific al Universității de Stat „Bogdan Petriceicu Hasdeu” din Cahul, Seria ”Științe Umanistice”*. 2016, nr. 2(4), pp. 79-88. ISSN 2345-1866
73. MANZ C. *Disciplina emoțională*. București: Curtea veche, 2005. 215 p
74. MAZGA, D., CROITORU, D. (coord). *O școală prietenoasă. Ghid de bune practici educaționale realizat în cadrul proiectului de mobilități ERASMUS+ pentru educație școlară*. 2017, vol. 1. 121 p.
75. MELNICIUC, G. Dezvoltarea inteligenței emoționale a preadolescenților. In: *Univers Pedagogic*. 2019, nr. 1(61), pp. 70-77. ISSN 1811-5470.
76. MICLEA, M., BĂLAJ, A., PORUMB, M., PORUMB, D. *Platformă de evaluare a dezvoltării 3-6/7 ani*. Volumul I Cluj-Napoca: Editura ASCR, 2019. 453 p. ISBN 978 973 7973 88 7
77. MIHĂESCU, M. Influența relațiilor interpersonale asupra reușitei școlare a elevilor din clasele I-IV. In: *Revista Didactica Pro..., revistă de teorie și practică educațională*. 2010, nr. 1(59), pp. 42-44. ISSN 1810-6455.
78. MÎSLIȚCHI, V. *Parteneriatul educațional familie-grădiniță-școală: Ghid metodologic*. Chișinău: Pulsul Pieței, 2015. 250 p. ISBN 978-9975-3040-7-8.
79. MORĂRAȘU, L. Importanța emoțiilor în managementul situațiilor conflictuale în clasa de elevi. In: *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare*, Ed. 4, Bălți: Tipografia din Bălți, 2022, Ediția 4-a, pp. 114-121. ISBN 978-9975-161-32-9.

80. MOGÎLDEA, Iu, Mediul școlar ca factor al educației sociale în învățământul primar, teză de doctor în științe ale educației a educației, Chișinău, 2023.
81. NEACȘU, I. Introducere în psihologia educației și a dezvoltării. Iași: Polirom, 2010. 237 p.
82. OHRIMENCO (BOȚAN), A. Managementul comportamentului indizerabil prin dezvoltarea inteligenței emoționale la copii. In: *Probleme ale științelor socioumanistice și modernizării învățământului. Seria 22, Vol.2, 8-9 octombrie 2020*. Chișinău: Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, 2020, pp. 438-444. ISBN 978-9975-46-449-9; 978-9975-46-451-2.
83. OTOMEGA, I.-M. Factorii reusitei școlare. In: *Preocupări contemporane ale științelor socio-umane. Ediția 8, 8-9 decembrie 2017*. Chișinău, 2018: "Print-Caro" SRL, 2017, pp. 95-100. ISBN 978-9975-3168-9-7.
84. PALADI, O. *Orientările valorice și adaptarea psihosocială la vârsta adolescenței: Abordări teoretice*: Monografie. Chișinău: Print- Caro SRL, 2021. 261 p. ISBN 978-9975-48-190-8
85. PALADI, O. Componentele conștiinței de sine și autoevaluarea la vârsta școlară. In: *Evaluarea în sistemul educațional: deziderate actuale. 9-10 noiembrie 2017*. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 2017, pp. 465-470. ISBN 978-9975-48-118-2.
86. PALADI, O., CAUȘ-AVRAM, O. Relația dintre inteligența emoțională și motivația pentru succes la preadolescenți. In: *Psihologie, revista științifico-practică*. 2013, nr. 2, pp. 14-20. ISSN 1857-2502.
87. PANICO, V. Aspecte teoretice și praxiologice de tipizare a strategiilor de formare a atitudinilor de învățare la elevii de vârstă școlara mica. In: *Probleme actuale ale didacticii științelor reale consacrată aniversării a 80-a a profesorului universitar Ilie Lupu. Ediția a II-a Vol.2, 11-12 mai 2018*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2018, pp. 182-186. ISBN 978-9975-76-239-7.
88. PĂTRAȘCU, D., TOCAN, M. (coord). *Copii fericiți – adulți de succes. Inteligența emoțională se învață. Ghid metodologic de bune practici*. Editura Sfântul Ioan, 2017.
89. PAULSON, T. L *Avantajul optimismului - 50 de adevăruri simple pentru a-ti transforma atitudinile si actiunile in rezultate*. București: Editura AMALTEA, 2011.
90. PAVLENKO L. Particularitățile psihologice de dezvoltare ale competenței sociale în ontogeneză. Teza de doctor în psihologie. Chișinău, 2015. 219 p.
91. PAVLENKO, L. Condiții psihopedagogice de creștere a motivației pentru succes la copiii de vârstă școlară mică. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice Pedagogie în învățământul preșcolar și primar. Vol. 4, 27-28 februarie 2021*. Chișinău,

- Republica Moldova: Tipografia Universității de Stat din Tiraspol, 2021, pp. 336-342. ISBN 978-9975-76-321-9
92. PAVLENKO, L. *Particularitățile psihologice de dezvoltare ale competenței sociale în ontogeneză*. Teză de doctor. Chișinău, 2015, 221 p.
93. PÎSLARI, S. *Dezvoltarea empatiei la vârsta preadolescentă*. Teză de doctor. Chișinău, 2018. 228 p.
94. PÎSLARI, S. Inteligența emoțională la preadolescenți. In: *Evaluarea în sistemul educațional: deziderate actuale. 9-10 noiembrie 2017*. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 2017, pp. 440-446. ISBN 978-9975-48-118-2.
95. PLEȘCA, M. Influența inteligenței emoționale asupra performanței academice. In: *Revistă de științe socioumane*. 2016, nr. 1(32), pp. 52-57. ISSN 1857-0119.
96. PLEȘCA, M. Relația dintre inteligența emoțională și adaptarea studenților la mediul universitar. In: *Practica psihologică modernă. 26-28 septembrie 2014*. Chișinău: Tipografia UPS "I. Creanga", 2014. pp. 112-117. ISBN 978-9975-46-231-0.
97. POTOLEA, D., MANOLESCU, M. *Teoria și metodologia curriculumului Proiect pentru învățământul rural*. Ministerul Educației și Cercetări, 2006. ISBN 10 973-04602-6.
98. RACU, I. Dezvoltarea conștiinței de sine la vârsta școlară mică. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*. 2014, nr. 37, pp. 38-46. ISSN 1857-0224.
99. RACU, I. Psihogeneza conștiinței de sine în diferite situații sociale de dezvoltare. In: *Prolegomene din istoria psihologiei în Republica Moldova. 4 mai 2018*. România, Iași: Pan Europe, 2018, pp. 19-39. ISBN 978-973-8483-84-2.
100. RACU, I. Dezvoltarea conștiinței de sine la diferite etape de vârstă. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*. 2014, nr. 35, pp. 49-58. ISSN 1857-0224.
101. RACU, I. Pregătirea psihologică a copilului pentru instruirea în școală. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*. 2007, nr. 7, pp. 33-37. ISSN 1857-0224.
102. ROCO M. *Creativitatea și inteligența emoțională*. Iași: Editura Polirom, 2001. 248 p.
103. ROȘCA, M. *Eficiențizarea comunicării interpersonale la copiii de vârstă școlară mică*. Teză de doctor în psihologie. Chișinău, 2022. 237 p.
104. RUSU, E. Abordări conceptuale în studiul inteligenței emoționale. In: *Acta et commentationes (Științe ale Educației)*. 2016, nr. 1(8), pp. 121-130. ISSN 1857-0623.
105. RUSU, E. *Formarea inteligenței emoționale a studenților pedagogi: tz. de doct. în pedagogie*. Chișinău, 2013. 252 p.
106. SĂLĂVĂSTRU, D. *Psihologia educației*, Iași: Polirom, 2004. 181 p. ISBN: 973-681-553-

107. SĂLĂVĂSTRU, D. *Psihologia învățării: teorii și aplicații educaționale*. Iași: Polirom, 2009. 232p. ISBN: 978-973-46-1525-4.
108. SADOVEI L., PAPUC, L., CRISTEA. S., COJOCARU- BOROZAN. M. *Teoria și praxiologia cercetării pedagogice*. București: E.D.P.2016. 306 p. ISBN 978-606-31-01-84-7
109. SANDA, OI. Inteligența emoțională și impactul ei asupra dezvoltării personalității elevului de vârstă școlară mică. În: *Revista științifică a Universității de Stat din Moldova Studia Universitatis Moldaviae*, nr. 5(165), 2023. pp. 85-89. ISSN 1857-2103
110. SANDA, OI. Importanța culturii emoționale a cadrelor didactice în dezvoltarea inteligenței emoționale a elevilor mici competență emoțională necesară pentru adaptarea socială. În: *Revista Acta et Commentationes, Sciences of Education*, nr. 3, 2024. ISSN 1857-0623
111. SANDA, OI. Modelul pedagogic al dezvoltării inteligenței emoționale a elevilor din învățământul primar în contextul parteneriatului școală – familie. În: *Revista Didactico Pro*, nr. 5 (147), pp. 6-12. 2024 ISSN 1810-6455
112. SANDA, OI. Inteligența emoțională în succesul școlar. In: *Asistența complexă a copiilor cu cerințe educaționale speciale în mediul educațional incluziv*, 10 decembrie 2020, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: CEP UPS „I.Creangă”, 2020, pp. 544-548. ISBN 978-9975-46-480-2.
113. SANDA, OI. Dezvoltarea emoțională și impactul său asupra personalității elevului de vârstă școlară mică. In: *Adaptarea sistemului educațional la noile abordări din societatea contemporană: provocări și soluții*, Ed. 1, 18-19 august 2022, Chișinău. Chișinău: Tipografia Universității de Stat din Tiraspol, 2022, pp. 110-116. ISBN 978-9975-76-417-9 (PDF).
114. SANDA, OI. Viața afectivă și implicațiile sale asupra elevului de vârstă școlară mică. In: *Geniu, talent, creativitate: - o perspectivă socio-culturală*, Ed. XIII, Iași, România: 2022, Volumul II, pp. 102-105. ISBN 978-606-685-906-6.
115. SANDA, OI. Dezvoltarea inteligenței emoționale la copiii cu dizabilități. In: *Materialele conferinței științifice studențești cu participare internațională*. Chișinău: Tipografia Universității de Stat din Tiraspol, 2021, Ediția 70, Vol.2, pp. 197-201. ISBN 978-9975-76-339-4.
116. SANDA, OI. Dimensiunile și stadiile dezvoltării emoționalității și inteligenței emoționale la copiii cu dizabilități. In: *Educația în fața noilor provocări*, 5-6 noiembrie 2021, Chisinau. Chișinău: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2021, Vol.2, pp. 204-208. ISBN 978-9975-76-373-8 (PDF).

- 117.SANDA, OI. Emoționalitatea și inteligența emoțională la copii. In: *Conferința științifică studențească cu participare internațională*, 20 aprilie 2022, Chișinău. Chișinău: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2022, Ediția LXXI, pp. 452-454. ISBN 978-9975-76-394-3.
- 118.SANDA, OI. Dezvoltarea inteligenței emoționale la copiii cu dizabilități multiple. In: *Cultura cercetării pedagogice: provocări și tendințe contemporane*, Ed. 1. Chisinau, Moldova: INCE, 2021, Ediția 1, Vol.5, pp. 79-86. ISBN 978-9975-76-350-9.
- 119.SANDA, OI. Importanța dezvoltării inteligenței emoționale la copiii din învățământul primar. In: *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare*. Bălți: Tipografia din Bălți, 2020, Ediția 3-a, pp. 353-356. ISBN 978-9975-3422-5-4.
- 120.SANDA, OI. Inteligența emoțională în succesul școlar. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice: Educație preșcolară și primară*. Chișinău: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2020, Vol. 4, pp. 281-284. ISBN 978-9975-76-301-1.
- 121.SARANCIUC-GORDEA, L. *Dezvoltarea personală: disciplina școlară în clasele primare*. Chișinău: C.E.P. UPS "Ion Creangă", 2021, 233 p. ISBN 978-9975-46-556-4.
- 122.SEBASTIAN, V. Proiectarea, elaborarea și testarea unui program de dezvoltare a competențelor socio-emoționale ale tinerilor. Cluj-Napoca: 2013
- 123.SIEGEL, D. J., BRYSON, T. *Creierul copilului tău: douăsprezece strategii revoluționare de dezvoltare unitară a creierului copilului tău*. București, 2014. ISBN 978-606-639-051-4
- 124.SION, G. *Psihologia vârstelor*. București: Ed. Fundației România de Mâine, 2007. 255 p. ISBN 978-973-163-013-7
- 125.ȘOVA, T., PAREA A. Dezvoltarea emoțională a elevilor claselor primare. Ghid methodologic. Bălți, 2020
- 126.ȘOVA, T. *Managementul stresului profesional al cadrelor didactice*. Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”, 2014, 277 p. ISBN 978 9975 46 196 2
- 127.STĂNILĂ, E.A. *Psihologia educației pe tot parcursul vieții*. Editia a III-a. București: ForYou, 2017. 304p. ISBN 978-606-639-158-0.
- 128.STEIN Stiven J., Book Howard E. *Forța inteligenței emoționale: inteligența emoțională și succesul vostru*. București: ALLFA, 2003. 288 p., p. 15 ISBN 973-8457-21-1. II 37319; 159.9/S75
- 129.STERIAN, M. Rolul inteligenței emoționale în dirijarea și în controlul relațiilor interpersonale. In: *Culture of Peace and Sustainable Development Education. Proceedings of National Scientific Conference with International Participation*, 1stEd., „Dimitrie Cantemir” Christian University”, 2017, pp. 39-42.

- 130.ȘULEA (BRĂNIȘTEANU) R. *Educația socio-emoțională – ateliere pentru preșcolari*: tz. de doct. Cluj-Napoca, 2013. 45 p. (rezumat)
- 131.ȚÎMBALIUC, N. Inteligența emoțională ca factor de eficientizare a managementului organizației: tz. de doct. în șt. economice. Chișinău: ASEM, 2018. 203 p.
- 132.TROFĂILĂ, L. Dezvoltarea inteligenței emoționale la copii. In: *Învățământ superior: tradiții, valori, perspective, Vol. 1, 27-28 septembrie 2019*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2019, pp. 171-174. ISBN 978-9975-76-285-4.
- 133.TROFĂILĂ, L. Dezvoltarea inteligenței emoționale la elevii de vârstă școlară mică în activitatea de învățare. In: *Învățământ superior: tradiții, valori, perspective Pedagogia Școlii Superioare și Psihopedagogie și Pedagogie în Învățământul Preșcolar și Primar, Vol. 2, 29-30 septembrie 2020*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2020, pp. 265-270. ISBN 978-9975-76-311-0, 978-9975- 76-313-4.
- 134.TROFĂILĂ, L. Inteligența emoțională și implicarea ei în activitățile de succes. In: *Învățământ superior: tradiții, valori, perspective Științe Socio-umanistice și Didactica Științelor Socio-umanistice, Vol. 3, 29-30 septembrie 2020*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2020, pp. 214-219. ISBN 978-9975-76-311-0, 978-9975-76-314-1.
- 135.TROFĂILĂ, L., COROTCHIH, E. Implicarea inteligenței emoționale în relațiile interpersonale. In: *Învățământ superior: tradiții, valori, perspective. Vol. 1, 27-28 septembrie 2019*. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea de Stat din Tiraspol, 2019, pp. 175-179. ISBN 978-9975-76-285-4.
136. ȚURCAN-BALȚAT, L. *Formarea cadrelor didactice prin valorile toleranței*. Ch.: Tip. UPS „I. Creangă”, 2015. 324 p. ISBN 978-9975-46-242-6.
137. ȚURCAN-BALȚAT, L. Promovarea culturii toleranței într-o societate multiculturală. In: *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare. Ediția 2-a, 27 aprilie 2018*. Bălți: Tipografia din Bălți, 2018, pp. 430-433. ISBN 978-9975-3260-0-1.
138. ȚURCAN-BALȚAT, L., CIMBRICIUC, A. Competențe emoționale necesare pentru eficientizarea activității profesionale a educatorilor. In: *Managementul educațional: realizări și perspective de dezvoltare. Ediția 2-a, 27 aprilie 2018*. Bălți: Tipografia din Bălți, 2018, pp. 427-430. ISBN 978-9975-3260-0-1.
- 139.VRABII V. Reglarea afectivă în procesul educațional. Ghid metodologic. Chișinău : IȘE, 2021 (Print-Caro SRL). 79 p. ISBN 978-9975-56-975-0.

140. VINNICENCO, E. Dezvoltarea inteligenței emoționale la adolescenți. In: *Practica psihologică modernă. 25-27 septembrie 2015*. Chișinău: Tipografia UPS I. Creangă, 2015, pp. 18-26. ISBN 978-9975-46-265-5.
141. VINNICENCO, E. Specificul metodelor de educație și autoeducație la vârsta școlară mică. In: *Materialele Conferinței Republicane a Cadrelor Didactice Pedagogie în învățământul preșcolar și primar, vol. 4, 27-28 februarie 2021*. Chișinău, Republica Moldova: Tipografia Universității de Stat din Tiraspol, 2021, pp. 373-377. ISBN 978-9975-76-321-
142. VLAS V. ș. a. Psihologia vîrstelor și pedagogică. Chișinău: Lumina, 1992. 224 p.
143. WILDING, C. *Schimbăți viața cu ajutorul inteligenței emoționale*. București: Litera, 2018. 256 p.
144. ZAGAIEVSCHI, C. *Fundamente teoretice și metodologice ale dezvoltării inteligenței emoționale prin comunicare la adolescent*. Teză de doctor în pedagogie. Chișinău, 2013.
145. ZAGAIEVSCHI, C. Sănătate mintală prin educație pentru dezvoltare emoțională. In: *Probleme ale științelor socioumanistice și modernizării învățământului Materialele conferinței științifice anuale a profesorilor și cercetătorilor UPS „Ion Creangă”*. Seria 19, Vol.2, 24 martie 2017. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, 2017, pp. 109-118. ISBN 978-9975-46-335-5
146. ZAGAIEVSCHI, C., COJOCARU-BOROZAN, M. *Educație pentru dezvoltare emoțională și sănătate mintală*. Chișinău: Tipografia UPS „Ion Creangă”, 2014. 192 p.
147. https://www.legis.md/cautare/getResults?doc_id=110112&lang=ro Codul Educației. Publicat: 24.10.2014 în Monitorul Oficial Nr. 319-324, art. Nr: 634; data intrării în vigoare: 23.11.2014 (cu modificările ulterioare: 2016, 2017, 2018, 2019).

În limba engleză

148. ALBUQUERQUE, M. *Unveiling the Catalyzing Power of Emotional Intelligence over General Intelligence and Learning Performance*. PhD thesis. Ramon Llull University, 2016. 381 p.
149. AL-QADRI, A. H., ZHAO, W. Emotional Intelligence and Students' Academic Achievement. In: *Problems of Education in the 21st Century*. 2021, 79(3), 360–380. Disponibil: <https://doi.org/10.33225/pec/21.79.360>
150. ARIAS, J., SOTO-CARBALLO, J. G., PINO-JUSTE, M. R. Emotional intelligence and academic motivation in primary school students. In: *Psicologia: Reflexão E Crítica*. 2022, 35(1). Disponibil: <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00216-0>
151. ASHWORTH, S.R. *The Relationship between the Emotional Intelligence of Secondary Public School Principals and School Performance*. PhD thesis. Texas, 2013, 119 p.

152. AZIMIFAR, M. The Relationship between Emotional Intelligence and Academic Achievement among Iranian Students in Elementary Schools. In: *European Online Journal of Natural and Social Sciences*. 2013, 2(2), pp.216-222. <https://european-science.com/eojnss/article/view/47/pdf>
153. BAR-ON, R., MAREE, J., ELIAS, M. (eds). *Educating People to be Emotionally Intelligent*. Greenwood Publishing Group, Inc., 2007, 345 p. ISBN-10: 0-275-99363-9
154. BAR-ON R. The Bar-On model of emotional-social intelligence. In: *Psicothema* (Special Issue on Emotional Intelligence), 2006, vol. 18 (supl.), p. 13-25
155. BERGOLD, S., STEINMAYR, R. Personality and Intelligence Interact in the Prediction of Academic Achievement. In: *J. Intell.* 2018, 6:27. Disponibil: doi: 10.3390/jintelligence6020027
156. Bettering Youth Team. *How to Teach Emotional Intelligence to Children: 30 Powerful Activities*. [online] Disponibil: <https://betteringyouth.co.uk/blog/emotional-literacy-30-activities>
157. BILLINGS, C. E. W. et al. Emotional Intelligence and scholastic achievement in pre-adolescent children. In: *Personality and Individual Differences*. 2014, 65, pp.14-18. Disponibil: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.017>
158. BOWEN, G. L., RICHMAN, J. M., BOWEN, N. K., BROUGHTON, A. The School Success Profile Online. In: *Journal of Technology in Human Services*. 2003, 21(1-2), 111-138. Disponibil: https://doi.org/10.1300/j017v21n01_06
159. BRACKETT, M. et al. Creating an Emotionally Intelligent School District: A Skills-Based Approach. In: BAR-ON, R. et al (eds). *Educating people to be emotionally intelligent*. Greenwood Publishing Group, Inc., 2007. pp. 123-138. ISBN-10: 0-275-99363-9
160. CHODKIEWICZ, A. R., BOYLE, C. Positive Psychology School-based Interventions: a Reflection on Current Success and Future Directions. In: *Rev. Educ.* 2017, 5, pp. 60-86. Disponibil: doi: 10.1002/rev3.3080
161. CHABOT, D., CHABOT, M., *Pedagogie emotionnelle, ressentir pour apprendre*. Quebec, 2009. ISBN-10: 0-275-99363-9
162. COLVERD, S., HODGKIN, B. *Developing Emotional Intelligence in the Primary School*. Routledge, 2011. ISBN13: 978-0-203-83316-2 (ebk)
163. CRISTÓVÃO, A.M., CANDEIAS, A.A., VERDASCA, J.L. Development of Socio-Emotional and Creative Skills in Primary Education: Teachers' Perceptions about the Gulbenkian XXI School Learning Communities Project. In: *Front. Educ.* 2020, 4:160. Disponibil: doi: 10.3389/educ.2019.00160

164. CVENCEK, D., FRYBERG, S. A., COVARRUBIAS, R., AND MELTZOFF, A. N. Self-concepts, Self-esteem, and Academic Achievement of Minority and Majority North American Elementary School Children. In: *Child Development*. 2018, 89, pp.1099–1109. Disponibil: doi:10.1111/cdev.12802
165. D'AMICO, A., GERACI, A. MetaEmotions at School: A Program for Promoting Emotional and MetaEmotional Intelligence at School; a Research-Intervention Study. In: *Education Sciences*. 2022, 12, 589. Disponibil: <https://doi.org/10.3390/educsci12090589>
166. DENHAM, S. A., BASSETT, H. H., WAY, E., MINCIC, M., ZINSSER, K., GRALING, K. Preschoolers' Emotion Knowledge: Self-regulatory Foundations, and Predictions of Early School Success. In: *Cognition & Emotion*. 2012, 26(4), 667–679. Disponibil: <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.602049>
167. DEVIS-ROZENTAL, C. *Developing Socio-Emotional Intelligence in Early Years Scholars*. PhD thesis. Bournemouth University, 2017. 288p.
168. DUCKWORTH, A. L., CARLSON, S. M. (2013). Self-regulation and school success. In: B.W. SOKOL, F.M.E. GROUZET, & U. MÜLLER (Eds.). *Self-regulation and autonomy: Social and developmental dimensions of human conduct*. New York: Cambridge University Press, 2013. pp. 208-230.
169. DURMUŞOĞLU S N., ENGIN D. M. The Effects of an Emotional Education Program on the Emotional Skills of Six-year-old Children Attending Preschool. In: *Educational Sciences: Theory & Practice*. 2010, 10 (4), pp. 2123-2140. Disponibil: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ919874.pdf>
170. ELIAS, M. J., ARNOLD, H. *The Educator's Guide to Emotional Intelligence and Academic Achievement: Social-Emotional Learning in the Classroom*. Corwin Press, 2006. 273 pages
171. ELIAS, M. J., et al. *Promoting social and emotional learning: guidelines for educators*. ASCD, 1997. 175 p. ISBN 0-87120-288-3 (pbk.)
172. EMMERLING, R., SHANWAL, V., MANDAL, M. (eds). *Emotional Intelligence: Theoretical and Cultural Perspectives*. Nova Science Publishers, Inc., 2008.
173. *Emotional Intelligence Activities for Kids*. [online]. Disponibil: <https://imaginationsoup.net/emotional-intelligence-activities-kids/>
174. *Emotional Intelligence Quiz*. [Online]. Disponibil: <https://www.ihhp.com/free-eq-quiz/>
175. *Emotional Intelligence: Emotional Mastery & Influence* (Emotional Intelligence, EQ, Happiness, Influence, Emotional Mastery, NLP - 7 Book Bundle 1). Modern Psychology Publishing, 2019. 549 p.

176. ENGLEFIELD, S. *Leading to Success: Judging success in primary schools in challenging contexts Contents*. UK: National College for School Leadership, 2002. Disponibil: <https://core.ac.uk/download/pdf/4154893.pdf>
177. FATUM, B. A. *The relationship between Emotional Intelligence and Academic Achievement in Elementary School Children*. PhD thesis. San Francisco, California, 2008. 318 p.
178. FERNÁNDEZ-BERROCAL, P., RUIZ, D., FERNÁNDEZ BERROCAL, P. Emotional Intelligence in Education. In: *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. 2008, no. 15, vol. 6 (2), pp. 421–436. ISSN. 1696-2095
179. Goleman D. What makes a leader? In: *Harvard Business Review*, 1998, p.82-91. ISSN 0017-8012
180. HANSENNE, M., LEGRAND, J. Creativity, emotional intelligence, and school performance in children. In: *International Journal of Educational Research*. 2012, 53, pp.264–268. Disponibil: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2012.03.015>
181. HAYNES, N. The Comer School Development Program: A Pioneering Approach to Improving Social, Emotional and Academic Competence. In: BAR-ON, R. et al (eds). *Educating people to be emotionally intelligent*. Greenwood Publishing Group, Inc., 2007. pp. 95-108. ISBN-10: 0–275–99363–9
182. HERRERA, L., AL-LAL, M., MOHAMED, L. Academic Achievement, Self-Concept, Personality and Emotional Intelligence in Primary Education. Analysis by Gender and Cultural Group. In: *Frontiers in Psychology*. 2020, 10(3075). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03075>
183. IVCEVIC, Z., BRACKETT, M. Predicting school success: Comparing Conscientiousness, Grit, and Emotion Regulation Ability. In: *Journal of Research in Personality*. 2014, 52, pp. 29–36. Disponibil: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.06.005>
184. JAIN, K. A. (2021). The Science and Philosophy of Emotional Intelligence: A Pragmatic Perspective. In: TAUKENI, S. (ed) *The Science of Emotional Intelligence*. 2021, 222 p. Disponibil: <https://doi.org/10.5772/intechopen.97837>
185. JAWED, A. *Aspects of Emotional Intelligence*. Cambridge Scholars Publishing, 2019. 135 p. ISBN (10): 1-5275-3461-8
186. JORDAN, C., THARP, R. G. Explaining School Failure, Producing School Success: Two Cases. In: *Anthropology & Education Quarterly*. 1987, 18(4), 276–286. Disponibil: <https://doi.org/10.1525/aeq.1987.18.4.04x0019s>

187. LANTIERI, L., GOLEMAN, D. *Building Emotional Intelligence: Techniques to Cultivate Inner Strength in Children*. Colorado: Sounds True, 2008, 160 p.
188. LERNER, R. et al. (eds). *Handbook of Child Psychology and Developmental Science*. Seventh edition. John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, 2015. 915 p. ISBN 978-1-118-95297-9 (pdf)
189. LEWIS, M. Emotional Development and Consciousness. In: LERNER, R. et al (eds). *Handbook of Child Psychology and Developmental Science*. Seventh edition. John Wiley & Sons, Inc., 2015 pp. 407-451. ISBN 978-1-118-95297-9 (pdf)
190. LÓPEZ-CASSÀ, È. et al. Emotional Competencies in Primary Education as an Essential Factor for Learning and Well-Being. In: *Sustainability*. 2021, 13, 8591. Disponibil: <https://doi.org/10.3390/su13158591>
191. MACCANN, C., et al. Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. In: *Psychological Bulletin*. 2020, 146(2), pp. 150–186. <https://doi.org/10.1037/bul0000219>
192. MAYER J., SALOVEY P. What is Emotional Intelligence. In Salovey P., Sluyter D. (ed.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*, Basic Books, New York, 1997
193. MCCLELLAND, M. et al. Development and Self-regulation. In: LERNER, R. et al. (eds). *Handbook of child psychology and developmental science*. Seventh edition. John Wiley & Sons, Inc., 2015. pp. 523-565. ISBN 978-1-118-95297-9 (pdf)
194. MCDEVITT, T., ORMROD, J. *Child Development and Education Seventh Edition*. Pearson, 2020. ISBN 10: 0-13-480677-8 Disponibil: <https://www.pearsonhighered.com/assets/preface/0/1/3/4/0134806778.pdf>
195. MEECE, J. L., ANDERMAN, E. M., ANDERMAN, L. H. Classroom Goal Structure, Student Motivation, and Academic Achievement. In: *Annual Review of Psychology*. 2006, 57(1), 487–503. Disponibil: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070258>
196. MENSAH, T. Relationship between Self-concept and School Adjustment among Primary School Pupils. In: *J. Educ. Rev.* 2014, 13, pp. 205–212.
197. MOHZAN, M. A. M., HASSAN, N., HALIL, N. A. The Influence of Emotional Intelligence on Academic Achievement. In: *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2013, 90, pp. 303–312. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.095>
198. MUKHAMETZYANOVA, L. et al. Formation of Students Emotional Intelligence as a Factor of their Academic Development. In: *Man in India*. 2017, 97 (3), pp. 543-552.

199. MUOLA, J. A study of the Relationship between Academic Achievement Motivation and Home Environment among Standard Eight Pupils. In: *Educational Research and Reviews*. 2010, 5(5), pp. 213–217. Disponibil: http://197.136.134.32/bitstream/handle/123456780/4809/Muola_A%20study%20of%20the%20relationship%20between%20academic%20achievement.pdf?sequence=1&isAllowed=y
200. POLIRSTOK, S. Building Success: The Intersection of Emotional Intelligence, Self-Regulation, Grit and Mindset, and High Approval Teaching. In: *Open Science Open Mind*, 2022. Disponibil: <https://www.intechopen.com/online-first/83619>
201. POZO-RICO, T., SANDOVAL, I. Can Academic Achievement in Primary School Students Be Improved Through Teacher Training on Emotional Intelligence as a Key Academic Competency? In: *Frontiers Psychology*. 2020, vol. 9. Disponibil: 10:2976.doi: 10.3389/fpsyg.2019.02976
202. PREETI, B. Role of Emotional Intelligence for Academic Achievement for Students. In: *Res. J. Educational Sci. International Science Congress Association*. 2013, 1(2). <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=60bfae282a2d9e581f5730dc87641cc7fa8465d3>
203. SAARNI, C. The Development of Emotional Competence: Pathways for Helping Children to Become Emotionally Intelligent. In: BAR-ON, R. et al (eds). *Educating people to be emotionally intelligent*. Greenwood Publishing Group, Inc., 2007. pp.15-37. ISBN-10: 0–275–99363–9
204. SEEBON, Ch. *A Correlational Study of Emotional Intelligence and Resilience in Asset Managers during the Global Pandemic Explored through Chaos and Intentional Change Theories*. PhD thesis. Franklin University, 2021. 210 p.
205. SULEMAN Q., et al. Association between Emotional Intelligence and Academic Success among Undergraduates: A cross-sectional study in KUST, Pakistan. In: *PLoS ONE*. 2019, 14(7):e0219468. Disponibil: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219468>
206. SULKU, S. N., ABDİOĞLU, Z., Public and Private School Distinction, Regional Development Differences, and Other Factors Influencing the Success of Primary School Students in Turkey. In: *Educational Sciences-Theory & Practice*. 2015, vol.15, no.2, pp.419-431. Disponibil: Doi: 10.12738/estp.2015.2.2386
207. SWAINSTON, J. *Cultivating Social Intelligence: 3 Ways to Understand Others*, 2021. [online]. Disponibil: <https://positivepsychology.com/social-intelligence/>

208. TADJUDDIN, N. et al. Emotional Intelligence of Elementary Scholar: Instructional Strategy and Personality Tendency. In: *European Journal of Educational Research*. 2020, 9(1), pp. 203–213. Disponibil: <https://eric.ed.gov/?id=EJ1241217>
209. TAUKENI, S. (ed) *The Science of Emotional Intelligence*. IntechOpen, 2021, 222 p. Disponibil: Doi10.5772/intechopen.90978
210. TIFFANY, S. 16 Activities to Stimulate Emotional Development in Children. In: *Positive Psychology*. 2023. [online]. Disponibil: <https://positivepsychology.com/emotional-development-activities/>
211. TORRENTE, C., RIVERS, S. E., BRACKETT, M. A. Teaching emotional intelligence in schools: An evidence-based approach. In: A. A. LIPNEVICH, F. PRECKEL, R. D. ROBERTS (Eds.), *Psychosocial skills and school systems in the 21st century: Theory, research, and practice*. Springer International Publishing/Springer Nature, 2016. pp. 325–346.
212. ULUTAŞ, İ., ENGIN, K., & BOZKURT POLAT, E. Strategies to Develop Emotional Intelligence in Early Childhood. In: TAUKENI, S. (ed) *The Science of Emotional Intelligence*. 2021, 222 p. Disponibil: <https://doi.org/10.5772/intechopen.98229>
213. ULUTAŞ, İL., ÖMEROĞLU, E. The Effects of an Emotional Intelligence Education Program on the Emotional Intelligence of Children. In: *Social Behavior and Personality: An International Journal*. 2020, 35(10), 1365–1372. Disponibil: <https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.10.1365>
214. WIDIASTUTI, A. A. Preschoolers Self-Regulation and Their Early School Success. In: *Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR)*. 2016, volume 58, pp. 39-43.
215. ZINS, J., ELIAS, M., GREENBERG, M. School Practices to Build Social-Emotional Competence as the Foundation of Academic and Life Success. In: BAR-ON, R. et al (eds). *Educating people to be emotionally intelligent*. Greenwood Publishing Group, Inc., 2007. pp.79-94. ISBN-10: 0-275-99363-9

În limba franceză

216. American Psychological Association. Coalition for Psychology in Schools and Education. *Les 20 principes fondamentaux de psychologie pour l'enseignement et l'apprentissage dans les classes primaires et secondaires 2015*. Disponibil: <http://www.apa.org/ed/schools/teaching-learning/top-twenty-principles.aspx>

217. BEAUMONT, C., & GARCIA, N. L'apprentissage socioémotionnel à l'école primaire: compétences attendues des enseignants et formation initiale. En: *Recherches En Éducation*. 2020, 41. Disponibil: <https://doi.org/10.4000/ree.544>
218. D'ESCLAIBES, S., D'ESCLAIBES N. *Le guide hachette de la pédagogie Montessori: l'ouvrage complet pour comprendre et appliquer la pédagogie au quotidien*. 2018, 516 p.
219. *Le kit de ressources ENABLE pour les élèves, les enseignants, les parents et les élèves médiateurs*. ENABLE, 2016. Disponibil: http://enable.eun.org/c/document_library/get_file?uuid=d66921ff-1698-4527-9c9a-1cda5d5c046d&groupId=4467490
220. PARENT, J., ST-LOUIS, M. *Le bien-être de l'enfant à l'école primaire: un regard sur certains facteurs de risque et de protection*: document préparatoire pour l'avis du Conseil intitulé « Le bien être de l'enfant à l'école: faisons nos devoirs », Études et recherches, Québec, Conseil supérieur de l'éducation, 2020, 93 p.
221. PELLAUD, F., ROBIN, N., SANCHEZ, E., GAY, P. ENGAGE 2.3.2: *Des ressources pour développer les habiletés de réflexions stratégiques et l'intelligence émotionnelle des élèves*. Poster présenté à Colloque Sustainable University Day Fribourg, Suisse, 2018.
222. RADFORD, L. et al. *Bien-être, résilience, intelligence émotionnelle*. Université Laurentienne, 2018.
223. SILLAMY, N. *Dictionnaire de la psychologie*. Larousse, 1995.

Anexa 1. Termeni operationali ai cercetării

Coeficientul de emoționalitate (QE) sau **coeficientul emoțional** este indicele gradului de dezvoltare emoțională [192].

Competența emoțională este rezultatul sporirii coeficientului de emoționalitate (QE), un sistem de convingeri/atitudini privind importanța disciplinării comportamentului afectiv, spectrul variat al cunoștințelor despre viața afectivă a individului, ansamblul de capacități ce permit gestionarea/canalizarea adecvată a energiei emoționale, integrarea de succes în orice mediu social și crearea unei cariere de rezonanță [30].

Cultura emoțională a profesorului constituie o formațiune dinamică a personalității, reflectată în unitatea dimensiunilor *intrapersonală și comunicativ-relațională* reprezentate într-un sistem de valori emoționale, care sunt elaborate de profesori pentru maximizarea eficienței socio-profesionale; se exprimă prin competențe emoționale, care se integrează într-un stil charismatic de comunicare pedagogică, catalizator de confort profesional [51, p. 29].

Educație pentru dezvoltare emoțională vizează formarea-dezvoltarea optimă a coeficientului de emoționalitate (EQ), exprimată prin atitudini responsabile față de propriile stări afective, reflectate în comportamente comunicative rezonante ce derivă din sistemul individual al valorilor inteligenței emoționale, măsurabile la nivelul competențelor emoționale, asigurând performanța academică (IQ), sănătatea mintală și integrarea socio-profesională [146].

Independența emoțională presupune capacitatea de a direcționa și controla propriile gânduri și acțiuni, capacitatea de a fi liber de dependențele emoționale.

Inteligența emoțională - capacitatea personală de identificare și gestionare eficientă a propriilor emoții în raport cu scopurile personale (carieră, familie, educație, etc.). Finalitatea ei constă în atingerea scopurilor, cu minim de conflicte intra și interpersonale. **Inteligența emoțională** se asociază mai degrabă cu potențialul de a avea succes [58].

Modelul educației bazată pe inteligență emoțională aplică principiile inteligenței emoționale pentru disciplinarea conduitei afective a educaților care produce schimbări pozitive la nivel personal și la nivel interpersonal, posibile prin dezvoltarea competențelor socio-emoționale, care se pot forma prin educație a emoționalității, analiza experiențelor emoționale, prin consiliere și psihoterapie [154]. **Modelul educației emoționale** include cele trei elemente care intervin în orice manifestare emoțională: (a) evenimentul activator care trebuie luat în considerare; (b) propria reprezentare mentală a realității, propriul mod de gândire, interpretare și evaluare; (c) situația cu care se confruntă individul, precum și reacția sa emoțională și comportamentală [68].

Paradigma inteligenței emoționale semnifică sistemul cunoștințelor științifice privind inteligența emoțională, apărute sub formă de idei, principii, teorii, modele, cercetări experimentale etc. într-o epocă istorică și într-un spațiu concret; *„paradigma - o grilă de lectură care precede elaborarea noilor modele teoretice”* Enrica Amaturio (2017); paradigma științifică - „o teorie științifică general acceptată de comunitatea de savanți”, „totalitate de viziuni și idei care servesc drept model...”, „stil de gândire dominant într-o anumită perioadă de dezvoltare a științei”. Autorul menționa că *„paradigmele sunt realizările științifice universal recunoscute care, pentru o perioadă, oferă unei comunități de teoreticieni și practicieni soluții - model problemelor de ordin afectiv ce apar”* Thomas Kuhn (1922-1996); *„paradigmele definesc identitatea pedagogiei”* (Elena Joiță, 2010) .

Pedagogia culturii emoționale este știința educației ce analizează conceptele pedagogice operaționale necesare studierii fenomenelor afective prin abordări inter-, multi- și transdisciplinare ale formării formatorilor implicați în proiectarea/realizarea educației pentru dezvoltare emoțională conform unor valori afective raportate la idealul educațional [34].

Valorile inteligenței emoționale, raportate la un sistem de competențe aflate la baza culturii emoționale, susțin performanțele profesorului la nivel de comportament afectiv și motivațional „adekvat principiilor axiologice ale educației” angajate în comunicarea empatică, în conștientizarea resurselor socioafective existente / disponibile, în exprimarea socioafectivă clară, în crearea „stării de bine” în condițiile unui climat psihosocial deschis [41].

Anexa 2. Program de dezvoltare emoțională pentru copii



PROGRAM DE DEZVOLTARE EMOTIONALĂ PENTRU COPII

SCOP: dezvoltarea competențelor emoționale la preșcolari și școlari.

OBIECTIVE:

- identificarea emoțiilor;
- conștientizarea emoțiilor;
- exprimarea corectă a emoțiilor;
- etichetarea corectă a emoțiilor;
- reglare emoțională.

GRUP ȚINTĂ: copii preșcolari și școlari.

METODE: joc de rol, povestirea, desen, colaj, scenete,

MATERIALE: coli de hârtie, creioane colorate, marker, harta emoțiilor, fișe de lucru.

RESURSE UMANE: consilier școlar.

DURATA: programul se va desfășura pe o perioadă de 8 săptămâni, cu câte o ședință pe săptămână, fiecare ședință durează 30 de minute. 3

DEFĂȘURAREA PROGRAMULUI

PRIMA SĂPTĂMÂNĂ:

Activitatea nr. 1 Exercițiu de spargere a gheții „Vine lupul”

Obiective: destinderea atmosferei, relaxarea copiilor

Un copil, care este lupul, are o pernă. El/ea încearcă să prindă un alt copil din grup atingând burta aceluia copil cu perna. Celălalt poate evita atingerea prin îmbrățișarea altui copil, astfel încât „lupul” să nu poată introduce perna între cei doi copii. Când lupul se întoarce el/ea strigă: „Vine lupul!!!” toată lumea trebuie să schimbe perechea. Jocul se termină când toată lumea s-a încălzit și e veselă.

Durata: 5 min.

Activitatea nr. 2 „Harta emoțiilor”

Competența generală: competențe emoționale.

Obiective:

- să identifice emoțiile de bucurie, furie, tristețe, teamă;
- să exprime corect emoția observată.
- să eticheteze corect emoțiile prezentate.

Durata: 10-15 min

Materiale: „harta emoțiilor”, poveste.

Procedura de lucru:

Copiilor le este citită o poveste. Acolo unde se pot identifica reacții emoționale ale persoanelor, cereți-i să le indice cu ajutorul hărții emoțiilor. („Cum s-a simțit...”). Identificați împreună cu copiii etichetele verbale corespunzătoare fiecărei emoții.

Activitatea nr. 3 Cartonaje și emoții

Obiective:

- identificarea naturii emoțiilor;
- conștientizarea propriilor emoții.
- stabilirea unor conexiuni între culori și emoții

Materiale: cartonaje colorate în 6 culori: roșu, galben, albastru, verde, negru, portocaliu.

Durata: 10 min.

Procedura de lucru:

Le spunem copiilor că astăzi vor descoperi o mulțime de emoții noi. Așează pe o masă cartonajele colorate, și apoi roagă copilul să aleagă cartonajul care se potrivește cel mai bine cu felul în care se simte el pe moment. Alege și tu unul. Apoi invită-l să denumească o emoție care

se potrivește cu cartonașul lui. Roagă-l apoi să aleagă alt cartonaș, și să spună o emoție care se potrivește cu culoarea aleasă. Repetă același lucru cu toate cartonașele.

SĂPTĂMÂNA a-II-a

Activitatea nr. 1. Exercițiu de spargere a gheți: Salata de fructe.

Copiii stau pe scaune într-un cerc mare. Fiecăruia i se dă o bucățică de hârtie pe care este scris un fruct. Sunt cinci fructe diferite pe hârtie (de exemplu, măr, banană, portocală, prună șicireasă). Liderul grupului stă în mijlocul cercului și el/ea nu are scaun. El/ea strigă numele unui fruct și acei care au pe bilețel numele celui fruct trebuie să-și schimbe locul pe scaun cât mai repede posibil. Liderul face același lucru și dacă el/ea reușește să-și găsească un loc, altcineva rămâne fără loc și el/ea se află în mijlocul cercului și jocul continuă. Uneori se poate spune „Salată de fructe” și atunci toată lumea trebuie să-și schimbe locul pe scaun. Nu este permis să te așezi pe locul de lângă tine. Jocul se termină când toată lumea s-a încălzit și e veselă.

Durata: 10 min.

Activitatea nr. 2. Cutiile fermecate cu emoții

Competența generală: competențe emoționale.

Obiective:

- să identifice și să conștientizeze emoțiile trăite;
- să asocieze o etichetă verbală expresiei emoționale din desen
- să asocieze trăirile emoționale cu un anumit context

Durata: 15 min

Materiale: cutii, cartonașe cu emoții (bucurie, tristețe, furie, teamă).

Procedura de lucru:

Toate cartonașele pozitive sunt puse într-o cutie, iar în cea de-a doua sunt puse cele negative. Copilul va scoate din fiecare cutie câte o emoție, astfel încât să aibă în mână un cartonaș reprezentând o emoție pozitivă și una negativă. Copilul este rugat să identifice denumirile emoțiilor de pe cartonașe și să se gândească la o situație în care s-a simțit bucuros, respectiv o situație în care a simțit furie, tristețe, teamă.

Activitatea nr. 3. Cum merge un om fericit?

Competența generală: competențe emoționale

Obiective:

- conștientizarea felului în care ne simțim;
- experimentarea diferitelor emoții;
- controlarea propriilor trăiri.

Durata: 10 minute.

Material: nu necesită folosirea materialelor.

Procedura de lucru:

Mai întâi trebuie să alegi o cameră spațioasă, sau un loc liniștit în aer liber. Întrebă-l pe copil dacă vrea să încerce feluri cât mai diferite de a merge. Mai întâi, spune-i să se plimbe prin cameră așa cum face el de obicei, timp de un minut. Apoi, spune-i să schimbe felul de a merge, și să se plimbe ca un om foarte grăbit. Spune-i să fie atent cât de ușor sau de greu îi vine să meargă când simulează că are o anumită stare de spirit.

Lasă-l să se plimbe ca un om grăbit cam un minut, după care spune-i să schimbe tipul de mers, și de data asta să meargă ca un om foarte nervos. Lasă-l să se plimbe ca un om foarte nervos încă un minut. Propune-i apoi să schimbe mersul, și să se plimbe ca un om foarte supărat. După ce se plimbă un minut ca un copil supărat, invită-l să se plimbe ca un om temător.

Rând pe rând, invită-l să experimenteze timp de câte un minut mersul unui om nesigur, a unul copil plictisit, a unui copil curios, a unuia încrezător, apoi mersul unui copil vesel, a unui copil optimist, a unui copil fericit, și apoi mersul unui om mândru de sine.

Este important să păstrezi ordinea în care îi prezinți emoțiile: mai întâi pe cele negative și apoi pe cele pozitive. Dacă copilul experimentează emoțiile negative la început, se și eliberează de ele. De asemenea, faptul că la sfârșit trăiește emoții pozitive îl va face să rămână cu o stare de spirit bună.

După ce copilul a încercat toate tipurile de mers, întreabă-l cum i-a fost cel mai ușor să meargă, și ce tip de mers nu i-a plăcut deloc.

SĂPTĂMÂNA a-III-a

Activitatea nr. 1. Exercițiu de spargere a gheții:

Activitatea a 2 a Cum mă simt astăzi

Competență generală: competențe emoționale **Durată:** 10-15 min.

Material: coli de hârtie, set pictură sau creioane colorate.

Procedura de lucru:

Copilul primește coli de hârtie și acuarele sau creioane colorate. El este rugat să deseneze așa cum se simte (poate să folosească orice culori dorește). La final, cereți-i să vă arate desenul și să denumească emoția desenată. Încurajați copilul să povestească o situație în care a trăit o emoție asemănătoare celei desenate.

Activitatea a-III-a Ce mi se întâmplă când mă simt.....

Competență generală: competențe emoționale

Competențe specifice: conștientizarea emoțiilor, etichetarea corectă a emoțiilor, reglare emoțională.

Obiective:

- să conștientizeze reacțiile care însoțesc anumite stări emoționale (bucurie, tristețe, teamă, furie, dezgust, surprindere, rușine, mândrie)
- să identifice etichetele verbale corecte ale emoțiilor
- să-și diversifice repertoriul de strategii de reglare emoțională.

Durata: 10-15 min.

Materiale: „harta emoțiilor”

Procedura de lucru:

Copilului îi sunt arătate una dintre emoțiile de pe „harta emoțiilor”. El este rugat să identifice emoția respectivă. Copilul este rugat să descrie ce reacții are (ce simte, ce face). Împreună cu copilul identificăm aspectele pozitive și negative ale reacțiilor sale prin identificarea posibilelor consecințe. Pentru reacțiile care sunt inadecvate, copilul este încurajat să găsească cât mai multe alternative adecvate.

SĂPTĂMÂNA a-IV- a

Activitate de spargere a gheții

Activitatea a-II-a Să ne gândim la emoțiile celorlalți.

Competență generală: competențe emoționale

Competența specifică: experiențierea și exprimarea emoțiilor, recunoașterea emoțiilor celorlalți.

Durată: 10-15 min

Materiale: situații, fișe de lucru, o păpușă.

Procedura de lucru:

Situațiile descrise în anexă îi sunt citite copilului. El este întrebat cum se simte cealaltă persoană și cum și cum s-ar simți dacă ar fi în locul acesteia (poate fi utilizată „harta emoțiilor”. După ce emoțiile au fost identificate, copilul este rugat să vă arate cu ajutorul păpușii cum s-ar comporta („Ce faci?”). Copilul este laudat pentru manifestarea empatiei.

Activitatea a-III-a. Detectivul de emoții I

Competență generală: competențe emoționale

Competența specifică: recunoașterea și etichetarea corectă a emoțiilor proprii și ale celorlalți.

Obiective:

- să identifice și să eticheteze corect reacțiile emoționale proprii și ale celorlalți
- să învețe că într-o anumită situație nu toată lumea reacționează la fel;
- să exerseze manifestarea empatiei.

Durata: 15-20 min

Materiale: Poveste.

Procedura de lucru:

Copii ascultă o poveste. Ei sunt rugați să identifice reacțiile emoționale ale personajelor. Ei trebuie să mimeze emoția și să o denumească verbal sau să le indice cu ajutorul „hărții emoțiilor”. („Cum s-a simțit...”).

Copii sunt rugați să identifice în ce măsură personajele din poveste au avut reacții emoționale diferite în aceeași situație. Împreună cu copilul se stabilesc care ar fi fost reacțiile lui emoționale în locul personajelor și ce ar fi făcut pentru a le face să se simtă mai bine. („Cum te-ai fi simțit în locul...?”, „Ce ai fi făcut ca să-l ajuți să se simtă mai bine?”)

SĂPTĂMÂNA a-V-a

Activitatea nr. 1 Exercițiu de spagere a gheții

Activitatea a doua. Cum te-ai simți dacă...

Competență generală: competențe emoționale.

Competență specifică: recunoașterea și etichetarea corectă a emoțiilor.

Obiective:

- să asocieze anumite situații cu anumite reacții emoționale (inclusiv emoții sociale: mândria, rușinea);
- să înțeleagă faptul că două persoane pot avea reacții diferite față de aceeași situație;
- să identifice cauzele și consecințele reacțiilor emoționale.

Durață: 15 min

Materiale: lista de situații (pentru detalii, vezi Anexa C.E.12.)

Procedura de lucru:

Copiii sunt întrebați cum s-ar simți dacă s-ar afla într-una dintre situațiile descrise în lista din anexă. Acolo unde este cazul se pot identifica mai multe emoții. („Cum s-ar mai pute simți cineva în această situație?”). Copilul este rugat să identifice care ar putea să fie cauzele respectivelor reacții emoționale („De ce crezi că se simte așa...”). Copilul este încurajat să spună care ar putea fi consecințele faptului că trăiește acele reacții emoționale („Ce crezi că s-ar putea întâmpla după aceea?”).

Activitatea a-III-a Joc de cărți cu emoții

Competență generală: competențe emoționale

Competența specifică: recunoașterea emoțiilor, etichetarea corectă a emoțiilor, identificarea cauzelor emoțiilor,

Obiective:

- să identifice emoțiile în funcție de indicii non-verbali;
- să asocieze o etichetă verbală expresiei emoționale;
- să identifice contextele în care se manifestă anumite emoții și posibile cauze ale acestora.

Durata: 15 min.

Materiale: imagini cu persoane care exprimă diferite trăiri emoționale (bucurie, furie, tristețe, teamă, surprindere, dezgust).

Procedura de lucru:

Din reviste sunt decupate sau xeroxate imagini cu persoane care exprimă diferite emoții (cele de mai sus). Copilul se uită la imagini și este rugat să identifice emoția persoanei. („Cum crezi că se simte?”). Copilul este întrebat în ce situație s-a simțit la fel ca și persoana din imagine („Tu când te-ai simțit la fel ca ea, el?”). Copilul este încurajat să găsească posibile explicații pentru modul în care se simte persoana respectivă. („Ce crezi că s-a întâmplat?”, „De ce e bucuros/furios/trist îi este teama?”).

SĂPTĂMÂNA a-VI-a

Activitatea nr. 1 Obiecte însuflețite

Competență generală: competențe emoționale;

Competența specifică: recunoașterea și exersarea emoțiilor de bază.

Obiective:

- să identifice emoțiile de bază
- să exerseze empatia

Durata: 10 min.

Materiale: coli de hârtie, culori colorate, carioci. 7

Procedura de lucru:

Copii primesc coli de hârtie și sunt rugați să deseneze un copac trist, apoi un copac vesel. Să deseneze o casă fericită și apoi una tristă..

Activitatea nr 2. Detectivul emoțiilor II

Competență generală: competențe emoționale

Competența specifică: recunoașterea și etichetarea corectă a emoțiilor proprii și ale celorlalți.

Obiective:

- să identifice și să eticheteze corect reacțiile emoționale proprii și ale celorlalți
- să învețe că într-o anumită situație nu toată lumea reacționează la fel;
- să exerseze manifestarea empatiei.

Durata: 20 min.

Procedură de lucru:

Ca orice joc de dezvoltare emoțională, și acesta trebuie făcut într-o atmosferă destinsă, și într-un moment în care aveți chef de un joc provocator. Jocul are mai multe nivele, aflate la un grad de dificultate tot mai mare. Primul nivel este un joc de mimă a emoțiilor. Astfel, unul din voi va mima o emoție, luând o postură și făcând gesturi cât mai expresive. Celălalt trebuie să ghicească despre ce emoție este vorba, în 2 minute. Mimați fiecare câte 3-4 emoții, și apoi pregătiți-vă de nivelul doi.

Pentru că majoritatea emoțiilor sunt transmise prin intermediul feței, în momentul în care nu putem vedea expresia facială a celuilalt, e mai greu să recunoaștem ce simte. Nivelul 2 presupune mimarea unor emoții folosind doar postura corporală. Pentru asta, va trebui ca cel ce mimează emoția să își acopere fața cu o mască sau cu o eșarfă. Când reușiți să ghiciți emoțiile celuilalt, puteți trece la nivelul 3.

Nivelul 3 presupune recunoașterea emoțiilor celuilalt fără ajutorul mimicii și gesturilor, ci doar din felul în care vorbește. Așezați-vă spate în spate, astfel încât să nu vă puteți vedea unul pe altul. Unul dintre voi va trebui să spună o propoziție neutră, de exemplu: *afară este soare*, și să transmită o emoție prin felul în care o spune. Celălalt trebuie să ghicească emoția din spatele propoziției. Când reușiți să identificați emoțiile transmise astfel, puteți trece la următorul nivel.

Putem să transmitem emoții nu prin intermediul corpului, ci prin ceea ce facem. Nivelul 4 presupune ca unul din voi să realizeze un mic desen sau o formă din plastilină, care să reprezinte cât mai sugestiv o emoție, iar celălalt să ghicească despre ce emoție este vorba. Dacă ați reușit să treceți și de acest nivel, vă puteți declara adevărați **detectivi ai emoțiilor**, care reușesc să recunoască și cel mai greu de ghicit emoții.

SĂPTĂMÂNA a-VII-a**Activitate nr 1. Oglinda fermecată**

Competența generală: competențe emoționale;

Competența specifică: exprimarea emoțiilor proprii, recunoașterea emoțiilor.

Obiective:

- Să mimeze emoțiile de bază (bucurie, furie, tristețe, teamă, dezgust, surprinderea)

- să învețe să asocieze corect eticheta verbală cu exprimarea facială a emoției respective.
- să eticheteze corect emoțiile.

Durata: 10 min

Materiale: oglinzi, „Harta emoțiilor”.

Procedura de lucru:

Copiii le este anunțat faptul că se vor juca cu oglinzile. Acestora le sunt arătate una dintre emoțiile de pe “Harta emoțiilor” și sunt rugați să denumească emoția indicată. Copilul este rugat să mimeze emoția, ținând oglinda în mână. Dacă este nevoie, se repetă scenariul pentru fiecare emoție menționată.

Activitatea a-II-a. Bruno și Bruni ne învată despre cum să ne exprimăm emoțiile.

Competența generală: competențe emoționale;

Competența specifică: reglare emoțională, recunoașterea emoțiilor.

Obiective:

- să diferențieze între reacțiile emoționale adecvate și cele inadecvate;
- să-și diversifice repertoriul de strategii de reglare emoțională.

Durata: 15 min.

Materiale: scenari (vezi Anexa C.E.14), 2 păpuși.

Procedura de lucru:

Scenariile sunt interpretate cu ajutorul păpușilor. După fiecare pereche de scenete, copilul este rugat să identifice reacțiile emoționale ale persoanelor (“Cum s-a simțit atunci când”).

Identificăm împreună cu copilul posibilele reacții emoționale. Se exersează împreună cu copilul reacțiile comportamentale aferente emoțiilor identificate.

- a) prezentăm copilului reacția inadecvată cu ajutorul păpușilor,
- b) exersăm împreună prin acest joc de rol situația adecvată.

SĂPTĂMÂNA a-VIII-a

Activitatea nr. 1 Povestea Broscuței Țestoase

Competența generală: competențe emoționale;

Competența specifică: reglare emoțională, recunoașterea emoțiilor.

Obiective:

- să se familiarizeze cu personajul Broscuța Țestoasă
- să eticheteze corect reacțiile emoționale ale persoanelor
- să diferențieze între reacțiile emoționale adecvate și cele inadecvate.

Durata: 10 min

Materiale: fișe de desen, povestea, fișee cu etapele tehnicii “broscuței țestoase”(vezi anexele C.E. 6, C.E. 7 și C.E.8).

Procedura de lucru:

Etapa I

Copilul este încurajat să coloreze fișa cu broscuța țestoasă. Copilul se familiarizează cu broscuța țestoasă și se discută despre modul în care aceasta se ascunde în carapace pentru a se apăra. “Ce animal este acesta?”, “Ai mai văzut un astfel de animal?”.

Etapa II

Se citește copilului povestea Broscuței Țestoase. Pe parcursul poveștii se identifică împreună cu copilul reacțiile emoționale ale personajelor. Copilul este rugat să spună care a fost personajul care a reacționat cel mai adecvat. Copilul este încurajat să propună și alte alternative de comportament adecvat, în afara celor propuse în poveste. La final, se exersează împreună cu copilul tehnica broscuței țestoase”.

Activitatea a-II-a. Broscuța țestoasă ne învață cum să fim super broscuțe

Competența generală: competențe emoționale;

Competența specifică: reglare emoțională, recunoașterea emoțiilor.

Obiective:

- să se familiarizeze cu personajul Broscuța Țestoasă
- să eticheteze corect reacțiile emoționale ale persoanelor
- să diferențieze între reacțiile emoționale adecvate și cele inadecvate.

Durata:20-25 min.

Materiale: fișa cu etapele tehnicii “broscuței țestoase”, scenariu (anexa C.E. 8 ȘI C.E.15).

Procedura de lucru:

Etapa I

Copilului îi sunt reamintite etapele tehnicii broscuței țestoase cu ajutorul fișei. Se repetă fiecare etapă împreună cu acesta.

Etapa II.

Se descrie una dintre situațiile din anexa și copilul trebuie să spună ce ar face broscuța țestoasă. Pentru fiecare scenariu faceți un joc de rol împreună cu copilul pentru a exersa modul în care reacționează broscuța.

Activitatea a-III-a Vulpoiul ne învață monologul pozitiv

Competența generală: competențe emoționale;

Competența specifică: reglarea emoțională.

Obiective :

- să învețe să identifice monologul negativ;
- să înlocuiască monologul negativ cu cel pozitiv.

Durata: 10-15 min.

Materiale: scenariu (anexa C.E.17), o păpușă.

Procedura de lucru:

Se prezintă copilului scenariul cu ajutorul păpușii. Se identifică împreună cu copilul alte variante de monolog pozitiv. Se prezintă copilului celelalte situații. Se cere copilului să înlocuiască monologul negativ cu cel pozitiv.

Anexa 3. Alfabetul emoțiilor

A: anxietate, abandon, alarmă

B: bucurie

C: calm, curaj, confuzie

D: dragoste, delicatețe, duritate, descurajare, dezgust, dezamăgire

E: entuziasm, empatie, energie

F: furie, fericire, frică

G: grațitudine, gelozie

H:

I: iubire, invidie, încredere, îngrijorare, impacientare

Î: îngrijorare,

J: jovialitate

K:

L: libertate

M: melancolie, mulțumire, mândrie

N: nerăbdare, nesiguranță, nervozitate, neîncredere

O: oroare

P: plictiseală, preocupare, prietenie

R: ranchiună, rușine, reziliență, recunoștință

S: simpatie, satisfacții, surpriză

Ș: șovăială

T: teamă

Ț:

U: ură, umilință

V: veselie, vinovăție

Anexa 4. Ghicitori despre emoții

Când greșești și rău îți pare	Cum se simte Aricel
Că ceva s-a întâmplat,	Dacă tu te joci cu el
Tu și cei din jur te-acuză	Joculețe fel de fel ? (<i>bucuros</i>)
Și-apoi te simți..... (<i>vinovat</i>)	
Cum se simte un cățel	De un vis ți se împlinește,
Ce stă singur, singurel	Parcă sufletul zâmbește,
N-are amici ca să se joace	Tot ce a murit, învie
Nici mămică să-l împace? (<i>trist</i>)	Când trăim o (<i>bucurie</i>)
Cum te simți când mergi pe stradă	Ce simți tu dacă descoperi
Cu părinții tăi de mână	Lângă tine o cutie
Și mănânci o înghețată	Ce e plină cu ceva
Cu căpșuni sau ciocolată? (<i>fericit</i>)	Care face gălăgie? (<i>curios/ speriat</i>)
Cum te simți când lângă tine	Cum se simte azi Maria
A venit un câine mare	Dacă i-ai rupt jucăria,
Care își arată colții	I-ai spus că e fată rea
Și te latră tare, tare ? (<i>speriat</i>)	Și nu te mai joci cu ea? (<i>furioasă</i>)
Când te simți a fi-n pericol	Cum se simte o fetiță
Și curajul ți-e ridicol,	Când stă singură-ntr-un colț
Pe spinare te furnică,	Și privește cum se joacă
Fiindcă îți este (<i>frică</i>)	Fără ea copiii toți? (<i>tristă</i>)
Cum te simți când doamna pune	Dacă simți o apăsare
Lângă tine pe o masă	Și nimic sens nu mai are,
O cutie cu surprize	Atunci lacrimi curg pe fețe,
Să le descoperi în clasă (<i>curios</i>)	Căci în suflet e ... (<i>tristețe</i>)

Anexa 5. Citate despre emoții

- Emoțiile sunt cele care ne definesc ca oameni; cele care ne dau veridicitate. Cuvântul emoție înseamnă energie în mișcare. Fii sincer cu privire la emoțiile tale și folosește-ți mintea și emoțiile în favoarea și nu împotriva ta însăși. *(Robert Kiyosaki)*
- Oamenii își induc singuri emoțiile pe care doresc să le simtă. Gândurile și percepțiile lor le determină emoțiile și trăirile. *(Ursula Yvonne Sandner)*
- Emoțiile distructive, ca gelozia, invidia sau mânia, nu le fac rău celorlalți, ci doar ție. Ele îți fac viața un infern. *(Colin Turner)*
- Emoțiile ne ajută să-i apreciem pe ceilalți și lumea din jurul nostru; ele umplu viața de înțeles și o fac satisfăcătoare. *(Richard Davidson)*
- Emoțiile sunt dușmani perfizi pentru fiecare dintre noi. Ele te trădează și te fac vulnerabil. *(Victor Duță)*
- Din păcate, aflate sub presiune, emoțiile nu mor. Ele tac. Dar continuă să influențeze omul din interior. *(Sigmund Freud)*
- Emoțiile neexprimate nu vor muri niciodată. Ele sunt trupuri îngropate de vii și vor reveni cândva la suprafață mult mai urâte decât în ziua în care le-ai îngropat. *(Sigmund Freud)*
- Emoțiile și „fluturașii în stomac” sunt bune; ele sunt semne fizice că ești în regulă și activ din punct de vedere mental. Să faci fluturașii respectivi să zboare în formație ordonată, acesta e secretul! *(Steve Bull)*
- Nimic nu este lipsit de importanță pentru cel ce simte cu adevărat. *(James Boswell)*
- Afecțiunea este germenul pasiunii, iar pasiunea este germenul unei iubiri perfecte. *(George Bernard Shaw)*
- Frumusețea unui sentiment se măsoară în funcție de sacrificiul pe care ești dispus să-l faci pentru el. *(John Galsworthy)*
- Cine nu e capabil să-și stăpânească emoțiile, îl vor stăpâni ele pe el. *(Juliana Mallart)*
- Expresia feței trădează cu ușurință starea interioară a minții sau conținutul acesteia. *(Swami Shivananda)*
- Instinctele sunt mai puternice decât simbolurile. *(Swami Shivananda)*
- Prin sugestii binefăcătoare și puternice puteți vindeca orice boală. *(Swami Shivananda)*
- Gândurile de ură, gelozie, egoism sau desfrâu, produc imagini distorsionate în minte, determinând întunecarea înțelegerii, pervertirea intelectului, pierderea memoriei și confuzia mentală. *(Swami Shivananda)*
- Nu te obosi să-ți explici emoțiile. Trăiește orice cât te intens poți și consideră orice simți drept un dar de la Dumnezeu. Cea mai bună cale de a distruge podul dintre vizibil și invizibil este să încerci să-ți explici emoțiile. *(Paulo Coelho)*

Anexa 6. Jocuri pentru dezvoltarea inteligenței emoționale

JOCUL „OMUL VESEL, OMUL TRIST”

Obiective:

- să identifice emoțiile proprii și pe cele ale altor persoane;
- să-și îmbogățească abilitățile de comunicare asupra stărilor sufletești;
- să facă diferența între durerile fizice și cele sufletești, între emoțiile plăcute și cele neplăcute;
- să relateze despre emoțiile sale.

Materiale: imagine om vesel, imagine om trist, fotografii și imagini cu persoane și personaje vesele și triste, cântece vesele și triste, calculator, fișe de lucru, carioci, fragmente literare, stimulente.

Desfășurare: Copilul analizează o imagine și o interpretează, apoi o așază la locul potrivit. Pe parcurs, respectă următoarele *reguli*: își așteaptă colegii să analizeze imaginea, fără să-i întrerupă; elevii răspund numai dacă sunt întrebați. Se afișează mascotele a doi omuleți pe tabla magnetică sau pe un suport (omuleț vesel și omuleț trist) și se distribuie tuturor copiilor câte o imagine sau fotografie. Cadrul didactic prezintă copiilor o imagine cu un personaj trist (Fetița cu chibriturile) și un personaj vesel (Cenușăreasa la bal) și analizează împreună starea sufletească pe care acestea o exprimă. Aranjează apoi imaginile în dreptul omului vesel sau omului trist, după caz, și motivează alegerea făcută: Fetița cu chibriturile este tristă pentru că nu are mamă, nu are casă, tata o bate, îi este frig, îi este foame, de Crăciun nu primește nimic etc. Cenușăreasa este veselă, deoarece a ajuns la bal, poartă o rochie frumoasă, prințul dansează numai cu ea, toată lumea o admiră, mama și surorile nu o recunosc etc. Fiecare copil afișează pe tablă sau pe un panou imaginea pe care a primit-o argumentând alegerea.

Varianta 2:

Copiii primesc câte un omuleț vesel și unul trist, apoi ascultă fragmente din cântece, poezii, povești sau povestiri și, în funcție de starea pe care o simt, ridică omul vesel sau omul trist.

Varianta 3:

Copiii răspund la întrebări și precizează ce simt (sau ridică omulețul potrivit și argumentează)

- *Mergi pe bicicletă, cazi și te lovești. Ce simți?* (durere fizică, tristețe, frică)
- *Reciți o poezie la serbare* (mândrie)
- *Mama întârzie acasă* (îngrijorare)
- *Iți moare animalul preferat* (tristețe)
- *Bunica este bolnavă.*
- *Ai spart o cană.*
- *Nu-ți place mâncarea.*
- *Primești un cadou.*
- *Afară este furtună.*
- *Doamna educatoare te-a lăudat.*
- *Ai pierdut o jucărie.*
- *Mâine pleci în excursie.*
- *Prietenul tău a spart un geam și dă vina pe tine.*

Varianta 4:

Se așază pe o măsuță cei doi omuleți cu fața în jos. Copilul desemnat de educatoare întoarce un cartonaș și povestește o întâmplare în care s-a simțit vesel sau trist, în funcție de ce cartonaș a întors.

JOCUL „DESIGNUL EMOȚIEI”

Obiective:

- identificarea culorilor care exprimă emoția;
- desenarea modului în care simți o emoție.

Materiale: hârtie de desen, ustensile de desenat

Desfășurare: Discutarea diferitelor emoții (gelozie, anxietate, frustrare, furie, bucurie, singurătate, teamă). Copiilor li se solicită să dea exemple de experiențe proprii cu astfel de emoții. Cerem copilului să găsească un cuvânt care descrie cel mai bine cum se simte azi.

Să închidă ochii și să-și imagineze cum arată emoția. Ce culoare are? Ce formă are? Fiecare să selecteze două, trei culori care să descrie cel mai bine emoția pe care o simte. Să deseneze simbolic emoția lor.

Variante: Să deseneze fețe care să exprime diferite emoții (de exemplu, să deseneze pe o parte a foii o față veselă și pe cealaltă una tristă). Se poartă discuții despre situații vesele și triste. Aceste fețe le pot folosi ulterior pentru a arăta cum se simt. Se pot prezenta imagini din reviste cu fețe exprimând diferite sentimente, copiii trebuind să le identifice.

JOCUL „IDENTIFICAREA EMOȚIILOR”

Obiective:

- identificarea dispozițiilor, afectelor, emoțiilor și a comportamentelor asociate cu acestea.
- identificarea dispozițiilor, emoțiilor altora pe lângă cele personale;
- înțelegerea faptului că este important să avem emoții și să vorbim despre ele.

Materiale: povestiri care să reliefeze dispoziții afective diferite, farfurii de hârtie, creioane colorate, foarfecă, bețișoare flexibile, lipici, nasturi pentru ochi, textile pentru păr, bețișoare pentru zâmbet, ochi, urechi.

Desfășurare: Citiți povestirea aleasă copiilor. Atunci când citiți, încercați să prezentați expresii faciale distincte și modificări ale vocii concordante cu textul citit. De exemplu, urlați pentru furie, râdeți la bucurie etc. Cereți copiilor să creeze propria dispoziție sau emoțiile personale pe o farfurie de hârtie, utilizând echipamentele disponibile astfel încât să obținem o față unică de păpușă. Lipiți un bețișor flexibil pe spatele farfuriei de hârtie astfel încât aceasta să poată fi ținută în mână. Cereți copiilor să spună care sunt emoțiile lor și comportamentele asociate cu aceste emoții. Cereți-le să identifice și dispozițiile afective ale altora.

JOCUL „INIMĂ ZDROBITĂ”

Obiective:

- identificarea modului în care comportamentul nostru afectează sentimentele celorlalți

Materiale: câte o inimă de culoare roșie decupată dintr-o coală A4 pentru fiecare participant.

Desfășurare: Listați pe tablă 21 de comentarii jignitoare pe care copiii le-au auzit sau le-au folosit vreodată unii la adresa altora. De exemplu, „nu ai fost invitat”, „nu ai ce căuta cu noi”, etc. Acestea sunt listate fără a face referire la o persoană anume. Listați apoi 21 de afirmații pozitive, plăcute pe care ei le-au auzit sau le-au exprimat unii la adresa altora.

Încurajați-i să se gândească la lucruri care-i ajută atunci când sunt speriați, singuri, furioși, excluși, nesiguri, etc. Apoi citiți lista cu cuvinte jignitoare. De fiecare dată când citiți o expresie dureroasă, cereți copiilor să îndoiaie foaia cu imaginea inimii, să facă un pliu pe inima pe care o au în față. (După ce citiți câteva expresii, verificați dacă toată lumea a făcut îndoiturile corect). Inimile arată oarecum diferit, dar toate sunt cu cicatrici.

Urmează să citiți lista cu expresii plăcute. Regulile sunt de data aceasta următoarele: după fiecare 7 lucruri plăcute, cereți elevilor să desfacă o îndoitură a inimii.

Discuții: Împărtășiți cu clasa faptul că e nevoie de cel puțin 7 lucruri plăcute pentru a șterge o remarcă negativă. Chiar dacă dezdoim toate pliurile, rămân urmele.

JOCUL „ÎNCREDEREA ÎN LINIE”

Obiective:

- dezvoltarea responsabilității și a cooperării de grup.

Materiale: covoraș, panglici colorate.

Desfășurare: Participanții formează două echipe cu un număr egal de membri. Trasează liniile de start și de finish. La semnalul de început, prima persoană din fiecare echipă se culcă jos (paralel cu linia de start) și întinde mâinile lateral. A doua persoană sare peste prima și se culcă alături cu brațele întinse, astfel încât degetele lor să se atingă. Al treilea sare peste primul și peste al doilea și la fel se culcă, respectând aceeași distanță. Jocul continuă până când toată echipa a trecut peste linia de finish.

Anexa 7. Zece modalități de a crește copii inteligenți emoționali

1. Fii un exemplu de inteligență emoțională

Da, copiii tăi te urmăresc îndeaproape. Ei observă cum răspunzi la frustrare, cât de rezistent ești, și mai ales, observă dacă tu ești conștient de sentimentele tale și de sentimentele celor din jurul tău.

2. Fii dispus să spui „nu” copiilor tăi

Există o grămadă de lucruri interesante pentru copii. Iar copiii tăi vor cere multe dintre acestea. Refuzul tău va da prilejul copiilor tăi să aibă de a face cu dezamăgirea, să învețe să își controleze impulsurile. Din punct de vedere, sarcina ta ca părinte este de a le permite copiilor să fie frustrați pentru ca apoi să își rezolve singuri problema. Copiii ce primesc întotdeauna ceea ce doresc nu sunt foarte fericiți.

3. Fii conștient de zonele tale, fierbinți”

Învață care sunt lucrurile care te scot din sărite și de ce se întâmplă așa. Deoarece nu ai controlul situației? Deoarece nu ești respectat? În spatele acestor situații se află frica de ceva. Trebuie să îți cunoști și să îți recunoști frica, pentru a reduce riscul apariției momentelor de criză atunci când ești împreună cu copilul. Faptul că îți cunoști zonele „fierbinți” nu le face să dispară, însă este de mare ajutor în evitarea și rezolvarea lor.

4. Încearcă să nu judeci oamenii

Încearcă să nu categorisești oamenii. Mai bine etichetează sentimentele lor. Spune „El pare supărat” în loc de „Ce prost e!”. Când copilul plînge sau smiorcăie, va fi mai bine dacă i-ai spune „Pari supărat” decât dacă îi ceri să se oprească. Dacă îi lipsești pe copii de sentimentele pe care le încearcă., acestea se vor refugia în subsol și vor deveni mai puternice.

5. Începe să îți antrenezi copiii

După vârsta de 3 ani poți începe să îți antrenezi copiii pentru a-i ajuta să fie mai responsabili. În loc de „Pune-ți căciula și mănușile” poți întreba „Ce mai ai nevoie pentru a merge la școală?”. Spunându-le în mod conștient copiilor ceea ce trebuie să facă, nu îi ajuți să își dezvolte încrederea în forțele proprii și responsabilitatea.

6. Participă la problemele copiilor

Orice problemă care apare în viața copilului este și treaba ta. Multe probleme în familie devin mai mari deoarece părinții răspund într-un mod care exagerează problema. În cazul în care copilul greșește ceva, aduți aminte cât de important este să răspunzi calm și rațional.

7. Implică-ți copiii, încă de mici, în sarcinile gospodărești

Cercetările efectuate sugerează faptul ca acei copii care au fost implicați în realizarea sarcinilor gospodărești de la o vîrstă fragedă tind să fie mai fericiți și să aibă mai mult succes în viață. De ce?

încă de mici, ei învață că sunt o parte importantă a familiei. Copiii doresc să facă parte din familie și să simtă că sunt valoroși.

8. Limitează accesul copiilor la mass-media

Copii au nevoie de joacă, nu de timp petrecut în fața unui ecran. Pentru dezvoltarea creativității și a îndemnării în rezolvarea problemelor, permite-le copiilor să se joace liberi. Majoritatea mesajelor cuprinse în mass-media actuală vor da lecții copiilor despre violență, agresivitate și sarcas. Ceea ce copiii învață de la tine sau din joaca liberă oferă baza unei viitoare inteligențe emoționale.

9. *Discută despre sentimentele și în cadrul familiei*

Stabilește scopuri emoționale în cadrul familiei. Cum ar fi: fără stigăte, fără porecle, respectul acordat tuturor, tot timpul etc. Familiile care discută despre scopurile lor au mari șanse de a fi conștiente de acestea și de a le atinge. Ca părinte trebuie să „faci cum zici”.

10. *Copiii tăi sunt minunați*

Nu există o cale mai important în crearea inteligenței emoționale în care copiii tăi decât aceea de a-i privi ca fiind minunați și capabili. O lege a universului zice „Ceea ce gândești se va dezvolta”. Dacă îți privești copiii ca fiind minunați și gândești despre ei că sunt minunați o să ai parte de multe „minuni”. Dacă oți privești copilul ca fiind o problemă, o să ai parte de probleme.

Să ai un coeficient de inteligență mare este minunat, însă un coeficient mare de inteligență emoțională este chiar mai bine. Transformă acesta zece idei în obiceiuri zilnice și o să oferi copiilor tăi cea mai mare șansă posibilă pentru a deveni niște adulți fericiți, productivi și responsabili.

Anexa 8. Semne ale unui nivel înalt și scăzut de IE

Semne ale unui nivel înalt de IE

O persoană cu un înalt nivel de IE se poate ușor de depistat după următoarele caracteristici:

- Își exprimă sentimentele clar și direct utilizând fraze care încep cu: "Eu simt...";
- Nu îi este teamă să își exprime sentimentele;
- Nu este dominată de sentimente negative precum: teamă, griji, rușine, jenă, dezamăgire, lipsă de speranță, lipsă de putere, dependență, victimizare, descurajare;
- Este capabil să distingă elementele non-verbale ale comunicării;
- Lasă sentimentele să îl conducă spre alegeri "sănătoase" și fericire;
- Contrabalansează sentimentele cu rațiune, logică și realitate;
- Acționează din dorință, nu din sentimentul de datorie, vină, forță sau obligație;
- Este independent, încrezător în propriile forțe și are un moral puternic;
- Este motivat intrinsec;
- Nu este motivat de putere, bunăstare, poziție, faimă sau aprobare;
- Este în majoritatea timpului optimist, dar totodată realist, și poate să fie și pesimist când este cazul;
- Nu internalizează eșecurile;
- Ține cont de sentimentele celor din jurul său;
- Vorbește despre sentimente;
- Nu se blochează în caz de frică sau îngrijorare;
- Este capabil să identifice sentimente concurente multiple.

Semne ale unui nivel scăzut de IE

- Nu își asumă responsabilitatea propriilor sentimente ci dă vina pe cei din jur pentru ele;
- Are dificultăți în formularea propozițiilor care încep cu "Eu simt...";
- Nu poate spune de ce se simte într-un anumit fel, sau nu poate spune fără să arunce vina pe altcineva;
- Atacă, dă vina, comandă, critică, întrerupe, ține prelegeri, dă sfaturi în stînga și dreapta, emite judecăți de valoare despre cei din jur;
- Încearcă să te analizeze, de exemplu când îți exprimi sentimentele; începe deseori propoziții cu "Cred că tu..."; Dă vina pe ceilalți;
- Ascunde informații sau chiar minte în legătură cu sentimentele proprii;
- Exagerează sau minimalizează propriile sentimente;
- Îi lipsește integritatea și simțul conștiinței;
- Poartă ură, nu iartă;
- Nu îți spune niciodată unde te situezi în raport cu ea;
- Se simte inconfortabil "să fie prin preajmă"; Acționează în funcție de sentimente, mai degrabă decât vorbește despre ele;
- Este indirectă și evazivă

Anexa 9. Cerințe adresate atât copiilor cât și adulților în vederea dezvoltării inteligenței emoționale

- Oricând este loc de mai bine... Sa înțelegem totuși că pentru îmbunătățirea inteligenței emoționale personale sau a copiilor avem nevoie de timp și de multă răbdare.
- Să fim cinstiți cu noi înșine și să-i învățăm să fie cinstiți cu ei înșiși!
- Să recunoaștem când greșim și să căutăm sursa greșelilor astfel încât să putem rezolva situația respectivă într-un mod cât mai optimal!
- Să le arătăm copiilor că orice greșeală este o sursă de învățare a unui aspect nou despre noi/ei și lumea din jur!
- Să le arătăm că ne respectăm pe noi înșine și că respectăm sentimentele celorlalți!
- Să ascultăm și să vorbim mai puțin!
- Să-i învățăm să fie atenți la ceea ce ne comunică cel de lângă noi: verbal, corporal, vestimentar.
- Să învățăm din reușitele celor din jur!
- Să învățăm să le încurajăm încercările! Să-i deprindem să facă asta!
- Să avem curajul de a fi imperfecti! „Dacă toți am fi perfecți, ce rost ar mai avea lumea?”
- Să învățăm și să-i învățăm autocontrolul și relaxarea în situații de criză. Să-i învățăm să evite persoanele care îi pun în poziții de inferioritate și care nu le respectă sentimentele!
- Să-i învățăm să-și recunoască emoțiile, gândurile din spatele lor și comportamentele, acțiunile pe care le au în legătură cu ele!
- Să încercăm să-i învățăm cum să-și gestioneze emoțiile: ce exprimă, cum exprimă, unde, când și cui exprimă și la ce folosește exprimarea emoțiilor...

Anexa 10. Tehnici de dezvoltare a inteligenței emoționale

1. Faceți efortul de a vă cunoaște mai bine, urmăriți să aflați ce fel de personalitate. Sunteți, obișnuiți să practicați introspecția și autoobservarea. Identificați fricile și dorințele profunde. Autocunoașterea este piatra de temelie dacă dorim să ne îmbunătățim inteligența emoțională.

2. Reflectați la sentimentele voastre. Conștientizați-vă emoțiile cu care vă confrunțați și găsiți cele mai bune nuațe ale acestora. Învățați să le denumiți. Spuneți de exemplu ”mă simt confuz”, „neîmplinit”, „neînțeles”, „respins”, „rușinat” și nu simplu „mă simt nasol”.

3. Faceți distincție între gândurile și sentimentele dumneavoastră. Spuneți „mă simt neglijat” nu „simt că ceilalți au treburi mai importante”.

4. Asumați-vă sentimentele pe care la aveți. Recunoașteți că „sunt gelos” nu „tu mă faci gelos”. Asumați-vă mai bine propriile sentimente și nu acțiunile sau motivele celorlalți. Căutați să vă identificați nevoile emoționale neîmplinite.

5. Folosiți-vă de sentimentele pe care le aveți pentru a lua decizii. Întrebați-vă: cum m-aș simți dacă aș face asta? Cum m-aș simți dacă nu aș face? Cum mă simt? Cum m-ar ajuta să mă simt mai bine?

6. Folosiți-vă de sentimente pentru a vă fixa obiective. Gândiți-vă cum ați vrea să vă simțiți sau cum ați vrea să se simtă cei din jur, clienții, partenerul, copiii voștri.

7. Validați sentimentele celorlalți. Arătați empatie, înțelegere și acceptare pentru ceea ce simt cei din jur. Nu-i criticați, judecați, controlați sau etichetați.

8. Învățați să faceți față sentimentelor negative. Folosiți de exemplu ceea ce de obicei denumim ca fiind mînie, enervare, ca să vă simțiți mai dinamizați și energizați.

9. Fiți sinceri și exprimați într-un mod cât mai obiectiv ceea ce simțiți. Nu afirmați “urăsc ciorapii ăștia” sau “ador cafeua cu frișcă” sunt exprimări care sigur nu reflectă ceea ce simțiți cu adevărat.

10. Învățați să vă identificați emoțiile mai degrabă decît să etichetați oamenii și situațiile. Pentru aceasta enunțați propoziții alcătuite din trei cuvinte, care încep cu “mă simt ...” sau “sunt ...”, „Sunt nerăbdător” nu “este îngrozitor ce se petrece” sau “mă simt jignit” și nu “ești un nenorocit”.

11. Evitați oamenii care vă fac să vă simțiți inconfortabil. Deoarece emoțiile sunt contagioase, pînă veți reuși să mai creșteți interior și să puteți face față emoțiilor negative care vi le provoacă, este o atitudine înțeleaptă să evitați anturajul care vă generează stări proaste.[32]

Există o mulțime de metode de a ne apropia de copii, indiferent de momentul în care luăm această decizie. Nu credem în existența lui „prea tîrziu” .

Cu multe secole în urmă , un înțelept a spus: putem duce la bun sfîrșit un lucru, dar nu avem scuze dacă nu am încercat tot ceea ce ne-a stat în putință. Astfel, le crem copiilor noștri condițiile de a reuși: nu garanția succesului ci cele mai bune condiții pe care noi, în împrejurările reale ale vieții, le putem oferi.

Curriculum vitae

Informații personale



Nume / Prenume Sanda Olguța

Adresa Bl.17 D, ap 21, Str. Transilvaniei nr. 2, cod postal:120013, Buzău, România

Telefon (40-0770) 502 484

E-mail just_olgota@yahoo.com
sada.olgota@liceulberca.ro

Nationalitate Română

Data nașterii 30.07.1980

Experiența profesională 2023-prezent
Liceul Tehnologic Berceni
Profesor psihopedagog

2023-prezent

Scoala Postliceală Florentina Mosora Buzău

Prof. pedagogie/ Managementul unității sanitare
2015-2024

Liceul Tehnologic Sf Mucenic Sava Berca

Prof. inv. primar – titular

2022-prezent

Liceul Tehnologic Vernesti

Profesor Limba engleza

2016 –2023

Scoala Postliceala sanitara V. Alecsandri Buzău

Profesor lb engleza

2012– 31.03.2015

S.C. Taipei Cimeo S.R.L.

Servicii medicale

asistent manager

Educație și formare

2024

Universitatea Bucuresti

Certificat de acordare a Gradul didactic I

2019-2023

Universitatea de stat din Tiraspol –Chisinau

Științele generale ale educației-Doctorat

2019-2021

Universitatea Ion Creanga Chisinau –Master

Logopedie

2018-2021

Universitatea Libera din Moldova-Licenta
Facultatea de Psihopedagogie
August 2020
Universitatea Bucuresti
Certificat de acordare a gradului didactic II
2018-2020
Universitatea Ion Creanga Chisinau- Master
Pedagogia culturii emotionale
2018-2019
Universitatea Ion Creanga Chisinau
Facultatea de Psihopedagogie speciala – cursuri de formare
profesionala continua
Psihopedagogie speciala
2013-2017
Facultatea de drept-Universitatea Spiru Haret
-jurist
August 2004
Universitatea din Bucuresti
Certificat de acordare a Definitivatului in invatamant
2000 – 2003
Universitatea Bucuresti
Facultatea de Psihopedagogie -institutor-lb engleza

Formare continua/ Youth pass
perfectionare Mobilitate Erasmus + proiect Ministry of the future
Monteoru , 20-20 .05.2024
PROF IV
CCD BRAILA, octombrie- decembrie 2023
Youth pass
Mobilitate Erasmus + proiect -Blending learning
Praga , 26 .03.2023- 1.04.2023
Youth pass
Mobilitate Erasmus + proiect -Tik-Tok...time for stories
Galbiate, Italia 26.07-03.08.2022
CRED -Curriculum relevant, educatie deschisa pentru toti
CCD Buzău, septembrie- decembrie 2021
Adeverinta curs formare continua „Excelenta in cariera de dascal”
Sellification, Martie 2022
Adeverinta curs formare continua „Inteligenta emotionala in actul
de predare”
Sellification, Martie 2022
Youth pass
Mobilty Erasmus +project -Give it a go

Puente Genil, Spania 27.04-03.05.2022
 Youth pass
 Mobilty Erasmus + project -Better Youth
 Klaffer, Austria 02.07-11.07.2021
 Youth pass
 Mobilty Erasmus +project- Let s make our school more
 international
 Madrid, Spania 21-27.09.2021
 Atestat de formare continua a personalului didactic cursul
 „Managementul organizatiei scolare”
 Asociatia Zece Plus , Martie 2020
 Youh pass
 Mobility Erasmus + project-Promoting visual facilitation in youth
 work and Erasmus
 Brolo, Sicilia, Italia Octombrie 2019
 Certificat absolvire curs –Mentor
 Casa Corpului Didactic Buzău
 Buzău –ianuarie 2019
 Atestat de formare continua a personalului didactic curs,,
 Managementul stresului in context educational”
 CCD Buzău , August 2019
 Youth pass
 Yoth exchange Erasmus + „Make a connection with european
 cultural heritage ”
 Ankara, Turcia, Aprilie 2019
 Programul de formare continua „, Competente cheie prin activitatile
 nonformale si extracurriculare”
 Asociatia generala a cadrelor didactice din Romania,Dascalimea
 romana
 Slobozia , Martie 2018
 Certificat de absolvire – Metodist
 Casa Corpului Didactic Buzău, Ianuarie 2018
 Atestat de formare continuaa personalului didactic curs ,,
 Competente cheie prin activitatile nonformale si extracurriculare”
 A.G.C.D.R. Dascalimea romana ,Martie 2018
 Youh pass
 Mobility Erasmus + project –„Peace through the Performing arts:
 Honouring the Feminine”
 UK Decembrie 2018
 Youth pass
 Youth exchange Erasmus + project –„Fix don’t replace ”
 Latvia Octombrie 2018
 Certificat Absolvire curs Formator
 Asociatia Euro Training
 Ianuarie 2018
 Certificat Absolvire cursurl T.I.C.
 CCD Buzău Ianuarie 2018
 Certificat absolvire curs „, Managementul educational pentru
 institutiile de invatamant preuniversitar-perspective inovative”
 InfoEducatia Iunie 2017

Responsabilitati

Adeverinta curs formare „Consiliere si orientare”
CCD Buzău, Iunie 2017

Adeverinta Formare continua „Abilitarea curriculara a cadrelor didactice din invatamantul primar pentru clasa pregatitoare”
Septembrie 2017

Diploma absolvire curs formare continua „Strategii didactice de predare-invatare- evaluare”
InfoEductia Iulie 2017

Atestat de formare continua a personalului didactic curs „Scoala incluziva”
CCD Buzău Iulie 2017

Certificat absolvire – contabil
Ministerul muncii , familiei si protectiei sociale
Septembrie 2016

Cursuri specializare Inspector Resurse Umane
Centrul de formare profesionala Buzău
2015

Membru Consiliu Consultativ pentru învățământ primar ISJ Buzău
2023/2024

Metodist ISJ Buzău pentru învățământ primar
2022/2023, 2023/2024

Responsabil Centru Metodic nr. 5 SIM.
2020/2021, 2021/2022, 2022/2023, 2023/2024

Comisia C.E.A.C. , membru - Liceul Tehnologic Sf. Mucenic Sava Berca
2019/2020, 2020/2021, 2021/2022, 2022/2023
Coordonator S.N.A.C. -Liceul Tehnologic Sf. Mucenic Sava Berca
2019/2020, 2020/2021, 2021/2022, 2022/2023,2023/2024
Secretar C.A. - Liceul Tehnologic Sf. Mucenic Sava Berca
2021/2022, 2022/2023,2023/2024

Coordonator Proiect Judetean Scoala de vara „Joc si creatie”
2019/2020, 2020/2021, 2021/2022, 2022/202, 2023/2024

Coordonator Proiect Judetean Scoala de vara „Lumina si culoare de Sf. Pasti ”
2018/2019, 2019/2020, 2020/2021, 2021/2022, 2022/2023

Coordonator Simpozion Judetean cu participare internationala
„Provocarile scolii online”
Buzău , August 2022

Formator in cadrul Proiectului judetean Scoala de vara „Joc si creatie ”

Cursul „Importanta climatului familial in dezvoltarea inteligentei emotionale a elevilor”
Iunie 2022

Formator in cadrulul Proiectului Erasmus + „What are you sinking about”
Busteni , Iunie 2022

Participare/Publicare articol Conferinta Stiintifica Studenteasca
„articolul „Emotionalitatea si inteligenta emotionalala la copii”
Chisinau Aprilie 2022

Coordonator Simpozion Judetean cu participare internationala
 „Lectura e cool-tura”
 Buzău, Iunie 2021
 Formator in cadrul Proiectului Judetean Scoala de vara „Joc si
 creatie”
 Cursul „Educatie parentala”
 Iunie 2021
 Formator in cadrul proiectului Erasmus + „Better you(th)”
 Austria , Iulie 2021
 Consiliul Consultativ-membru - Monitorizarea programelor privind
 accesul la educatie
 ISJ Buzău , 2020/2021

**Participari/
 Publicari articole
 Simpozion/
 Conferinta**

Publicare resursa educationala platforma RED „Succesul scolar si
 inteligenta emotionala”
 ISJ Buzău, Iunie 2022
 Participare Seminarul Intenational „Education a la paix”
 Franta, Paris, Mai 2022
 Publicare articol- Revista opiniilor didactice, articolul „
 Dezvoltarea emotionalitatii si inteligentiei emotionale la copii”
 Ianuarie 2022
 Certificat Participare Conferinta „Copilul tau, campion la viata”
 Aprilie 2022
 Participare /Publicare articol Conferinta Stiintifica internationala
 „Geniu, Talent, Creativitate” articolul „Viata emotionala si
 implicatiile acesteia asupra elevilor de varsta scolar mica”- romana
 /engleza
 Iasi 2022
 Participare/Publicare articol Conferinta Multidisciplinara
 Internationala „Scoala online. De la inovatie si crativitate la
 performanta” , articolul „Inteligenta emotionala si obtinerea
 succesului scolar”
 Bucuresti 2021
 Participare /Publicare articol Conferinta stiintifica Internationala
 „Cultura cercetarii pedagogice: provocari si tendinte pedagogice!,
 Articolul „Directii strategice de sporire a inteligentiei emotionale a
 elevilor cu dizabilitati multiple”
 Chisinau Iunie 2021
 Participare sesiune comunicari in cadrul Proiectului national
 „Combaterea dezinformarii si racolarii in mediul online”
 Noiembrie 2021
 Participare Conferinta nationala „Provocarile lumii contemporane”
 CCD Buzău, Noiembrie 2021
 Certificat Participare Conferinta trannationala „Educatie online prin
 parteneriate”
 Chisinau , Octombrie 2021
 Participare Conferinta Nationala CCDR Buzău „Dialog la educatie”
 Noiembrie 2021

Participare/ Publicare articol Seminarul didactic multidisciplinar national de comunicari stiintifice a cadrelor didactice, articolul „Emotionalitatea si inteligenta emotionala la copii, Buzău, Noiembrie 2021
Publicare volum „ Educatia pentru dezvoltarea emotionala a elevilor din invatamantul primar” Editura Omega 2020
ISBN 978-606-568-444-7
Participare /Publicare articol Conferinta Stiintifica Internationala „Asistenta complexa a copiilor cu cerinte educationale speciale in mediul educational incluziv” „Inteligenta emotionala in succesul scolar” Chisinau Decembrie 2020
Participare Conferinta stiintifica cu participare internationala „Dezvoltarea personala si integrarea sociala a actorilor educationali” UPS Creangă, Chisinau , Noiembrie 2021
Participare -Proiectul-Seminar-Conferinta „ Tinerii si provocarile lumii contemporane in secolul XXI ”
Publicare resursa educationala RED cu titlul „inteligenta emotionala in succesul scolar” ISJ Buzău Iunie 2019
Publicare articol in volumul „Educatie si inovatie in invatamantul contemporan” Buzău, Februarie 2019
Participare / Publicare articol -Simpozinul international „ Apa –un miracol ” editia a X-a Buzău , Martie 2019
Participare Simpozionul regional „ Scoala- furnizor de calitate in educatie” Editia a IX- publicare lucrarea cu titlul „ Inteligenta emotionala in succesul scolar ” Februarie 2019
Participare Seminarul international „ Echange internationaux au service de l’education” Paris, France Noiembrie 2018
Participare/ Publicare articol- Simpozionul International „Quality management in the context of educational marketing” Albena , Bulgaria Mai 2017
Participare Simpozion International „Sanatatea inainte de toate” in cadrul proiectului”Be healthy , be natural, be smart ” Iasi , martie 2017

Aptitudini și competențe personale

Abilitati de comunicare dobandite in urma exeprientei de cadru didactic , printr-o o buna relationare atat cu elevii cat si cu colectivul de parinti.

Capacitate de comunicare, relationare si adaptare la situatii diferite ca urmare a desfasurarii activitatii in grupuri eterogene din punct de vedere educational si intelectual.

**Limba maternă
Limba(i) străină(e)
cunoscute**

Lb. Romana
Lb. Engleza –C2
Lb. Franceza- B2

**Competențe și
aptitudini
organizatorice**

Abilitati de coordonare, organizare si proiectare , dobandite in urma in organizarii diferilor concursuri si proiecte educationale la nivel local si judetean.

Rezistenta la stres , capacitate de a lua decizii si de a gestiona situatii conflictuale, spirit de initiativa, sociabila,c omunicativa.

**Competențe și
cunoștințe de utilizare
a calculatorului**

Microsoft Windows, Microsoft Office, Adobe

Hobby-uri

Calatoriile, lectura si portul popular romanesc.