

EQ

Copii fericiți – adulți de succes.

Inteligența emoțională se învață

- ghid metodologic de bune practici –



2017

Coordonatori:
Ed. Pătrașcu Diana – Andreea
Prof. Tocan Monica

Copii fericiți – adulți de succes. Inteligența emoțională se învață

GHID METODOLOGIC DE BUNE PRACTICI



ISBN 978-606-8860-46-6

Editura Sfântul Ioan
2017

Coordonatori:
Ed. Pătrașcu Diana – Andreea
Prof. Tocan Monica

Tehnoredactare și corectură :
Ed. Pătrașcu Diana–Andreea

Copertă:
Prof. OGREZEANU CRISTINA

Colectivul de autori:

Prof. Tocan Monica
Ed. Pătrașcu Diana–Andreea
Prof. Tudose Margareta
Prof. Scărlătescu Elena
Prof. OGREZEANU CRISTINA
Prof. Duică Anița
Prof. Dinu Mariana
Prof. Ghiculescu Gabriela
Prof. Brezeanu Bianca

Colaboratori:

Bădeanu Laura
Tocan Monica
Badea Sorina
Matei Gheorghiu
Mihăilă Mirela
Repta Elena
Răduț Elena Mihaela
Ghiculescu Gabriela
Tudor Daniela
Tudor Ramona
Damian Alexandra
OGREZEANU CRISTINA
Popescu Mioara
Scarlătescu Elena
Muresan Gabriela–Delia
Lădar Rodica- Lucretia
Haiduc Laura
Brezeanu Bianca
Tudose Margareta

Mihaela Dogărel
Oláh Andrea
Roșoiu Nicoleta
Balica Elisabeta
Șomtelecan Ligia Alina
Răican Anda Cătălina
Ene Ana Maria
Ionică Cristina
Trucă Ionela Gabriela
Pătrașcu Diana-Andreea
Duică Anița
Botka Ildikó
Hîncu Irina
Țintă Irina Liliana
Dinu Mariana
Vremăroiu Norica
Chiran Lizuca Marisia
Ionescu Iuliana
Asănache Maria-Magdalena

Răducă Elena
Popescu Raluca
Asandei Elena
Ana Nicoleta
Iacob Adriana
Dumitrescu Mariana
Mărculescu Mirela
Dan Florina
Grosu Gena
Mușat Maria
Ezaru Tatiana
Tănase Surcel
Ioniță Tatiana
Albișoru Nicoleta
Nagy Monica
Grigorescu Cristina
Dinulescu Beatrice
Barboni Sorina
Tudora Ana

Cuvânt-înainte

Lumea complexă în care trăim ne face să conștientizăm din ce în ce mai mult că inteligența emoțională, adică modul în care ne stăpânim și ne înțelegem emoțiile, joacă un rol esențial în dobândirea fericirii și a succesului în viață.

Foarte mult timp, inteligența intelectuală sau cognitivă a primat în fața celei emoționale, în modul în care copiii au fost educați. În prezent, specialiștii confirmă faptul că inteligența emoțională joacă un rol fundamental în formarea și dezvoltarea unor copii deștepti, fericiți și de succes.

Prezentul ghid metodologic **“Copii fericiți – adulți de succes. Inteligența emoțională se învață”** s-a născut din dorința de a accentua importanța educației emoționale în formarea copiilor și în pregătirea lor pentru viața de adult. Acest lucru nu este posibil fără participarea activă a cadrelor didactice la acest proces, care să integreze activități pentru dezvoltarea abilităților emoționale în programul zilnic școlar.

Prin acest ghid metodologic ne propunem să valorificăm competențele științifice ale cadrelor didactice cu scopul de a evidenția rolul educației emoționale în formarea și dezvoltarea personalității preșcolarilor și școlarii, promovarea metodelor și strategiilor didactice bazate pe gestionarea și comunicarea emoțiilor.

Colectivul de autori

Inteligența emoțională

Prof. Bădeanu Laura
Școală Gimnazială Nr.4 Moreni, Dâmbovița

Inteligența emoțională reprezintă aptitudinea de a identifica, evalua și controla propriile emoții dar și pe cele ale persoanelor din jur. Acest tip de inteligență rezidă din capacitatea de a te cunoaște și înțelege pe tine și de a-i cunoaște și înțelege pe ceilalți. Inteligența emoțională este legată de concepte precum iubire, empatie, spiritualitate, și nu are legătură cu coeficientul de inteligență pe care îl știm cu toții - IQ.

Inteligența emoțională se bazează pe anumite aptitudini potențiale înnăscute: sensibilitate emoțională, memorie emoțională, capacitatea de procesare emoțională și capacitatea de învățare emoțională. Aceste caracteristici înnăscute pot fi dezvoltate și cultivate de-a lungul vieții sau, din contra, pot fi degradate, acest lucru depinzând foarte mult de modul în care suntem crescuți și educați în copilărie și adolescență.

Termenul „inteligență emoțională” a fost folosit pentru prima dată într-un articol din anul 1990 de către psihologii, Peter Salovey și John Mayer. Cu toate că acest termen este relativ nou, componentele conceptului, inteligența emoțională pot fi datate până la arhicunoscută afirmație a lui Socrate (470 – 399 îHr) „Cunoaște-te pe tine însuși”.

În 1983 Howard Gardner a introdus conceptul de: ”Inteligente Multiple”. El argumenta că există nu doar un singur tip de inteligență ci și cea măsurată prin teste și dezvoltată în cadrul școlar, ci multiple tipuri de inteligente. El a inventat sintagma : „ Nu întrebați, cât de deștepti sunteți, ci cum sunteți inteligenți”. Gardner a identificat 7 tipuri de inteligență diferite de abilitățile comunicative și matematice uzuale. Printre acestea, el a inclus și două abilități personale: auto-conștientizarea stărilor interioare și interactivitatea socială eficientă.

Cele 7 tipuri de inteligente ale lui Gardner sunt:

- * Inteligență Matematică–Logică
- * Inteligență Interpersonală
- * Inteligență Spațială
- * Inteligență Ritmic–Muzicală
- * Inteligență Intrapersonală
- * Inteligență Kinestetică
- * Inteligență Lingvistic–Verbală

De la început poate fi observat că inter-personalul și intra-personalul sunt văzute ca două inteligente separate și corespund cu definiția de Inteligență Emoțională.

Mulți ani au existat dispute între cei care susțin diverse teorii și factori că fiind în legătură cu coeficientul IQ. Principalele dileme le-au reprezentat întrebările: „Este cineva înnașcut cu un anumit IQ și nimic nu poate modifica asta sau este IQ-ul o abilitate care poate fi învățată și antrenată?” și „De ce anumite persoane inteligente au performanțe scăzute și de ce anumite persoane slab pregătite au performanțe mărite?”. Nu sunt deocamdată răspunsuri clare, dar în general este acceptat faptul că există un număr mare de factori de interferență precum stresul și aptitudinile și imaginea de sine care pot influența performanțele și care au o influență și mai mare asupra succesului comparativ cu abilitățile înnașcute.

În prezent, problema este legată nu de cât de mult ai sau de unde provine ceea ce ai, ci ce poți face cu ce ai. Într-un mod asemănător se pune problema și în cazul Inteligenței Emoționale. Decât să se măsoare anumiți coeficienți, este mai util să se identifice factorii care împiedică folosirea optimă a aptitudinilor care există și de a învăța cum să se folosească acești factori eficient. Inteligență Emoțională nu are limite; oricine e pregătit și dorește, poate să-și îmbunătățească nivelul de Inteligență Emoțională.

Conform cercetărilor statistice, competență emoțională este de două ori mai importantă decât abilitățile tehnice sau intelectuale. Dezvoltarea inteligenței emoționale reprezintă înțelegerea și gestionarea emoțiilor pentru a crea relații armonioase cu cei din jur.

Coeficientul de inteligență (IQ) și coeficientul de inteligență emoțională (EQ) sunt complementare, iar măsurarea lor îți permite să îți evaluezi capacitatea de a reuși în viață. Citește ce înseamnă IQ și EQ, dacă testele IQ sunt relevante pentru carieră ta și cum poți să te dezvolți pentru a reuși să obții jobul dorit și să devii o persoană de succes.

IQ-ul reprezintă potențialul genetic cu care te naști și care se fixează după vârstă de 12 ani. Coeficientul de inteligență nu poate fi dezvoltat sau îmbunătățit după această vârstă. IQ-ul este un prag care poate doar să îți arate drumul către o anumită carieră sau domeniu.

EQ, coeficientul emoțional, poate fi învățat, dezvoltat și îmbunătățit la orice vârstă. El reprezintă îmbinarea abilităților personale cu experiență, adică maturitatea emoțională care îți obține promovarea în carieră aleasă. Dacă vei crea o balanță între IQ și EQ, drumul către succes îți este deschis.

Cercetările arată că inteligență emoțională ar putea fi chiar mai importantă decât combinația dintre abilitatea cognitivă și aptitudinile tehnice. În fapt, anumite studii indică faptul că inteligență emoțională este de două ori mai importantă decât IQ-ul.

Coeficientul de inteligență se poate măsura. Îți faci testul și îți dai seama cât mai ai până la condiția de geniu. Dar și geniile se comportă diferit. Van Gogh nu a trăit să-și savureze gloria, pe când Picasso a murit celebru și bogat, după o viață de legendă. Oare de ce? În cazul acesta, nu IQ-ul este cel care e decisiv, ci EQ-ul, coeficientul de inteligență emoțională. Capacitatea de a relaționa eficient cu oamenii, de a-ți controla emoțiile și a le direcționa în vederea îndeplinirii scopurilor tale.

Psihologii au creat și teste pentru determinarea EQ-ului. Vestea bună este că poți să-ți îmbunătățești performanțele prin antrenament.

Inteligență Emoțională este formată din 4 elemente:

- * Înțelegerea mai bună a propriilor emoții
- * Gestionarea eficientă a propriilor emoții și creștere semnificativă a calității vieții
- * Înțelegerea mai bună a celor din jur și o conviețuire cu un grad de confort ridicat
- * Crearea de relații mai bune la toate nivelele cu cei din jur și creșterea productivității și a imaginii personale

Inteligență emoțională (EQ) presupune în primul rând conștientizare de sine, autodisciplină și empatie. Ea dă seama de felul în care ne controlăm impulsurile și sentimentele. Vestea bună este faptul că inteligență emoțională poate fi îmbunătățită. Deși copilăria este extrem de importantă în punerea unor baze solide pentru dezvoltarea inteligenței emoționale, ea poate fi îmbunătățită și cultivată inclusiv la vârstă adultă.

Bibliografie:

Goleman Daniel, Inteligența Emoțională, Curtea Veche, București, 2001

Mihaela Roco, Creativitate și Inteligență Emoțională, Polirom, București, 2004

Steven J. Stein, Howard E. Book, Forța Inteligenței Emoționale, Editura Allfa, București, 2003

Dezvoltarea abilităților socio-emoționale la vârsta preșcolară mică

Prof. înv. preșc. Tudora Ana
Grădinița Gura Ocniței, Dâmbovița

Vârsta preșcolară constituie o perioadă în care se produc însemnate schimbări în viața afectivă a copilului. Emoțiile și sentimentele preșcolarului însoțesc toate manifestările lui, fie că este vorba de jocuri, de cântece, de activități educative, fie de îndeplinirea sarcinilor primite de la adulți. Ele ocupă un loc important în viața copilului și exercită o puternică influență asupra conduitei lui.

Cercetările din domeniul psihologiei dezvoltării au dovedit faptul că nu este suficient să dezvoltăm abilitățile intelectuale ale copiilor. Studii care au urmărit copii începând cu primii ani de viață și până la vârsta adultă au indicat faptul că abilitățile copiilor de a-și conștientiza trăirile emoționale, de a le gestiona în mod adecvat sau de a-și face prieteni, sunt cel puțin la fel de importante ca și abilitățile intelectuale (inclusiv pentru reușita la școală).

În cadrul interacțiunilor zilnice, copiii își dezvoltă și optimizează abilitățile socio-emoționale. Ei învață:

- Abilități necesare pentru a lega prietenii (de exemplu cum să se alăture altor copii care se joacă, cum să ceară și să împartă jucăriile, cum să ofere ajutor altora, cum să își ceară scuze etc.);
- Să își înțeleagă emoțiile – să identifice și numească emoțiile proprii și ale celorlalți, să le lege de contextele în care apar în mod tipic (de exemplu bucuria la primirea unui cadou, supărare atunci când ne doare ceva etc);
- Să își gestioneze furia (învățând să și-o conștientizeze și să folosească metode simple pentru a și-o controla);
- Să își rezolve problemele apărute în interacțiunea cu ceilalți (să își definească problema, să caute și să aleagă soluții adecvate).

Abilitățile socio-emoționale sunt un predictor mai bun al reușitei la școală decât abilitățile intelectuale. De exemplu, copiilor le este mai dificil să învețe să citească dacă se confruntă cu probleme care îi distrag de la activitățile clasei – dacă nu știu să ceară ajutor, nu sunt capabili să urmeze instrucțiuni, dacă nu reușesc să se înțeleagă bine cu cei din jur, sau să își exprime adecvat și să își gestioneze emoțiile negative.

Preșcolarii pot înțelege emoțiile exprimate de copiii de aceeași vârstă cu ei în timpul unui contact social, ceea ce îi ajută în rezolvarea conflictelor. Apoi, preșcolarii sunt capabili de implicare empatică în emoțiile celorlalți și își pot reda propriile emoții în diferite situații sociale pentru a minimaliza efectele nesănătoase ale emoțiilor negative și pentru a împărtăși emoțiile pozitive cu ceilalți.

Între 2 și 4 ani, copiii încep să vorbească despre propriile emoții. La această vârstă identifică și diferențiază expresiile faciale ale emoțiilor de bază (furie, tristețe, frică și bucurie). Copiii la această vârstă manifestă accese violente de furie și teamă de separare.

Modul în care educatoarele reacționează la exprimarea emoțională a copiilor lor determină exprimarea sau inhibarea emoțiilor viitoare ale acestora. Expresivitatea emoțională a educatoarelor devine un model pentru copiii preșcolari, în ceea ce privește exprimarea emoțională.

Exemplu: Dacă educatoarea exprimă în mod frecvent emoții negative, copiii vor exprima și ei aceste emoții, datorită expunerii repetate la acestea.

Modul în care adulții discută problemele legate de emoții poate transmite sprijinul și acceptarea lor și poate contribui la conștientizarea de către copil a diferitelor stări emoționale pe care le experimentează.

Exemplu: Cadrele didactice care sunt adeptele ideii că emoțiile, în special cele negative, nu trebuie discutate deschis pot induce copiilor ideea că emoțiile nu trebuie exprimate, ceea ce afectează capacitatea de reglare emoțională a acestora.

În faza în care copiii învață despre emoții și încă nu știu denumirea acestora se poate folosi reflectarea sentimentelor. În acest sens, decât să fie întrebat copilul cum se simte, răspunsul evident al acestuia fiind "nu știu" se încearcă identificarea emoției copilului și apoi "traducerea" acestuia sub formă de întrebare sau afirmație. Ex: copilul spune: „Nu pot să mă dezbrac”, traducerea: „Cred că ești agitat” sau „Ești supărat?”.

De-a lungul timpului s-a observat că preșcolarii sunt mai preciși în denumirea emoțiilor cu ajutorul etichetelor verbale decât cu ajutorul expresiilor faciale, în mod special pentru frică și deznădăjduit. Fără o etichetă verbală a emoțiilor, copiii pot să nu realizeze că acel comportament provoacă o emoție. Uneori însă, cuvintele ce denumesc emoții pun probleme copiilor, deoarece ele se referă în parte la stări emoționale interne, neobservabile. Cadrele didactice trebuie să încurajeze în permanență copiii să utilizeze cuvinte și expresii ce denumesc stări emoționale. Când un copil trăiește o emoție puternică trebuie întrebat cum se simte (Cum te simți când colegul te jignește?, Ești bucuroasă când te joci cu păpușile?).

Copiii vor învăța astfel că este normal să experimenteze diverse emoții și să vorbească despre ele.

Abilitatea de a înțelege și descrie emoțiile celorlalți este necesară pentru manifestarea empatiei. Când empatia este exprimată la un nivel moderat, ea conduce la simpatie.

Discutând cu copiii despre emoțiile celorlalte persoane în anumite situații sau a personajelor din povești, li se oferă oportunitatea de a conștientiza consecințele comportamentale ale acestora în plan social (Cum că s-a simțit Capra când a aflat că Lupul i-a mâncat iezișorii?; Dar Scufița Roșie când a venit Vânătorul să o salveze?). Pentru a întări comportamentele respective ale copiilor este important să-i recompensăm verbal când le observăm, astfel copiii vor învăța cărui tip de mesaje emoționale prezente în mediu să fie atenți.

Dacă copiii experimentează emoții negative puternice și nu își pot regla/adapta emoțiile sau modul de exprimare a lor, aceștia se vor comporta într-un mod neadecvat prin exteriorizarea emoțiilor negative. Mai mult, copiii care sunt capricioși sau au înclinații spre emoții negative, precum furia, sunt mai puțin legați de cei cu aceleași trăiri, decât copiii care nu au această caracteristică.

Fiecare copil este diferit și nu poate fi comparat „decât cu sine însuși”. Și totuși, câteva lucruri esențiale îi fac să fie asemenea: toți au nevoie de dragoste, de securitate, de îngrijire și de exercițiu. Toți simt nevoia de recunoaștere și acceptare. Toți caută un sprijin în adult și chiar au nevoie de un anumit control din partea acestuia pe măsură ce își dezvoltă încrederea în sine și dobândesc propria experiență. „Nici o profesiune nu cere posesorului ei atâta competență, dăruire și umanism ca cea de educator, pentru că în niciuna nu se lucrează cu un material mai prețios, mai complicat și mai sensibil decât omul în devenire...”

Bibliografie:

1. Cosmovici, Andrei, Iacob, Luminița „Psihologie școlară”, Editura „POLIROM”, Iași, 2008;
2. Roco Mihaela, „Creativitate și inteligență emoțională”, Editura „POLIROM”, Iași, 2001;

Valorile emoționale exprimate în conduita copiilor

Prof. Badea Sorina
Grădinița cu PP nr. 4 Moreni, Dâmbovița

Motto:

„Trebuie să ceri de fiecare dată ceea ce poate fiecare să dea.” Antoine de Saint-Exupery

Inteligența emoțională din viața adultă își are originea în dezvoltarea competențelor emoționale și sociale în perioada preșcolară, aceasta fiind o perioadă de achiziții fundamentale în plan emoțional, social și cognitiv.

Ca urmare, aceasta este perioada cea mai indicată pentru dezvoltarea și optimizarea competențelor emoționale și sociale esențiale pentru funcționarea și adaptarea în viața adultă. Efectele negative ale dezvoltării inadecvate acestor competențe afectează sănătatea mentală atât pe termen scurt, cât și pe termen lung. Contracurarea acestora și asigurarea unei dezvoltări optime (emoționale și sociale) se realizează cel mai eficient în perioada în care aceste competențe se află în dezvoltare.

Dacă în cazul adulților dezvoltarea emoțională este deseori tratată sub denumirea de inteligență emoțională, în cazul copiilor, literatura de specialitate preferă termenul de competență emoțională.

Competența emoțională este definită drept capacitatea de a recunoaște și interpreta emoțiile proprii și ale celorlalți precum și abilitatea de a gestiona adecvat situațiile cu încărcătură emoțională. Competențele educaționale sunt împărțite în trei categorii. Prima se referă la **trăirea și exprimarea emoțiilor**, a doua-**înțelegerea și recunoașterea emoțiilor**, iar ultima este **reglarea emoțională**.

Emoțiile sunt reacții subiective la un eveniment relevant și ele reprezintă un aspect central al vieții noastre. Dobândirea competențelor emoționale asigură sănătatea mentală a unei persoane.

Emoțiile sunt “furnizoare” de informații atât pentru persoana care trăiește aceste emoții, cât și pentru cei din jur. Când o persoană e furioasă își transmite ei înșiși și celor din jurul ei un mesaj emoțional. De exemplu, un copil poate spune “sunt furios” sau își poate da seama de această trăire datorită stării de tensiune a mușchilor, lacrimilor de furie sau ochilor “încrunțați”. Prin aceste **semne exterioare copilul comunică și celor din jurul lui care este starea lui emoțională și de cele mai multe ori aceștia vor reacționa în**

concordanță (*ex. nu se apropie de copilul respectiv atâta timp cât el e furios*). Acest fapt se referă la copii, în caz că un adult apropiat copilului se află prin preajmă, acesta discută cu el, încercând să afle cauzele furiei și să-i ofere variante de liniștire.

„Comunicarea dintre adult și copil este una din cele mai dificile și una dintre cele mai încărcate de neînțelegeri, violente ascunse, suferințe neexprimate și aceasta deoarece « noi toți suntem niște ex-copii » în materie de comunicare; imaturitatea și infirmitatea noastră sunt stravechi, tenace, dureroase și, întotdeauna, copiii de lângă noi le reactivează .”
„T'es toi quand tu parles” Jacques Salomé, Albin Michel

Recunoașterea greșită a mesajului atrage după sine dificultăți în relațiile sociale; de exemplu, un copil poate avea probleme dacă nu recunoaște furia de pe fața mamei și o ignoră continuând să arunce jucăriile pe jos.

Exprimarea adecvată a emoțiilor este foarte importantă în interacțiunile sociale și ea contribuie la menținerea lor. Exprimarea neadecvată a emoțiilor negative (*ex. furie, frică, tristețe*) prin agresivitate fizică sau verbală determină separarea de acea persoană. De exemplu, copiii care manifestă frecvent emoții pozitive au mai mulți prieteni și sunt mai îndrăgiți de ceilalți. De asemenea, s-a observat că acei copiii care se comportă agresiv au dificultăți în a recunoaște și a înțelege emoțiile celorlalți într-o situație.

Înțelegerea emoțiilor presupune denumirea emoției și identificarea consecințelor exprimării unei emoții.

Reglarea emoțională este un proces de adaptare dinamică a comportamentelor emoționale la situațiile din viața de zi cu zi.

Abilitatea copiilor de a-și regla emoțiile în mod eficient este principalul scop al dezvoltării socio-emoționale, deoarece acest proces are un rol protector asupra sănătății mentale și sociale a copiilor. Abilitatea scăzută de reglare emoțională este asociată cu emotivitate negativă ridicată la copii (frică, furie) ceea ce își va pune amprenta asupra funcționării lor cognitive și sociale.

Un rol important în succesul școlar îl are capacitatea copilului de a ignora stimulii distractori, de a se concentra pe sarcină, de a respecta instrucțiunile cadrului didactic și de a ști să își organizeze munca. Toate aceste aspecte sunt direct relaționate cu abilitatea copilului de a-și regla emoțiile. El trebuie să învețe să își amâne dorința imediată de a se juca pentru a se focaliza pe sarcina de învățare primită și să își regleze frustrarea determinată de realizarea unui comportament nedorit de el, dar cerut de adult. Chiar și în timpul jocului, copiii trebuie să își inhibe anumite impulsuri pentru a urma regulile jocului și pentru a fi acceptat de ceilalți colegi.

„Inteligența socială se manifestă din plin de la grădiniță, pe terenul de joacă, în barăci, în fabrici și saloane comerciale, dar scapă condițiilor formale standardizate ale unui laborator de analize” (observația lui Edward Thorndike – psiholog la Universitatea din Columbia, care a propus pentru prima dată acest concept în anul 1920).

Studiile indică faptul că relația dintre părinți, educatori și copii este crucială în reglarea emoțională la copii.

Reglarea emoțională (la copii) se realizează fie prin verbalizarea de către adult, pe care treptat o adoptă și copilul, fie prin interacțiunea cu ceilalți copii în cadrul jocului imaginativ (ex. jocul de-a doctorul). Cu cât copilul are un limbaj mai bine dezvoltat, cu atât este mai probabil să-și regleze emoțiile și comportamentul într-un mod adecvat în timpul jocului imaginativ. Concordanța între reglarea trăirii emoționale și reglarea comportamentală a exprimării emoționale apare de la vârsta de **2 ani** și optimizează procesul de reglare emoțională.

Ca recomandări în cazul unor accese de furie adultul trebuie să refuze calm, dar ferm îndeplinirea cererii copilului (“Vreau păpușa de acolo!”; “Îmi pare rău dar nu ți-o pot da azi”).

Refuzul trebuie asociat cu îmbrățișarea copilului sau luarea lui în brațe (pentru a-l asigura de dragostea dvs. necondiționată), în caz contrar, el se poate simți respins, iar scopul este combaterea comportamentului problemă și nu rănirea, jignirea copilului. Totodată adulții trebuie să fie atenți la semnele anxietății de separare și să îi ajute pe copii să depășească cu bine această etapă.

Sprijinirea copiilor pentru a-și identifica propriile emoții trebuie să se realizeze prin adresarea unor întrebări de genul: „Cum te simți?” „Cum te face acest lucru să te simți?” „Cum te simți când Mario te împinge?”, iar pentru a recunoaște emoțiile celorlalți copii, copilul trebuie încurajat să încerce să înțeleagă ceea ce simte un alt copil, adresându-i întrebări de genul: „Cum crezi că se simte acum, Eliza, după ce i-ai făcut?”

“Suntem judecați după noi standarde, nu doar cât suntem de inteligenți, ce abilități și experiență avem, dar și cât de bine ne descurcăm cu noi înșine și cu ceilalți.”, afirma reputatul psiholog Daniel Goleman.

Psihologii insistă să fie lăsați copii să înțeleagă că toate emoțiile sunt acceptabile și valide, ajutându-i să distingă între emoții și modul lor de exprimare.

Oferirea punctuală și consecventă a unei ghidări prin care copiii vor interioriza aceste strategii de reglare emoțională și ulterior le vor folosi singuri este o altă recomandare demnă de luat în seamă.

De exemplu, dacă vedeți că cei mici nu reușesc să își comute singuri atenția de la jocul sau activitatea care îi supără, atunci trebuie arătat și explicat avantajele acestei strategii de reglare emoțională (distragerea atenției). În același fel se poate proceda și pentru celelalte strategii de control emoțional (raționalizare, rezolvare de probleme, minimizarea importanței unui eveniment neplăcut, distanțarea de sursa de stres).

Este necesară identificarea momentelor provocatoare pentru copii, să se stea aproape de ei în aceste momente; să fie încurajați, și să li se ofere întăriri pozitive ori de câte ori aceștia au făcut față unei situații frustrante și să li se precizeze exact ceea ce au făcut; să fie implicați copiii în activități artistice (pictură, colorat) pentru a exprima și nonverbal emoțiile negative, discutând cu ei despre ceea ce realizează.

„A preda fără să educi este ca și cum ai vrea să semeni fără să defrișezi. A educa fără să crezi o relație vie, e ca și cum ai vrea să strângi recolta fără să fi irigat.”, scrie psihosociologul Jaques Salome în „Dificultățile predării”.

Spre deosebire de coeficientul de inteligență care este relativ stabil de-a lungul vieții, cel emoțional nu este înnăscut, ci constă dintr-o sumă de abilități care se pot dezvolta permanent, prin învățare, pe parcursul întregii vieți.

BIBLIOGRAFIE

- Goleman, Daniel, 1995, *Inteligența emoțională*, București: Editura Curtea Veche
Salome, Jaques, Albin, Michel, 2013, *Dificultățile predării*, București: Editura Ascendent
Thorndike, Eduard, 1920, *Elementele psihologiei*, București: Editura Polirom

Gestionarea inteligenței emoționale

Prof. Barboni Sorina

Prof. Mihăilă Mirela

Grădinița Nr.256, București

Atunci când va veni, ca și IQ-ul, "măsura a calității umane ,cu siguranță familiile noastre, școlile, slujbele, comunitățile în care trăim vor fi toate mai stimulatoare". Finalitatea unor asemenea demersuri, realizate cu știință și delicatețe, se va concretiza, în plan calitativ , în educarea unor copii vor fi mai sănătoși și care-i vor stăpâni prin inteligență viața emoțională, "aducând civilizatia pe străzi și afecțiunea în viața comună".

" Bine nu poți decât cu sufletul, ceea ce este esențial este invizibil pentru ochi", scria Antonie de Saint Exupery în "Micul prinț". Școala există ca să permită copiilor să crească și să dezvolte spiritual, sufletul și corpul, cu alte cuvinte, inteligența, sensibilitatea și creativitatea.

Școala are, deci, dublă misiune : să permită fiecăruia să crească, să-si dezvolte spiritual, sufletul și inima și să permită copiilor să învețe să trăiască împreună, să trăiască unii cu alții, cu persoane diferite.

Ce înseamnă atunci să înveți , să devii tu însuși și, în același timp, să înveți să-ți folosești inteligența mai cu seama, inteligența emoțională, să înveți să trăiești cu ceilalți? Înseamnă pur și simplu să folosești tot ce ai mai bun , tot ce ai învățat cât mai bine și mai eficient.

Cum îi educăm?

În spiritual acestei idei, există cel puțin 10 modalități de a crește copii inteligenți emoțional:

1. Fii un exemplu de inteligență emoțională. Da, copiii tăi te urmaresc îndeaproape. Ei observa cât de rezistent ești, și, mai ales , observă dacă tu ești conștient de sentimentele tale și sentimentele celor din jur.

2. Fii dispus să spui "nu" copiilor tai. Copiii care primesc întotdeauna tot ceea ce doresc , nu sunt foarte fericiți.

3. Fii conștient de zonele tale "fierbinți". Învăță care sunt lucrurile care te scot din sărite și de ce se întâmplă așa. 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. Când copilul plânge sau smiorcăie, va fi mulțumit mai bine dacă i-ai spune "pari supărat" decât dacă îi ceri să se oprească. Dacă îi lipsești pe copii de sentimente pe care le încearcă, acestea se vor refugia în subsol și vor deveni mai puternice.

5. Incepe să îți antrenezi copiii. În loc de "Pune-ți căciula și mănușile", poți întreba "Ce mai ai nevoie pentru a merge la școală?" Spunându-le în mod constant 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. În cazul în care copilul greșește ceva, adu-ți aminte cât de important este să răspunzi calm și rațional.

7. Implică-ți copiii, încă de mici, în sarcinile gospodărești. Cercetarile efectuate sugerează faptul că acei copii care au fost implicate în realizarea sarcinilor gospodărești de la o vârstă fragedă tind să fie fericiți și aibă mai mult succes în viața. De ce? Încă de mici, ei învață că sunt o parte importantă a familiei. Copiii doresc să facă parte din familie și să se simtă că sunt valoroși.

8. Limitează accesul copiilor la mass media. Copiii au nevoie de joacă, nu de timp petrecut în fața unui ecran. Ceea ce copiii învață de la tine sau din joacă liberă oferă baza unei viitoare inteligențe emoționale.

9. Discută despre sentimentele din cadrul familiei. Stabilește scopurile emoționale în cadrul familiei, cum ar fi: fără strigate, fără porecle, respectul acordat tuturor, tot timpul. Familiile care discută despre scopurile lor au mai mari șanse de a fi conștient de acestea și de a le atinge. Ca părinte, trebuie să "faci cum zici".

10. Copiii tăi sunt minunați. Nu există o cale mai importantă în crearea inteligenței emoționale în 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 îi privești copiii ca fiind minunați și gândești despre ei ca sunt minunați, o să ai parte de multe "minuni". Dacă îți privești copilul ca fiind o problemă, o să ai parte de probleme.

Rolul inteligenței emoționale în mediul școlar

De ani de zile, educatori, profesioniști în resurse umane, formatori, echipe de recrutare, manageri discută despre ceea ce îi diferențiază pe învățătorii/profesorii obișnuiți de cei care se desprind din rândul mulțimii. Nu este vorba de abilitățile pedagogice, acestea sunt

relativ ușor de învățat și este ușor de determinat dacă o persoană le deține sau nu. Nu este nici neapărat inteligența. Este vorba de altceva, ceva este dificil de definit clar. Este vorba de abilitățile personale, de felul cum să-și folosească inteligența emoțională

Unde intervine inteligența emoțională în cadrul succesului școlar?

Inteligența emoțională nu poate prezice de una singură succesul. Este doar una din componentele importante. În cadrul calității de a fi un bun utilizator al inteligenței emoționale intra și înțelegerea faptului că aceasta nu este și nu ar trebui să fie gândită ca un înlocuitor sau substitute al abilităților, cunoștințelor sau priceperii capătate în timp.

Inteligența emoțională crește șansele de succes, dar nu îl garantează în absența cunoștințelor necesare. Inteligența emoțională întotdeauna ajută individual. Este un lucru bun să existe. Dar și celelalte abilități și competențe sunt importante.

Bibliografie:

Revista de comunicării științifice "DIDACTICA", Nr.2 -noiembrie, 2008

Dezvoltarea abilităților emoționale la preșcolari

Ed. Repta Elena

Ed. Răduț Elena Mihaela

Grădinița cu .P. P. „PUI DE LEI”- Pitești

Dezvoltarea emoțională a copilului are un rol esențial în fiecare aspect al dezvoltării sale generale, dar și în integrarea lui socială, fiind la fel de importantă ca și dezvoltarea creierului sau a corpului și a capacităților motorii. Competențele socio-emoționale dobândite de copil reprezintă abilități de viață fără de care copilul nu ar avea o dezvoltare armonioasă, necesară unei bune adaptări la viața de adult.

Dezvoltarea competențelor emoționale începe cu exprimarea emoțiilor primare și continuă cu exprimarea unor emoții mai complexe pe măsură ce copilul crește. Dezvoltarea emoțiilor pare să fie dependentă de maturarea creierului, însă poate fi alterată de influențele mediului.

Dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor este importantă din următoarele motive:

- ajută la formarea și menținerea relațiilor cu ceilalți,

- ajuta copiii să se adapteze la grădiniță și la școală,
- previne apariția problemelor emoționale și de comportament.

Principalele competențe emoționale descrise în literatura de specialitate sunt:

- recunoașterea și exprimarea emoțiilor,
- înțelegerea emoțiilor,
- reglarea emoțiilor.

Recunoașterea propriilor emoții

Abilitatea copiilor de a-și identifica și monitoriza propriile emoții sporește nivelul de autoconștientizare a emoțiilor și de monitorizare și control a propriei vieți.

Conform lui Shapiro abilitatea copilului de a-și recunoaște și exprima propriile emoții prin cuvinte constituie o parte esențială a îndeplinirii propriilor nevoi. Apoi, identificarea și exprimarea emoțiilor sunt importante în realizarea comunicării și în controlul emoțional, ceea ce contribuie la dezvoltarea și desăvârșirea relațiilor sociale ale copiilor.

Studiile arată că:

- La vârsta de 3 ani, majoritatea copiilor pot identifica emoții individuale și situațiile în care au apărut, iar la 4 ani pot asocia în mod corect termenii emoțiilor de baza (felicie, furie, supărare, mirare/ surpriză) cu expresiile faciale corespunzătoare;
- Acei copii care la vârsta de 3 ani interpretează corect propriile emoții vor continua să fie buni în interpretarea emoțiilor și la vârsta de 6 ani spre deosebire de acei copii care nu prezintă o conștientizare timpurie a emoțiilor.

În faza în care copiii învață despre emoții și încă nu le știu denumirea folosim reflectarea sentimentelor, adică în loc să întrebăm copilul cum se simte, întrebare la care un răspuns firesc ar fi „nu știu”, încercăm să identificăm emoția copilului și apoi să o transmitem acestuia sub formă de întrebare sau afirmație.

Importanța exprimării adecvate a emoțiilor

Exprimarea adecvată a emoțiilor este foarte importantă în cadrul interacțiunilor sociale, deoarece contribuie la menținerea lor.

Exprimarea neadecvată de către copii a emoțiilor negative (ex. furie, frică, tristețe), prin agresivitate fizică sau verbală, determină apariția unui comportament de izolare a acestora.

Dacă acei copii care manifestă frecvent emoții pozitive au mai mulți prieteni și sunt mai îndrăgiți de ceilalți, copiii care se comportă agresiv au dificultăți în a recunoaște și a înțelege emoțiile exprimate de ceilalți într-o situație specifică.

Aceste abilități emoționale sunt dobândite, iar rolul adulților este de a facilita dezvoltarea lor. De aceea, grădinița reprezintă mediul propice în care educatoarele pot structura contexte de învățare care să faciliteze formarea unor astfel de abilități.

Cum vom proceda?

- Încurajăm în permanență copiii să folosească cuvinte și expresii ce denumesc stări emoționale. Când observăm că un copil trăiește o emoție puternică întrebăm copilul cum se simte (Cum te simți când colegul te jighește?, Ești bucuroasă când te joci cu păpușile?). Copiii vor învăța astfel că este normal să experimenteze diverse emoții și să vorbească despre ele.
- În conversațiile zilnice cu copiii nu facem doar referiri directe la emoții, ci și interpretări ale emoțiilor apărute în interacțiunile sociale. Oferim astfel, explicații pentru aceste interpretări ale emoțiilor, deoarece ele oferă copiilor o teorie cauzală implicită și împărtășită social.
- Încurajăm copiii, oferind întăriri pozitive ori de câte ori aceștia au făcut față unei situații frustrante, precizându-le exact ceea ce au făcut, în acest fel promovăm realizarea a cât mai multe comportamente pozitive de către copii.
- Implicăm copiii în diferite activități artistice (modelaj, pictură, colorat) și-i întrebăm ce fac și cum se simt. Dacă încep să descrie un eveniment, un vis sau o emoție simțită, ascultăm cu atenție și oferim feed-back prin utilizarea unor cuvinte precum "da", "înțeleg" sau "și apoi?".
- Insistăm pe exprimarea verbală și nonverbală a emoțiilor trăite mai ales în cazul copiilor care sunt frustrați, furioși sau iritabili.

Vina, rușinea și mândria sunt emoții complexe care au un rol important în dezvoltarea socială a copilului. Experimentarea de către copii a sentimentului de vină promovează comportamentul social și inhibă comportamentele agresive ale acestora, iar rușinea servește la creșterea conformității sau a respectului acordat de copii standardelor de comportament valorizate de un grup.

Înțelegerea cauzalității emoțiilor este un proces destul de dificil datorită tendinței oamenilor de a considera cauza emoției ca fiind un eveniment.

De fapt, emoția nu este determinată de eveniment în sine, ci de modul în care persoana interpretează la nivel mental evenimentul respectiv

Abilitatea de a recunoaște expresiile emoționale reprezintă un fundament pentru achiziția ulterioară a unor informații suplimentare despre emoții, precum cauzele și consecințele emoțiilor, manifestările lor cele mai subtile, regulile sociale privind emoțiile și etichetele emoționale utilizate în limbajul la care copilul este expus.

Exemplu: Copilul vede o persoană într-o anumită situație și apoi se bazează pe expresiile faciale ale persoanei pentru a determina ce emoție i-a provocat situația respectivă.

Recunoașterea greșită a mesajului emoțional atrage după sine apariția unor dificultăți în relațiile sociale.

Exemplu: Un copil poate avea probleme dacă nu recunoaște furia de pe fața educatoarei și o ignoră continuând să arunce jucăriile pe jos.

Educatoarea poate identifica o anumită emoție datorită unor indici precum tonul vocii și expresia facială. Deși acești indici sunt influențați de cultură, există câteva repere generale care pot fi regăsite în majoritatea culturilor și care sunt prezentate în tabelul de mai jos (reperes pentru emoțiile de bază):

Emoția	Indici ai expresiei emotionale faciale	Tonul vocii ca indicator al trăirii emoționale
Bucurie	Zâmbet, ochii larg deschiși, irisul își mărește diametrul;	Ton relaxat, prietenos sau ton exaltat;
Tristețe	Ochii și gura au colțurile lășate în jos, privirea e orientată în jos;	Voce joasă, încetă, abia auzită, ton "plângăcios";
Furie	Sprâncenele lășate în jos, încruntate, buzele încleștate, privire grea, fulgerătoare, amenințătoare; unii copii care trăiesc stări intense de furie au lacrimi în ochi;	Ton ridicat, aspru; unii copii vorbesc foarte repede când sunt furioși, alții nu reușesc să se exprime coerent;
Frica	Ochii larg deschiși, gura deschisă și rotunjită, privirea perplexă, rece;	Voce subțiată și întretăiată; unii copii țipă, urlă sau plâng, iar alții nu reușesc să vorbească deloc.

Cum își dezvoltă copiii abilițiile emoționale?

- Reacțiile adulților la emoțiile exprimate de copii

Modul în care adulții reacționează la exprimarea emoțională a copiilor lor determină exprimarea sau inhibarea emoțiilor viitoare ale acestora.

- Exprimarea propriilor emoții de către adulți

Expresivitatea emoțională a adulților devine un model pentru copii, în ceea ce privește exprimarea emoțională.

Exemplu: dacă adultul exprimă în mod frecvent emoții negative, copilul va exprima și el aceste emoții, datorită expunerii repetate la acestea.

- Discuțiile despre emoții. Experimentarea unor situații emoționale diferite și discuțiile cu părinții ajută copiii în înțelegerea situațiilor emoționale și în reacționarea adecvată în astfel de situații.

Modul în care adulții discută problemele legate de emoții poate transmite sprijinul și acceptarea lor și poate contribui la constientizarea de către copil a diferitelor stări emoționale pe care le experimentează.

Exemplu: copiii crescuți de părinți ce promovează discuții despre experiențele relaționate cu emoții este mai probabil că își vor comunica propriile emoții și vor manifesta o mai bună înțelegere a emoțiilor celorlalți.

Exemplu: copiii crescuți de părinți care sunt adepții ideii că emoțiile, în special cele negative, nu trebuie discutate deschis, pot induce copiilor ideea că emoțiile nu trebuie exprimate, ceea ce afectează capacitatea de reglare emoțională a acestora.

Un impact deosebit în formarea abilităților emoționale îl au jocurile de rol-jocurile exercițiu (ex. „Vocabularul emoțiilor”, „Emoțiile mele”, „Pălăria emoțiilor”), fișele de lucru cu scenarii pe care trebuie să noteze gânduri și emoții asociate lor, poveștile terapeutice („Ursul îmblânzit”, Povestea broscuței Țupi”, „Țepi înțepători”).

Concluzii:

Pentru a asigura o dezvoltare socială și emoțională optimă la preșcolari, vom avea în vedere următoarele practici:

- urmărirea și educarea sistematică a competențelor în acest plan,
- prevenția problemelor acolo unde sunt identificați anumiți factori de risc,
- intervenția de specialitate acolo unde există deja întârzieri și probleme de adaptare.

Bibliografie :

1. Botiș, A.(2007). Mihalca, L., *Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și baieti, cu vârsta până în 7 ani*, Alpha MDN, Buzău
2. Filipoi S.(1998). *Basmе Terapeutice pentru părinți și copii*, Fundația culturală Forum, Cluj-Napoca
3. Ștefan, C., și Kallay, E., (2007). *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari*, Editura ASCR
4. Vernon A., (2004). *Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală*, Editura ASCR
5. Waters, V., (2003). *Povești Raționale pentru copii*, Editura ASCR

Inteligența emoțională și beneficiile pe termen lung

Prof.Ghiculescu Gabriela

Gradinita cu P.P. Nr.4 Moreni, Dâmbovița

“Inteligența Emoțională” apare ca terminologie abia în 1990, dar componentele conceptului se disting încă din vremea lui Socrate, când acesta folosește sintagma “Cunoaște-te pe tine însuși!”.

Oamenii trec prin multiple experiențe de viață, fiecare dintre acestea generând una sau mai multe emoții. Experiența și timpul, în deplină concordanță, ne ajută să gestionăm eficient emoțiile.

Managementul emoțiilor implică două componente:

- flexibilitatea și dorința de schimbare;
- abilitatea de a face față stresului și frustrării.

Cel mai greu este ca omul să facă față stresului și să aleasă frustrării.

De aceea, încă din gradiniță încercăm să formăm copiilor stima de sine, încercăm să îi obișnuim să empatizeze cu ceilalți sau îi ajutăm să își autoevalueze comportamentul.

Conștientizând emoțiile sau conștientizând efectele acestora, putem căpăta abilități de a face față stresului.

Pentru a putea să-ți crești copilul inteligent emoțional, trebuie ca tu, ca părinte să ai abilități în acest sens. Controlarea propriilor emoții și înțelegerea trăirilor copilului te ajută să-l educi corespunzător.

Părintele este apt să își educe emoțional copilul, doar dacă:

- se cunoaște pe sine;
- își cunoaște limitele și poate să-și impună limite;
- își păstrează calmul pentru a putea fi un exemplu pozitiv;
- știe să îl complimenteze când face o faptă bună.

Dezvoltarea simțului de autoevaluare este adesea împiedicat de către părinte care nu îl lasă pe copil să simtă și să vadă consecințele unui comportament inadecvat.

Nevoia de realizare și de dezvoltare personală trebuie să fie motivate, de aceea trebuie să educăm copilul ca atunci când va fi major să poată să se automotiveze.

Abilitățile sociale joacă un rol important în dezvoltarea personală, ascultarea activă, intrarea în raport cu ceea ce simt ceilalți, asertivitatea și gestionarea conflictelor făcându-ne capabili să avem autocontrol asupra propriilor emoții.

Inteligența emoțională reprezintă totodată aptitudinea de a identifica, evalua și controla nu numai propriile emoții, ci și emoțiile celor din jur. Este legată de empatie, de iubire, de spiritualitate.

Pentru a-i ajuta pe copii să-și dezvolte inteligența emoțională trebuie să:

- îi familiarizam cu lucruri pozitive,
- să le canalizăm atenția către oameni pozitivi, către fapte pozitive,
- să îi învățăm să observe consecințele unor atitudini negative,
- să îi obișnuim să se autoevalueze corect,
- să îi convingem că este necesar să își ceară scuze sau să își recunoască greșeala,
- să știe că este nevoie să spună "Multumesc!" atunci când este cazul,
- să îi obișnuim să fie toleranți, să dea ajutor,
- să facă lucruri utile și plăcute,
- să petreacă timp în locuri care le plac, mai ales în mijlocul naturii.

Inteligența emoțională ne face mai fericiți, ne asigură succesul și ne face prieteni cu cei din jur.

Dezvoltarea inteligenței emoționale ne eficientizează comunicarea și relaționarea, ne ajută să ne schimbăm viața, ne sporește starea de bine și ne face sănătoși.

Până de curând s-a crezut că un IQ ridicat este cheia succesului. Psihologii vin și contrazic aceasta și aduc argumente prin care EQ trebuie să vină în completarea acestuia, capacitatea de a-ți înțelege și gestiona emoțiile, precum și capacitatea de a intui emoțiile celor din jur ducând la optimizarea performanței.

Ideea este că toată viața învățăm cum să ne stăpânim emoțiile și cum să le folosim pentru a ne atinge scopul, pentru a fi fericiți, optimiști.

BIBLIOGRAFIE:

Ann Vernon, „Dezvoltarea inteligenței emoționale”, Editura ASCR, Cluj-Napoca, 2006

Vocea rațiunii sau glasul inimii?

Tudor Daniela

Grădinița Paradisul Copiilor sect. 4, București

Tudor Ramona

Grădinița Nr. 43 sect.1, București

Fiecare dintre noi s-a gândit cel puțin o dată în viață la ce înseamnă pentru el succesul. Pentru unii poate că răspunsul a fost să aibă foarte mulți bani; alții poate au răspuns: o familie fericită, iar alții poate au considerat că o carieră strălucită, fulminantă este măsura succesului în viață. Mă rog, câte capete atâtea răspunsuri. Dar, de câte ori ne gândim la succes, apare strâns legat de el și reversul medaliei: insuccesul. Și, deseori, ni se întâmplă să ne întrebăm: ce s-a întâmplat cu X, premiantul clasei, olimpicul timp de mai mulți ani la rând, cel pe care nu o dată l-ai auzit dat exemplul de profesori sau chiar de către părinți. Îl știam „băiat serios”, mereu aplecat asupra studiului, veșnic absent de la toate petrecerile, excursiile și, în general, escapadele școlare, acel băiat timid, retras, izolat, care a „sacrificat” totul pe „altarul” științei și al studiului. Și, cu toate acestea, acum ajuns la vârsta maturității, nu s-ar putea spune că e un om realizat, cu o carieră de succes. Dar, și mai interesant este cazul colegului Y, care să fim serioși, abia trecea clasa, iar 5 era prezent în toate rubricile din catalog din dreptul numelui lui. Nu-i vorbă, era „băiat de gașcă”, veșnic cu zâmbetul pe buze, tot timpul gata să îți spună un banc sau o glumă bună, gata să te ajute atunci când aveai o problemă și nelipsit de la petreceri, pe care de altfel tot el le organiza. Și...surpriză....acum este manager la o firmă foarte cunoscută. Și te întrebi retoric: oare ce s-a întâmplat?

O glumă celebră a americanilor zice că studenții de nota 10 ajung profesori universitari, studenții de nota 5 ajung patroni, iar restul ajung să lucreze pentru studenții de nota 5. De ce se întâmplă așa? Răspunsul la această întrebare ni-l dă un celebru psiholog american, autorul best seller-ului „Inteligența emoțională”. El afirmă că: reușita profesională, depinde mai puțin de coeficientul intelectual IQ (**vocea rațiunii**) sau de diplomele pe care le avem și mai mult de acel „savoir faire” emoțional, denumit EQ (coeficient emoțional sau **vocea inimii**) sau cu alte cuvinte de inteligența emoțională.

Există țări în care IQ a fost deja detronat. Spre exemplu, Japonia, țară obsedată de performanță și care îi supunea pe tineri unor multiple testări de al căror rezultat depindea întreaga viață a acestora și-a recunoscut eroarea, după ce a constatat cât de mare este rata sinuciderilor în rândul acestor copiii, supuși unei presiuni atât de mari. D.Goleman, merge mai departe și spune că reușita profesională depinde doar într-o proporție foarte mică de 10-20% de IQ.

Psihologul W.Mischel de la Universitatea Stanford a aplicat unor copii în vârstă de 4 ani așa-numitul „test al acadelelor” (test ce vizează coeficientul de inteligență emoțională EQ). El a împărțit fiecărui copil câte o acadea apoi le-a spus că va lipsi puțin din cameră. Copiii aveau posibilitatea să mănânce acadeaua imediat sau să aștepte întoarcerea evaluatorului, caz în care mai primeau o acadea. Când evaluatorul a revenit în cameră doar o treime dintre copii rezistaseră tentației, așteptându-și răsplata. O a doua treime reușise să se abțină inițial, după care cedase tentației, iar restul înghițiseră acadeaua imediat ce evaluatorul ieșise din cameră. Aceeași copii au fost testați după 12 ani. Cei din prima treime erau cu mult mai „competenți social”, aveau încredere în ei, se înțelegeau bine cu ceilalți, comunicau ușor, cu alte cuvinte se descurcau bine atât la școală cât și în viața de zi cu zi; în timp ce aceia care înghițiseră primii acadeaua se aflau la polul opus: timizi, neîncrezători, cu o părere proastă despre sine. Concluzia acestui experiment a fost că nivelul de dezvoltare emoțională este decisiv pentru succesul în viață. Ba, mai mult, cercetările ulterioare au arătat că acei copii care la vârsta de 4 ani au un sistem emoțional stabil, au rezultate mai bune la admiterea la facultate. Cu alte cuvinte capacitatea de a recunoaște și de a face față emoțiilor, duce la performanțe mai mari la școală, în muncă și în relațiile interumane.

Alte cercetări din domeniu au arătat faptul că nivelul de dezvoltare emoțională influențează buna funcționalitate a organismului. Astfel, se pare că există legături strânse între centrii emoționale din creier-sistemul imunitar și starea de sănătate. Un studiu al Universității de Nord din Carolina a analizat nivelul de ostilitate față de societate al studenților de la Medicină. După o perioadă de 25 de ani, numărul studenților foarte agresivi decedați era de 7 ori mai mare față de al celorlalți. Un alt studiu efectuat de data aceasta la Harvard a avut drept obiectiv optimismul celor care suferiseră un prim atac de cord. Opt ani mai târziu, din cele 25 de persoane cu un grad ridicat de pesimism 21 decedaseră, iar dintre cei 25 de optimiști doar 6. Concluzia pe care au extras-o cercetătorii în urma desfășurării acestui experiment a fost că: managementul inteligent al emoțiilor negative pare să ajute corpul în lupta împotriva bolilor.

Studii efectuate la noi în țară (1995-1996) de către psihologul M.Roco au măsurat nivelul EQ al studenților de la mai multe facultăți: Filozofie, Limbi străine, Fizică, Matematică, Jurnalism, Medicină, Psihologie. Concluziile au fost următoarele: fetele sunt mai inteligente emoțional decât băieții iar cele mai mari rezultate le-au obținut studenții de la Psihologie, urmați de cei de la Medicină și Jurnalism pentru empatie și cunoașterea emoțiilor celorlalți.

În ceea ce privește importanța familie în dezvoltarea inteligenței emoționale, studiile empirice au arătat că acei copii care provin din familii dezorganizate, care au părăsit din diverse motive familia sau au fost abandonați de către părinți au abilități emoționale reduse. În același timp, copiii care trăiesc într-un mediu afectiv stresant, nesigur sunt foarte agresivi, impulsivi, anxioși. Cu cât notele obținute la testele de inteligență emoțională sunt mai mici, cu atât sunt mai ridicate nivelurile de anxietate și depresie. Pe de altă parte, cadrele didactice cu rezultate deosebite în activitatea instructiv-educativă, posedă EQ ridicat.

În ceea ce privește personalitatea unui bun conducător, studii efectuate în diferite domenii (ingineri, medici, redactori, agenți comerciali și publicitari) și la diferite nivele (șefi de echipă, de secție, directori de instituții) au demonstrat că ei posedă o inteligență emoțională ridicată, chiar dacă la școală nu au avut note prea mari. Astfel, ei au capacitatea de a se înțelege pe sine și pe alții, sunt capabili să amâne o satisfacție ușor de obținut în favoarea unei răsplăți mai mari, rezistă la stres, știu să motiveze oamenii din jur. Dar, cel mai important este faptul că au învățat să-și cunoască sentimentele, emoțiile, trăirile, să le controleze și să le utilizeze în folosul lor, iar acest lucru este esențial în carieră și în viața de familie, afirmă psihologul D.Goleman.

Potrivit psihologilor (S.Heine) inteligența emoțională înseamnă:

- Să fii conștient de ceea ce simți tu și de ceea ce simt ceilalți și să știi ce să faci în legătură cu aceasta;
- Să știi să deosebești ce-ți face bine și ce-ți face rău și să treci de la rău la bine.
- Capacitatea de a fi empatic în raport cu ceilalți, de a simți compasiune pentru ei, de a-i motiva, de a-i inspira, de a-i încuraja și de a-i consola (alina);
- Capacitatea de a lua decizii înțelepte, folosind un echilibru sănătos al emoțiilor și al rațiunii, de a nu fi nici prea emoțional, nici prea rațional;
- Capacitatea de a reuși să-ți asumi responsabilitatea pentru propriile emoții, mai ales pentru propria motivare și fericire.

În prezent există un dezacord între psihologi în ceea ce privește inteligența emoțională: *este ea innăscută sau poate fi dobândită prin învățare?* D. Goleman susține cea de-a doua variantă: spre deosebire de IQ (coeficient intelectual), cu care ne naștem și care rămâne neschimbat toată viața, inteligența emoțională presupune un set de abilități ce pot fi obținute prin educație. Cu alte cuvinte, părinții pot să le dezvolte copiilor potențialul emoțional învățându-i să adopte și să-și dezvolte caracteristicile inteligenței emoționale. Iată câteva sfaturi:

- Observați-vă cu atenție bebelușul pentru a remarca primele manifestări de emoție (zâmbește, gângurește, are mișcări blânde, ușoare) sau de nemulțumire (plânge, se strâmbă, își apucă-agață hăinuțele);
- Remarcați dacă la 4-5 luni apar alte emoții: bucurie, tristețe, încântare. Observați, spre exemplu dacă atunci când îi dați o jucărie nouă manifestă surpriză, bucurie (își deschide larg ochii, se apleacă înainte);
- Aveți răbdare și ajutați-l să facă față stărilor emoționale, să le exprime în moduri acceptate social, care nu rănesc pe alții și sunt adecvate vârstei și capacităților lui;
- Monitorizați-vă propriul comportament: prin el comunicați reacții afective, dar și moduri de control. Spre exemplu dacă cel mic este speriat la vederea unui animal, să zicem pisică și se ascunde după dumeavoastră, puteți să-l încurajați spunându-i în timp ce mângâiați pisoiiul: „Ți-e frică de Tomiță? E un pisoii blând și liniștit.” . Astfel, îl ajutați să-și înțeleagă sentimentele amestecate de frică și plăcere. Și acum să ne imaginăm o altă scenă posibilă: e dimineață și puștiul dumneavoastră de numai 2 ani este martorul agitației dumneavoastră frenetice prin casă: vreți să îl îmbrăcați, să îi dați să mănânce, dar telefonul sună, e târziu și nici nu va-ți îmbrăcat, soțul vă strigă din dormitor că nu își găsește cămașa favorită și... în toată agitația vă așezați pe tamburetul de la bucătărie și vă spune-ți: „Trebuie să respir adânc și să mă liniștesc!” și chiar o faceți. După un minut-două vă reluați cu calm activitățile. După o perioadă s-ar putea-l să observați pe copilul dumneavoastră teribil de frustrat pentru că nu reușeste să construiască o căsuță din cuburi pentru cățel, că se oprește, respiră adânc și își reia activitatea. Și, astfel, a învățat o importantă lecție de autocontrol;
- Ajutați-l să-și construiască încrederea în sine. Cum? Simplu: acordându-i o îngrijire promptă, corespunzătoare nevoilor lui fundamentale și care îl va face să se simtă important și prețuit. De asemenea, menținându-i o rutină zilnică, astfel

încât să poată anticipa ce se va petrece în continuare și nu în ultimul rând, autocontrolându-vă stările emoționale;

- Pe la 4-5 ani încurajați-i jocurile de cooperare. Va descoperi că nu este el centrul lumii. Va învăța să împartă lucrurile, să-ți aștepte rândul, să lase și pe altul să câștige;
- Învățați-l cum își poate exprima emoțiile puternice fără a răni pe alții, pe el însuși și fără a strica lucrurile;
- Încurajați-vă copilul, fără a-l critica, să spună cu glas tare ceea ce simte, și să spună altuia cum simte.

Scală de identificare a stării de sănătate emoțională a copiilor pe grupe de vârstă (după M. Minulescu)

Până la 3 luni

- Recunoaște persoanele care îl îngrijesc;
- Se liniștește în prezența părinților;
- Atingerea acestora îl face să zâmbescă și să se destindă;

3-6 luni

- Îl interesează oamenii, e atent în prezența lor;
- Zâmbește și își manifestă plăcerea atunci când aceștia îl solicită;

6-9 luni

- Se întoarce atunci când e chemat pe nume;
- Râde tare, cu zgomot;
- Distinge persoanele familiare de străini;
- Își acoperă fața cu mâinile atunci când apropiem un obiect necunoscut;

12 luni

- Imită acțiunile adulților;
- Cooperează când e îmbrăcat;
- Bea din ceașcă ajutat și o ține cu ambele mâini;

Până la 2 ani

- Zâmbește când se recunoaște în oglindă sau în fotografie;
- Își exprimă afecțiunea prin îmbrățișări, zâmbete, pupicuri;
- Devine anxios atunci când e separat de părinți;
- Exprimă mânie față de obiecte sau oameni;

- Exprimă mândrie și plăcere atunci când e lăudat, complimentat;

2-3 ani

- Începe să-și controleze emoțiile;
- Apar comportamente și sentimente agresive;
- Apar dispozițiile contrastante ce se pot schimba des;
- Apar fricile (de monștrii, de întuneric etc.);
- Vorbește despre propriile sentimente;
- Manifestă empatie față de alții.

3-4 ani

- Imită adultul în activități;
- Știe să se joace cu alții;

4-6 ani

- Are prieteni stabili;
- Conștientizează unele emoții proprii, dar și sentimentele altora.

Bibliografie:

D. Goleman- „Inteligența emoțională”, ed. Curtea Veche, București, 2008

M. Roco – “Creativitate și inteligență emoțională”, ed. Polirom, București, 2004

M. Minulescu – “Relația psihologică cu copilul tău”, ed. Psyhe, 2004

Premisele inteligenței emoționale la vârsta preșcolară

Ed. Damian Alexandra

Grădinița lui David, București

Plecându-se de la rolul adaptativ al afectivității s-a constatat că persoanele care au un coeficient intelectual (QI- indice al nivelului de dezvoltare a inteligenței, stabilit prin raportarea vârstei mentale la vârsta cronologică) înalt sau o inteligență academică foarte bine dezvoltată se descurcă mult mai puțin în viața de zi cu zi, în timp ce altă categorie de subiecți, deși au un QI mai redus în comparație cu primii, au rezultate deosebite în practică. De unde a

apărut întrebarea: "Cum reușesc aceștia să aibă succese în situații critice, să facă față oricând în împrejurări de viață?". Este un adevăr recunoscut că persoanele care produc asupra celorlalți o impresie foarte bună sunt experte în a-și controla și folosi expresiile emoționale, au o capacitate sporită de armonizare cu felul în care reacționează partenerii lor, reglându-și performanța socială în așa fel încât să fie siguri că obțin efectul pe care și l-au propus. Nu trebuie să uităm însă că, dacă aceste abilități interpersonale nu sunt echilibrate de un fin simț al propriilor nevoi și emoții, precum și de capacitatea de a le satisface, ele pot conduce la un succes social superficial.

Datorită cercetărilor, specialiștii au ajuns la concluzia că de fapt omul este o ființă emoțională, și dacă aceste emoții sunt educate, beneficiile obținute în urma acestui proces sunt enorme.

Inteligența emoțională redefinește imaginea despre lume și om. Astăzi se știe că emoțiile sunt cele mai importante resurse ale omului. Inteligența generală crește dacă se dezvoltă inteligența emoțională.

Cercetările au arătat că succesul la locul de muncă sau în viață depinde 80% de inteligența emoțională și doar 20% de intelect. Dacă intelectul ne ajută să rezolvăm probleme, să facem calcule mintale sau să procesăm informații, inteligența emoțională ne permite să fim creativi și să ne folosim emoțiile pentru a ne rezolva problemele. Inteligența emoțională este "abilitatea de a percepe și exprima, de a asimila emoții în gândire, de a înțelege prisma emoțiilor și de a regla emoțiile proprii și ale altora."

Dacă emoțiile sunt conștientizate în totalitate, în ciuda faptului că unele dintre ele spun despre noi lucruri pe care nu am vrea să le auzim, trebuie să învățăm să le gestionăm în mod constructiv în vederea atingerii unui anumit scop.

Inteligența emoțională desemnează capacitatea de a recunoaște emoțiile proprii și ale celorlalți, de a ști ce înseamnă să te simți bine, să fii fericit și vesel, ce înseamnă să fii trist, supărat; în plus presupune cum să treci de la emoții negative la emoții pozitive.

În prezent există un dezacord dacă inteligența emoțională e mai mult un potențial înăscut ori, dacă ea reprezintă un set de abilități, competențe sau îndemânări învățate. Formarea inteligenței emoționale este într-o măsură mare tributară unor obișnuințe/automatisme învățate, având la bază modele emoționale în familie sau în mediul școlar. În opinia lui Goleman orice om 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.

Ne punem întrebarea: Cum putem influența și dezvolta la copii inteligența emoțională?

Deseori observăm cum copiilor le este frică, alteori cum se bucură dacă se simt acceptați sau se supără când se simt respinși etc.

Putem spune, fără să greșim, că emoțiile controlează viața atât a copiilor cât și a adulților de mai târziu. Mai mult chiar: cei care-și pot controla mai bine emoțiile (sentimentele) au o mai bună adaptare la viața de zi cu zi. Un copil care nu-și controlează trăirile corespunzător va dezvolta instabilitate emoțională, ceea ce va conduce la slaba relaționare în colectivitate și, implicit, va pune în pericol reușita școlară. Copilăria este punctul de plecare pentru bazele solide ale dezvoltării emoționale; la orice vârstă acest tip de inteligență poate fi stimulat.

Copiii care nu sunt capabili să reflecteze asupra propriilor sentimente și nu le pot eticheta în mod corect se găsesc în dezavantaj, deopotrivă pe plan social și școlar. Copiii au tendința să privească lumea din perspectiva propriilor lor dorințe și nevoi. Pe măsură ce cresc, ei învață să negocieze mai bine, să facă anumite compromisuri și să fie toleranți.

Conștientizarea emoțiilor personale - recunoașterea unui sentiment atunci când el apare - este piatra de temelie a inteligenței emoționale. Cei care au o certitudine mai mare asupra sentimentelor lor sunt piloți mai buni ai existenței personale, având un simț mai sigur asupra felului în care reacționează în privința deciziilor personale.

Pentru copiii preșcolari este foarte greu să identifice exact ce sentimente îi încearcă într-un moment sau altul. De exemplu, unii copii sunt fie „buni”, fie „răi”. Când îi supără cineva, ei trec de la „bun” la „rău”, fără a fi conștienți de emoțiile intermediare cum sunt neplăcerea, inconfortul, iritarea, jignirea, furia. Ei au nevoie în primul rând de un „vocabular al emoțiilor”, mai elaborat.

Pentru a dezvolta la copii inteligența emoțională am conceput și aplicat o serie de activități care să-i implice pe aceștia în descoperirea propriilor lor sentimente și emoții.

În acest sens am organizat o activitate artistico-plastică “Desenul familiei”. Acest test permite: definirea raporturilor afective dintre membrii familiei; caracterizarea imaginii de sine a copilului și a lumii înconjurătoare. Totodată stârnește emoții legate de relațiile interpersonale și tinde să smulgă sentimente despre sinele ideal. Am stabilit cinci categorii de criterii de analiză:

1) elemente ce țin de forma desenului (structura, numărul de persoane desenate, poziția desenului pe foaia de hârtie, planurile în care sunt reprezentate);

2) raporturile dintre personaje (plasamentul fiecăruia în pagină, în șir de la stânga la dreapta, distanța dintre ele, plasarea eroului în grup, mărimea relativă a fiecăruia, gradul lor de diferențiere);

- 3) particularitățile individuale ale fiecărui personaj;
- 4) situația de viață înfățișată;
- 5) calitatea grafică: amploarea liniilor, forța lor, continuitatea, zone umbrite etc.

Interviul cu subiectul s-a desfășurat după următoarele întrebări:

- Unde se află cei pe care i-ai desenat?
- Ce fac ei acolo?
- Descrie-mi toate persoanele, începând cu prima pe care ai desenat-o. Pentru fiecare din personaje se întreabă rolul lui

în familie, vârsta, ce face fiecare, ce simte, ce gândește fiecare, ce vrea fiecare. Îi întreb care sunt preferințele lor pentru cei pe care i-a desenat.

La final copilul este întrebat dacă este mulțumit sau nu de desenul pe care l-a făcut și dacă ar dori să schimbe ceva sau să-l mai facă încă o dată, așa cum i-ar plăcea lui acum.

O alta activitate artistico-plastică a fost "**Pictura sentimentelor**". Copiii sunt rugați să închidă ochii și să pătrundă în lumea lor interioară. Îi voi antrena pe copii într-o scurtă călătorie imaginară pe fondul sonor al unei melodii din filmul „SUNETUL MUZICII „Ce îți sugerează muzica, ce personaje vă apar în minte și ce culori vedeți?-Acum fiecare copil pictează tot ce și-a imaginat”. Culorile alese, fluiditatea mișcării, tonurile și consistența petelor de vopsea au oferit indicii interesante privind afectivitatea, conștientizarea emoțiilor, echilibrul afectiv, încrederea în sine. Câștigarea unui bun control emoțional conduce la dobândirea unui mai bun sens al identității personale. Efectul constă într-o mai bună socializare și maturizare emoțională.

Ca o variantă am folosit un joc de asociere a cuvintelor, intitulat „**Culorile emoțiilor**”. Eu spuneam o caracteristică fizică, de exemplu „*gras*”, iar un copil trebuia să spună la ce culoare se gândește când aude acest cuvânt. Ca o complicitate a acestui joc, am folosit cuvinte ce exprimă emoții „*fericit, trist, supărat*” și copiii trebuiau să le asocieze cu culori. Astfel, cuvântul „*trist*” a fost asociat cu culorile: mov, maro, negru.

Am organizat cu copiii un joc ce se numește: „**Șarada sentimentelor**”. Cei mai mulți copii au dificultăți în exprimarea sentimentelor, și de aceea ei trebuie educați în acest sens pentru a îmbunătăți inteligența emoțională. În acest joc am folosit imagini care ilustrează diferite expresii ale chipului omenesc : bucurie, tristete, multumire, etc. Am pus imaginile în plicuri și le-am introdus într-un coș din care, pe rând, copiii au extras plicul, au recunoscut și denumit imaginea indicând starea emoțională ilustrată.

Ca o variantă am scris pe bucatele de hartie cuvinte ce exprimă sentimente pe care le-am pus în cutiuțe surpriză. Copiii au avut ca sarcină să extragă o cutiuță dintr-un bol de sticlă, sa

o aducă la educatoare pentru a-i șopti la ureche ce scrie pe bilețel iar copilul trebuia să mimeze sentimentul respectiv. Colegii din grupă trebuie să ghicească despre ce este vorba. În final, fiecare copil a primit o fișă pe care erau desenate 5-6 figuri care reprezentau diferite stări (veselie, bucurie, mirare, tristețe...). Copiii trebuiau să încercuiască chipul care ilustrează o stare de bucurie și să bareze cu o linie chipul care ilustrează tristețe.

Relațiile afectuoase din cadrul familiei îi ajută pe copii să devină mai echilibrați, mai armonioși. Unii dintre vechii înțelepți afirmă că pacea căminului este una dintre cele mai importante valori. Ei spuneau că din acest motiv părinții nu trebuie să le vorbească direct copiilor despre defectele lor și să nu spună întotdeauna exact ce simt în legătură cu ceea ce fac copiii lor. Când părinții creează o atmosferă pozitivă și îi ajută pe copii să-și rezolve problemele în loc să le ofere soluții pe tavă sau să ia deciziile în locul lor, sunt șanse mai mari ca micuții să-și dezvolte simțul responsabilității.

Înainte de a fi un mediu social și cultural, familia este un mediu afectiv. ”Mediul familial îl satisface pe copil în măsura în care răspunde trebuințelor sale elementare, adică în măsura în care este un mediu afectiv și protector, dubla condiție indispensabilă pentru ca ființa tânără să învețe să se construiască pe sine, să se situeze în raport cu ceilalți” Andre Berge.

Familia are un rol important în stimularea inteligenței emoționale a copiilor. Copiii imită stări emoționale întâlnite acasă. Manifestă destindere, bucurie, calm, empatie dacă în familie se promovează aceste stări. În general, sentimentele copiilor sunt ca niște comutatoare cu două poziții (deschis-închis), fără stadii intermediare. Ei sunt fie buni, fie răi, fie fericiți, fie triști, fie veseli, fie îngrijorați. Este necesar să învețe că între cele două extreme există o gamă completă de emoții și să știe să deosebească aceste sentimente. Stăpânirea emoțiilor este cheia împăcării cu viața emoțională. Scopul este echilibrul și nu o îndepărtare a emoțiilor, fiecare sentiment în parte are valoarea și semnificația lui. O viață lipsită de pasiune ar fi o pliciteală pe vastul tărâm al neutralității și o izolare față de bogăția vieții însăși.

Bibliografie :

- Goleman D. Inteligența emoțională , Ed.Reora , București ,2002
- Manolescu M ,Iucu R. Pedagogie , Ed.Fundatia Culturala D. Bolintineanu , București 2002

Rolul inteligenței emoționale în dezvoltarea unor caractere frumoase la preșcolari

Prof. OGREZEANU CRISTINA
GRĂDINIȚA CU P.P. NR.4 MORENI

Părinții descoperă adesea că una dintre cele mai dificile și mai complicate datorii care le revin este aceea de a face față emoțiilor copiilor lor și comportamentului generat de acestea. Motivul este acela că, atunci când emoțiile copilului sunt stârnite, organismul său se află într-o asemenea stare, încât nu ajungi la nici un rezultat încercând să stai de vorbă cu el și să-i aduci argumente.

Emoția a fost definită ca fiind o stare de agitație a întregului organism. Atunci când o persoană trece printr-o emoție, se produc anumite schimbări atât în simțămintele acelei persoane, cât și în comportamentul său exterior, cum ar fi accesele de râs sau de plâns, furia, încruntarea, irascibilitatea. Dar mai mult decât aceste efecte superficiale, emoțiile produc schimbări și la nivelul anumitor funcții ale organismului, precum circulația sângelui, respirația, activitatea glandulară sau procesele senzoriale.

Există multe feluri de emoții. Cele pozitive – afectivitatea, încântarea, buna dispoziție, entuziasmul, speranța sau bucuria – întăresc sănătatea familială și fericirea personală. În schimb, cele care au componente negative – mânia, nemulțumirea, dezgustul față de ceva sau cineva, nefericirea, suferința, dezamăgirea, invidia, frica, gelozia sau rușinea – sunt dăunătoare. Este important să învățăm câte ceva despre aceste emoții și despre efectele pe care ele le au asupra copiilor, astfel încât să putem fi mai eficienți în tratarea lor, când apar. În continuare vom aborda câteva dintre emoțiile cu care ne confruntăm cel mai frecvent.

Supărarea Aceasta este cea mai obișnuită emoție negativă din timpul primei copilării. Copilul trebuie învățat, încă de timpuriu, cum să facă față simțămintelor de nemulțumire și cum să și le stăpânească, deoarece ele îl pot face să-și piardă controlul asupra propriilor acțiuni. În general, atunci când un copil devine nemulțumit, indiferent care ar fi motivul, ne putem aștepta la anumite feluri de exprimare a nemulțumirii și trebuie să fim pregătiți să-l ajutăm să-și trateze mânia într-un mod mai degrabă constructiv, decât distructiv. Simțămintele de mânie ale copilului nu trebuie să fie negate, deoarece pentru el sunt foarte reale. Nu trebuie să-l facem să se simtă vinovat că are aceste simțăminte, ci trebuie să-l învățăm să le trateze într-un mod constructiv. Una dintre căile prin care copilul poate învăța acest lucru este comportamentul nostru.

Agresivitatea este una dintre formele sub care se poate manifesta mânia și reprezintă una dintre cele mai dificile forme de comportament emoțional negative.

Agresivitatea poate apărea, de asemenea, din simțăminte de nesiguranță, care îl pot face pe copil să simtă nevoia de a fi defensiv, ca un mijloc de autoprotejare. „Dacă acționez primul, voi deține controlul asupra situației.” Adesea, copilul devine agresiv fizic atunci când nu este în stare să se facă înțeleș în mijlocul celorlalți.

Este întotdeauna mai bine să-i împiedicăm pe copiii noștri să devină agresivi într-un mod dăunător. Cum?

1. Reducându-le motivele de nemulțumire și evitând situațiile provocatoare, în special atunci când copilul nu are maturitatea necesară ca să-și poată controla simțămintele mai intense. Aceasta presupune o observare atentă și o intervenție promptă.

2. Cunoscând și ținând cont de copiii care au un prag de toleranță la nemulțumiri mai scăzut și care sunt hipersensibili și grabnici să-și exprime mânia.

3. Recunoscând simțămintele copilului (dându-ne seama din timp când este pe cale de a se mânia) și tratând problema supărătoare imediat.

4. Discutând despre simțămintele copilului în mod deschis, îngăduindu-i acestuia să-și exprime mânia verbal.

5. Ajutându-l să-și direcționeze impulsurile agresive în lucrări constructive, în jocuri active sau într-o preocupare simbolică, cum ar fi să deseneze ceva sau să joace un rol imaginar.

6. Ajutându-l să se elibereze de tensiunea acumulată, astfel încât simțămintele să nu fie reprimite doar pentru a izbucni mai târziu, într-un mod mult mai violent.

În special atunci când este vorba de agresivitate, trebuie să-i comunicăm cu fermitate copilului care sunt limitele de comportament pe care i le permitem: „Nu trebuie să-ți faci rău nici ție, nici altora și nici să strici lucrurile din jurul tău”. Trebuie să stabilim aceste limite într-un mod neagresiv.

Accesele de mânie Acestea reprezintă un alt mod prin care copiii mici, preșcolari, își pot exprima mânia în situațiile pe care nu le pot controla. Un acces de mânie poate lua forma unui comportament violent, în care copilul dă din picioare, mușcă și se lovește cu capul de podea, sau poate lua forma acțiunilor distructive, în care încearcă să-i lovească pe ceilalți, să-i ridiculizeze verbal sau să-i critice.

Repetarea acceselor de mânie la copii depinde, în mare măsură, de atitudinea adulților în respectivele situații. Dacă, printr-un acces de mânie are succes, obținând ce vrea, copilul va

învăța foarte repede că un astfel de „spectacol” simplu este eficient și astfel mânia poate deveni un obicei durabil.

Majoritatea acceselor de mânie sunt „derulate” pentru a atrage atenția adulților, astfel încât copilul să-i poată influența să facă așa cum vrea el.

Pentru a-l ajuta să învețe cum să se manifeste, când este supărat, îi putem sugera următoarele posibilități: „Te voi asculta și voi încerca să te ajut, atunci când îmi vorbești frumos. Dacă sunt ocupat și nu-ți acord imediat atenție, trage-mă de haină și spune-mi că ești pe cale să te superi; astfel, eu voi ști că este foarte important să te ascult. Voi încerca să te ajut, ca să nu ajungi să te superi și să mai faci așa, pentru că în nici un caz nu vei obține ce dorești și aceasta te va face nefericit”.

Iată câteva sugestii referitoare la modul cum poți pune capăt acceselor de mânie.

1. Nu recompensa copilul oferindu-i ce dorește. Dacă dorește atenție, lasă-l singur și îndepărtează-te. Dacă vrea o jucărie sau un lucru anume, spune-i: „Nu” și fii ferm!

2. Atunci când copiii își pierd controlul, îi putem lua în brațe, ținându-i ferm, dar cu blândețe. Puterea noastră de stăpânire și calmul cu care privim situația îi pot ajuta pe cei mici să-și recapete ei înșiși calmul.

3. Uneori se dovedește eficient să îi surprindem pe copiii prin comportamentul nostru. Mai mulți părinți au mărturisit că, de multe ori, comportamentul lor neașteptat și oarecum „ciudat” a oprit crizele de mânie ale copiilor.

Să nu uităm, putem ignora un acces de mânie, dar să nu fim indiferenți față de el. După ce totul s-a liniștit și copilul devine din nou calm, discutăm cu el despre comportamentul nepotrivit pe care l-a avut și îl învățăm cum să se poarte pe viitor, fără să-și mai piardă controlul.

Gelozia și rivalitatea Gelozia este o combinație a simțămintelor de mânie și de teamă – mânie, deoarece copilul este frustrat în dorința sa de a fi iubit cel mai mult sau în primul rând, și teamă, datorată posibilității de a pierde dragostea părinților săi, a educatoarei sau a unei alte persoane importante pentru el. Rivalitatea este acel simțământ de mânie care apare atunci când copilul se simte frustrat în dorința, sau în încercarea sa de a face cel mai bine un anumit lucru sau de a câștiga o întrecere. Atât gelozia, cât și rivalitatea, pot fi determinante pentru dezvoltarea sănătoasă a personalității copilului.

Este important să înțelegem și să lucrăm cu emoțiile negative ale unui copil într-un asemenea mod, încât să nu ajungă să se simtă vinovat. Însă adulții trebuie, în același timp, să fie în stare să își dea seama când copilul suferă din cauza unor probleme care sunt mai profunde decât reacțiile emoționale obișnuite în diferite situații. Problemele emoționale

profunde și de durată sunt complexe și necesită, de obicei, nu doar răbdare și înțelegere din partea adultului, dar și terapie și consiliere specializată, din partea unui psiholog sau a unui psihiatru de copii. Adulții ar trebui să ia în seamă chiar și cele mai mici semne de tulburări emoționale ale copiilor lor, deoarece cu cât acestea sunt depistate mai devreme, cu atât pot fi rezolvate mai ușor.

Copiii trebuie să învețe că nu este ceva greșit să treacă și prin emoții negative, dar în tratarea acestor emoții ei trebuie să acționeze într-un mod constructiv. În plus, adulții au responsabilitatea de a le asigura copiilor lor un mediu emoțional „sigur” și un exemplu de viață plină de bucurie și de optimism, pentru că doar prin cultivarea emoțiilor pozitive se dezvoltă caracterele frumoase.

NU CĂLCAȚI PANSELUȚELE

Maestrul Grădinar mi-a spus cândva: „Lasă panseluțele să crească în grădina mea.” Apoi, mi-a înmânat cazmaua și a continuat: „Ai grijă de ele până mă-ntorc! Vin îndat’.”

„Dar, eu nu știu cum să am grijă de ele. Sunt atât de firave, atât de fragile. Și eu n-am mai avut niciodată pansela! Încredințează-mi un trandafir – ghimpii îl vor proteja de nepriceperea și de stângăcia mea. Încredințează-mi o lalea – Stă îngropată în siguranță sub iarbă, până trece iarna cea grea, vremea cea aspră și rece, Ca mai apoi să răsară în înmuguriri de primăvară. Încredințează-mi o iederă, ai cărei cărci se agață și ei de alții, de ce pot, ca să găsească suport. Dar....panseluțe? Ele nu au nici ghimp, nici bulb, nici cărci. Nu-mi da panseluțe! Dă-mi altceva, orice vrei!”

Dar Grădinarul nu mă asculta, deci, mi-am schimbat și eu rugămintea, așa: „Bine. Voi avea grijă de panseluțe de-acum, dar spune-mi tu cum.”

Și el mi-a spus: „Udă-le cu dragoste, Plivește-le cu hotărâre și bine, lasă-le să se încălzească la lumina din sufletul tău.” „Asta-i tot?” „Mai este un singur lucru, dar foarte important: Cât de frumos vor înflori și cât de minunat depinde de tine – de cât de ușor le atingi de cât le îngrijești de bine. Așa că, umblă cu grijă printre micuții mei. Nu uita unde ești! **Nu călca pe panseluțe, să nu le zdorbești.**”

Amintindu-mi cuvintele Maestrului Grădinar, am pornit înainte, pentru a-mi aduce la îndeplinire partea mea de lucru, murmurând în șoaptă această rugă fierbinte: „O, Doamne, Dă-mi cuvinte blânde, mâini blânde și picioare blânde, Ca să nu calc peste panseluțele plăpânde.”

Bibliografie:

Kay Kuzma, „Înțelege-ți copilul”, Editura „Viață și sănătate”, București, 2003,

Mihaela Roco, Creativitate și Inteligență Emoțională, Polirom, București, 2004

Dezvoltarea inteligenței emoționale – premisa a creșterii performanței școlare

Prof.înv.primar Popescu Mioara

Scoala Gimnaziala „Buica Ionescu” Glodeni, Dâmbovița

Complexitatea mereu crescândă a societății contemporane face ca inteligența probată în context educațional să fie insuficientă pentru mulți dintre noi pentru rezolvarea problemelor cotidiene. Sunt numeroase cazuri de elevi cu mari performanțe pe durata școlarizării, dar care nu reușesc să-și valorifice potențialul, eșuând în plan profesional.

Din dorința de a depăși acest aparent paradox cercetătorii au introdus o serie de termeni noi: inteligența socială, practică, inteligența emoțională.

Există mai multe definiții pentru “ inteligența emoțională”. Într-o primă accepțiune (Salovey & Mayer, 1990), termenul se referă la abilitățile în baza cărora un individ poate discrimina și monitoriza emoțiile proprii și ale celorlalți, precum și la capacitatea acestuia de a utiliza informațiile deținute pentru a-și ghida propria gândire și acțiune. Două lucruri esențiale sunt subliniate în această definiție: procesele cognitive implicate, precum și procesele prin care sunt monitorizate emoțiile proprii de cele implicate în monitorizarea emoțiilor celorlalți. Această ultimă distincție ne trimite cu gândul la autorul inteligențelor multiple, Howard Gardner, care face distincție între inteligența intrapersonală (etichetarea propriilor emoții) și cea interpersonală (înțelegerea emoțiilor celorlalți).

Daniel Goleman(1995) propune o definiție mai apropiată de preocupările noastre. Conform acestuia, inteligența emoțională desemnează o capacitate de control și autocontrol al stresului și emoțiilor negative.

Realitatea ne demonstrează ca cei care își stăpânesc emoțiile bine și care abordează eficient emoțiile celorlalți sunt în avantaj în orice domeniu al vieții și au șanse mai mari de a fi eficienți și multumiți în viață.

Tema tratată reprezintă influența dezvoltării emoționale asupra performanței școlare. Putem vorbi de educabilitate, dezvoltare, în cadrul inteligenței emoționale atât la copii cât și la adulți. Dezvoltarea acesteia pe perioada școlarității le va acorda elevilor, la maturitate, o șansă mai mare de a se adapta la cerințele mereu crescânde ale societății. Un copil care nu reușește la școală se va considera înfrânt și reacționează ca atare. Prin exerciții și jocuri de dezvoltare a inteligenței emoționale elevii au șansa de a-și îmbunătăți abilitățile de gândire critică și, implicit, de a-și optimiza sentimentul de autoeficacitate, grație căruia însuși traseul lor vocațional și stabilitatea acestuia se va limpezi.

Este necesar să acordăm o mai mare atenție dezvoltării emoționale. Rolul nostru, ca și cadre didactice, este nu doar să oferim cunoștințe tinerilor, ci și să-i învățăm abilitățile de supraviețuire necesare pentru a face față cu succes vieții în lumea contemporană.

O concepție îngustă asupra inteligenței consideră că IQ este un dat genetic care nu se poate schimba prin experiența de viață și destinul nostru este stabilit de aceste aptitudini. Întrebarea este: « Ce anume putem schimba care să dea copiilor posibilitatea să se descurce mai bine în viață? » Ce anume face ca persoane cu IQ ridicat să se descurce mediocru dacă nu chiar să eșueze lamentabil, în timp ce persoane cu IQ moderat să se descurce surprinzător de bine? Răspunsul poate să constea într-un set de abilități numite **intelențe emoționale**.

În cadrul inteligenței emoționale sunt incluse mai multe capacități grupate în cinci domenii:

- 1. Cunoașterea de sine, a propriilor emoții:** introspecția, asocierea și recunoașterea unui sentiment după generarea lui;
- 2. Stăpânirea emoțiilor:** conștientizarea elementelor care stau în spatele sentimentelor, aflarea unor metode de a face față temerilor, anxietății, mâniei și supărărilor;
- 3. Motivarea intrinsecă:** canalizarea și controlul emoțiilor și sentimentelor pentru atingerea unui scop, reprimarea impulsurilor de abandon și amânarea gratificațiilor și recompenselor;
- 4. Empatia:** capacitatea de a manifesta sensibilitate și grijă față de sentimentele altora;
- 5. Stabilirea și dirijarea relațiilor interumane:** se referă la competența și aptitudinile sociale (cunoașterea, analiza și controlul emoțiilor altora);

După Goleman (1995) constructele inteligențelor multiple sunt:

- Conștiința de sine - încrederea în sine;
- Auto-controlul - dorința de adevăr, conștiinciozitatea, adaptabilitate;
- Motivația - dorința de a cuceri, dăruirea, inițiativa, optimismul;
- Empatia - capacitatea de a-i înțelege pe alții, diversitatea și capacitatea politică;

-Aptitudinile sociale - influența, comunicarea, managementul conflictului, conducerea, stabilirea de relații, colaborarea, cooperarea, capacitatea de lucru în echipă;

BIBLIOGRAFIE :

- 1.DANIEL GOLEMAN – «INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ »,EDITURA CURTEA VECHIE, BUCUREȘTI – 2000
- 2.PAUL APOSTICA – « INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ ».
- 3.ANN VERNON-<DEZVOLTAREA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE PRIN EDUCAȚIE RAȚIONAL-EMOTIVĂ ȘI COMPORTAMENTALĂ>, EDITURA ASCR,2004

Stimularea încrederii de sine la copiii preșcolari

Ed. Ezaru Tatiana
Grădinița lui David, București

Dezvoltarea emoțională a copilului are un rol esențial în fiecare aspect al dezvoltării sale generale precum și în integrarea lui socială. Competențele socio-emoționale dobândite de către copii reprezintă abilități de viață foarte importante. Dacă aceste abilități ar lipsi, copiii nu ar putea să se dezvolte armonios și, ca urmare, adaptarea lor atunci când ar fi maturi ar fi dificilă. Comportamentul social și emoțiile preșcolarilor se dezvoltă odata cu fiecare etapă de vârstă și potrivit temperamentului fiecărui copil. Unii preșcolari sunt veseli și se adaptează ușor, în vreme ce alții au tendința de a răspunde negativ în fața unor situații diverse.

Prima întrebare care se pune atunci când se vorbește tot mai mult despre dezvoltarea abilităților socio-emoționale este "De ce este important dezvoltarea abilităților sociale și emoționale?". Răspunsul ar fi acela că aceste abilități au un rol extrem de important în viața noastră și din această cauză părinții și celelalte persoane implicate în educarea copiilor trebuie informați despre modul în care acestea se dobândesc și se pot dezvolta în timp. Cei

mici deprind în contextul relațiilor de zi cu zi abilitățile de a comunica, de a rezolva conflicte, de a se descurca în situații dificile.

Părinții și cadrele didactice sunt într-o mare măsură responsabili de ceea ce devin copiii, deoarece, pe lângă mostenirea genetică și diferitele influențe ale mediului, contează foarte mult familia cu experiențele sale de viață, obiceiurile ei și, nu în ultimul rând, educația pe care o primește fiecare copil. Modelul personal al adulților reprezintă un important factor în învățarea abilităților socio-emoționale. Copilul observă comportamentul adulților și îl imită. Ceea ce înseamnă ca modul în care adulții reacționează la propriile emoții și modul în care reușesc în final să le gestioneze, felul în care rezolvă conflictele apărute în viața lor oferă celor mici contexte prielnice de învățare prin observare și imitare. Comportamentele noastre, ale adulților, se vor reflecta mai devreme sau mai târziu, în comportamentele sociale ale copiilor.

Abilitățile sociale se învață treptat, copilul trecând de la o stare de dependență și egocentrism la creativitate, independență și sensibilitate. La începutul perioadei preșcolare copilul este nesigur din punct de vedere afectiv și abia după vârsta de 4 ani emoțiile devin mai profunde și interne, iar copilul reușește să-și stăpânească emoțiile sau să le evoce. Sentimentele estetice, intelectuale și morale, precum și descoperirea aspectelor frumoase ale lucrurilor, sunt caracteristice pentru vârsta preșcolară. Acum, copiii își extind relațiile sociale în afara familiei și dezvoltă aptitudini de joc interactiv și în cooperare cu ceilalți. Copilul preșcolar învață să facă deosebirea dintre "bine" și "rău", începând să înțeleagă regulile, iar atunci când greșește, apare sentimentul de vinovăție. Un mediu pozitiv este esențial pentru ca preșcolarul să aibă încredere și să se simtă în siguranță. În această privință părinții trebuie să îi ofere copilului afecțiune, stabilitate, siguranță și oportunitatea de a socializa. Preșcolarul achiziționează aptitudini sociale interacționând cu ceilalți copii.

Competența emoțională pe care o dobândesc copiii desemnează abilitatea acestora de a-și gestiona propriile emoții, precum și de a recunoaște și de a se adapta la emoțiile celorlalți. Pentru a favoriza o bună adaptare socială și menținerea unei bune sănătăți mentale, copiii trebuie să învețe să recunoască ce simt pentru a putea vorbi despre emoția pe care o au (acest lucru fiind posibil în măsura în care copilul a început să aibă un anumit grad de conștientizare), trebuie să învețe cum să facă o disociere între sentimentele interne și exprimarea externă și, nu în ultimul rând, să învețe să identifice emoția unei persoane din expresia ei exterioară pentru a putea în felul acesta să răspundă corespunzător.

Dezvoltarea emoțională în ansamblul ei trebuie raportată în perioada preșcolară la procesul identificării. În jurul vârstei de 3 ani, identificarea se manifestă prin creșterea stărilor

afective difuze în care copilul plânge cu lacrimi și râde cu hohote, în exploziile lui de afecțiune, de abandon sau de mânie, după care se simte vinovat. În toate aceste împrejurări exprimarea spontană este treptat influențată de conduitele admise și respinse din viața de toate zilele. Între 4 și 5 ani, identificarea este mai avansată.

Perioada preșcolară se caracterizează prin dezvoltarea vieții interioare în care are loc evenimentul complex ca rezonanță a evenimentelor reale. La vârsta de 6 ani termenii utilizați pentru descrierea emoțiilor cresc în diversitate și cantitate. Copiii devin capabili să poarte discuții cu alții despre emoțiile lor interne sau pot să asculte ce spun alții despre emoțiile lor. Frecvența cu care copii au fost implicați în limbajul emoțional are influență pe termen lung, favorizând dezvoltarea unor abilități mai bune legate de înțelegerea emoțiilor. Atragerea atenției copiilor la aspectele particulare ale comportamentului uman face posibilă dezvoltarea unei sensibilități față de diversele expresii emoționale, cunoștințele despre cauzele și consecințele comportamentului emoțional fiind mult mai bogate.

O importanță majoră în dezvoltarea socio-emoțională a copiilor o reprezintă educarea încrederii de sine, prin care copilul poate pur și simplu să fie învățat "să zboare", adică să aibă curajul să exploreze pentru a cunoaște lucruri noi, curajul să învețe din greșeli, curajul de a se ridica deasupra acestora pentru a progresa. Dar pentru a zbura trebuie să prindă "aripi", să capete încredere în ei.

În continuare vom prezenta câteva **metode** pe care le-am folosit cu preșcolarii **pentru a putea stimula încrederea de sine.**

Am pornit în primul rând în încredințarea unor sarcini accesibile copiilor, vârstei lor. Dacă la grupa mică preșcolarii au fost rugați să așeze în ordine jucăriile, la grupa mare au primit sarcina de a face mici reparații la jucăriile care se stricaseră. Am urmărit ca sarcina încredințată să nu fie nici prea simplă nici prea dificilă pentru a evita inhibarea copiilor. Astfel de sarcini potrivite vârstei lor le dau sentimentul că sunt capabili, îi determină să își pună în funcțiune talentul, creativitatea și cunoștințele avute pentru a duce la bun sfârșit sarcina, le dezvoltă curiozitatea, învață să realizeze lucruri noi, care ulterior vor duce la dorința lor de perfecționare continuă.

Pentru a-i face pe copii să aibă încredere în ei, după încredințarea sarcinii, le-am acordat dinainte încrederea noastră. Le-am spus de la începutul realizării sarcinii că avem încredere că vor reuși să o realizeze. Uneori le-am cerut chiar ajutorul în realizarea unor lucruri care erau o provocare pentru ei. Le-am dat mereu responsabilități prin care puteau ei înșiși să își ajute colegii. Astfel am dorit să devină mai încrezători în forțele proprii și altruști.

Am solicitat copiii în luarea unor decizii, am încercat să nu hotărâm mereu în locul lor, considerând că numai noi știm cel mai bine ce au de făcut. Acest lucru va face ca, în timp, preșcolarii să învețe că dacă nu se gândesc suficient de bine la avantajele și dezavantajele deciziilor lor, vor suporta consecințele și astfel în viitor se vor gândi mai bine, și, ca urmare, vor deveni mai responsabili iar la maturitate mai înțelepți.

Pornind de la principiul că preșcolarii trebuie lăsați să experimenteze singuri viața, desigur într-un mediu controlat, astfel încât să poată învăța din propriile greșeli, am încurajat copiii chiar și atunci când au făcut aceste greșeli. Nu i-am criticat ci le-am explicat ceea ce au grșit. Este important pentru copii să știe că a greși este ceva normal, nu este o catastrofă, că toată lumea greșește. Este necesar să experimenteze și eșecul pentru a învăța cum să îl depășească. Nu am lăsat însă ca numărul eșecurilor succesive să fie foarte mare, pentru a nu-i demoraliza. I-am încurajat să se mobilizeze, să mai încerce încă o dată pentru a obține ceea ce vor, anihilând astfel sentimentul de nesiguranță.

Ca să se dezvolte, copiii au nevoie de independență în acțiune, fără a avea teama că vor fi muștrați pentru fiecare mișcare greșită. De aceea am ghidat din umbră comportamentul micuților și cu foarte mare atenție. Când le-am spus ce comportament așteptam de la ei nu le-am dat ordine, ci le-am transmis acest lucru pe un ton plăcut dar ferm, stabilind niște limite rezonabile. Am considerat că este mult mai bine să îi supraveghem, dar nu în mod excesiv, ca să nu se simtă inhibați. Le-am oferit sentimentul de libertate dar și de siguranță prin faptul că au știut ceea ce se aștepta de la ei și care este limita până unde pot merge. Astfel, dacă ei știu că există niște limite pe care este bine să le respecte, își vor controla permanent comportamentul și în acest mod vor învăța ce este stăpânirea de sine. Un aspect important este acela că la respectarea acestor limite i-am antrenat și pe părinți pentru a fi în acord total cu noi, pentru a nu dezorienta copiii, a nu crea confuzie.

Ceea ce am evitat în permanență a fost criticarea copiilor. Dacă îi vom critica riscăm să le distrugem simțământul valorii personale. Copiii nu trebuie să simtă niciodată că ei sunt cei criticați ci comportamentul lor. Modul de a se comporta trebuie deci criticat și nu persoana. Astfel șansele de a-și schimba comportamentul nedorit sunt mult mai mari atunci când nu se simt jigniti, raniti de cuvintele și acțiunile noastre. Desigur că trebuie să înțeleagă că există repercursiuni pentru faptele lor, dar oferindu-le înțelegere și dragoste și în aceste situații, le vom da încredere, și astfel vor alege chiar ei să-și schimbe comportamentul nedorit. Nu trebuie să le sădim sentimentul vinovăției când fac greșeli, ci să-și accepte consecințele faptelor, pentru că numai astfel vor învăța din ele.

Toți oamenii, indiferent de vârstă au nevoie de recunoaștere și încurajare. Cu atât mai mult copiii, a căror personalitate este în formare, au nevoie de aprecierea noastră pentru a le crește stima de sine. De aceea i-m încurajat și am lăudat în permanență. Recompensarea lor prin laudă are valoare de încurajare. Lauda trebuie să exprime aprecierea eforturilor depuse, ca urmare trebuie apreciat orice progres realizat, chiar dacă nu s-a ajuns la o realizare finală. Dacă le acordam recunoașterea noastră, ei vor învăța să-și fixeze scopuri. Dacă le vom arăta că avem încredere în ei, ei înșiși vor ajunge să aibă încredere în propriile forțe și vor duce cu succes la îndeplinire scopurile propuse.

Am fost foarte atente cu propriul nostru comportament. Oferind copiilor ca și exemplu modul nostru de a acționa, le oferim cea mai sigură cale de a-i învăța ce și cum să facă. De aceea ne-am propus, ca împreună cu părinții, să fim consecvente în ceea ce facem, să nu șovăim, să ducem la bun sfârșit deciziile pe care le-am luat.

Pe lângă aceste aspecte, cel mai important a fost acela că am făcut în așa fel încât copiii noștri să simtă că sunt iubiți necondiționat de către toți cei care îi înconjoară, așa cum ne iubesc și ei pe noi. De multe ori cei de la care avem multe de învățat sunt chiar copiii. Așa cum noi căutăm să îi ghidăm pe ei, tot așa ne pot ghida ei pe noi. Căutând să înțelegem ce mesaje directe și indirecte ne transmit, ne vom putea comporta după nevoile lor și astfel vom putea evolua împreună.

BIBLIOGRAFIE:

- Vernon A., (2004), Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional/emotivă și comportamentală, Editura ASCR
- Schaffer, H. R. (2005). Introducere în psihologia copilului, Ed. ASCR, Cluj-Napoca.

Devoltarea socio – emoțională a copiilor preșcolari

Prof. Muresan Gabriela –Delia

Prof. Lădar Rodica- Lucretia

Grădinița cu P.P. „PITICOT” Dej, Jud.Cluj

În perioada 3-6/7 ani au loc schimbări majore în comportamentul social și emoțional al fiecărui copil.

La vârsta preșcolară principala sursă de învățare despre relațiile cu ceilalți este jocul. Implicarea copiilor în joc facilitează dezvoltarea capacității de a iniția interacțiuni. Copiii devin mult mai încrezători în forțele proprii și trec la explorarea unui “câmp” mult mai larg – inclusiv de relații sociale. Aceste interacțiuni pozitive cu ceilalți colegi duc la formarea relațiilor de prietenie, la dezvoltarea abilităților de cooperare.

Prietenii sunt resurse emoționale pentru petrecerea într-un mod plăcut a timpului liber și constituie o sursă importantă de învățare socială. Cercetătorii arată că perioada de timp în care o persoană râde, zâmbește, vorbește cu cei din jur este mult mai mare între prieteni decât între persoane care se cunosc mai puțin. De asemenea, prietenii reprezintă o resursă tampon față de efectele negative ale unor evenimente precum conflicte în familie, divorț, probleme școlare. În aceste situații copiii se distanțează puțin de familie și apelează la prieteni pentru a obține suportul emoțional necesar.

Astfel, ei sunt o resursă de învățare în situații pe care un copil nu știe cum să le rezolve. Copiii pot imita comportamentul prietenului atunci când el nu știe ce să facă sau pot cere în mod direct ajutorul (ex. Cum să construiesc castelul?).

Un alt aspect important al dezvoltării sociale îl reprezintă interacțiunea copilului cu grupul din care face parte. În primul rând pentru funcționarea eficientă a grupului trebuie stabilite unele reguli, pe care copiii împreună cu educatoarea să le formuleze și să le repete de câte ori este nevoie. Cooperarea cu membrii grupului se exersează în aproape toate activitățile din grădiniță. Începând de la împartirea jucăriilor, împartășirea experiențelor, lucrul în perechi sau în echipă, adresarea politicoasă și recunoașterea calitatilor și reușitelor celorlalți.

Studiile arată că schimbul de informații și deprinderi se face mult mai eficient între prieteni decât între copii care nu se cunosc deoarece au mult mai multă încredere unul în celălalt și se simt mai puțin vulnerabili atunci când își exprimă dificultățile într-un domeniu.

Inteligența emoțională din viața adultă își are originea în dezvoltarea socio – emoțională din perioada preșcolară, aceasta fiind o perioadă de achiziții fundamentale în plan emoțional, social și cognitiv. Copiii învață despre emoții și modul în care acestea pot fi gestionate corect în contextul interacțiunilor sociale. Experiențele lor în relațiile cu ceilalți îi ajută să învețe despre regulile de exprimare a emoțiilor, despre recunoașterea lor, despre reglarea emoțională.

Importanța crescândă a prietenilor nu reduce importanța familiei. Factorii familiari care influențează profund dezvoltarea sunt cantitatea de dragoste pe care o oferă părinții, cantitatea de autonomie pe care i-o permit copilului, gradul de receptivitate la părerea acestuia, anxietatea cu care se implică în viața copilului și măsura în care se bazează pe tehnici autoritare de disciplină. Același rol îl are și cadrul didactic care contribuie la fel de mult la formarea stimei de sine și a succesului școlar.

Părinții și educatorii, prin activitățile pe care le desfășoară, pot sprijini și oferi copiilor oportunități care să ajute dezvoltarea abilităților socio-emoționale în mod adecvat, fără ca ea să fie limitată de stereotipurile de gen.

Prin activitatea din grădiniță copiii învață nu numai despre regulile sociale și modul de interacțiune cu ceilalți, ci și despre manifestarea adecvată a emoțiilor. Își dezvoltă competențe emoționale referitoare la trăirea, exprimarea, înțelegerea și recunoașterea emoțiilor, și ceea ce este foarte important, faptul că dobândesc unele strategii de reglare emoțională adecvate vârstei, necesare pentru gestionarea corectă a emoțiilor negative, în consecință, o adaptare mai bună la cerințe. Copiii învață despre emoții și modul în care pot fi gestionate corect în contextul interacțiunilor sociale, prin practicile de socializare utilizate de către educatoare și părinți. Așadar, competențele emoționale și cele sociale se influențează reciproc.

În cadrul grădiniței, copiii pot să învețe în mod sistematic despre emoții și comportamente sociale adecvate prin inițierea unor jocuri specifice ce vizează dezvoltarea socioemoțională a preșcolarilor, ca de exemplu: "Harta emoțiilor; Cum mă simt azi?; Cutiuța fermecată cu emoții; Cum te-ai simți dacă ..?; Să ne gândim la emoțiile celorlalți; Oglinda fermecată; Ce-ar fi dacă?; Să ne gândim la emoțiile celorlalți; Orice problemă are mai multe soluții; Pălăria magică pentru soluții; Prieteni adevărați; Cursa cu obstacole; etc."

Dacă dorim să îmbunătățim abilitățile emoționale ale copiilor este important ca mai întâi să vedem care sunt punctele lor tari și ce comportamente pot fi dezvoltate. În acest sens, putem căuta răspunsuri pentru următoarele întrebări: Cum se comporta copilul? Se separă de părinți fără dificultate? Se agață în mod excesiv de adulți? Manifestă entuziasm atunci când

face lucruri plăcute pentru el? Mănâncă, doarme, merge la toaletă fără probleme atunci când e departe de casă? Se adaptează ușor la modificările bruște din mediu? Își exprimă furia mai degrabă în cuvinte decât în acțiuni? Nu se retrage excesiv din colectivitate? Manifestă interes pentru activitățile de la grădiniță? Zâmbește și pare fericit majoritatea timpului?

Dezvoltarea emoțională optimă reprezintă una dintre componentele esențiale ale adaptării. Ea este necesară pentru menținerea stării de sănătate mintală și așa cum vom arăta, influențează dezvoltarea și menținerea relațiilor sociale.

Exprimarea adecvată a emoțiilor este foarte importantă în cadrul interacțiunilor sociale, deoarece contribuie la menținerea lor.

Exprimarea neadecvată de către copii a emoțiilor negative (ex. furie, frică, tristețe), prin agresivitate fizică sau verbală, determină apariția unui comportament de izolare a acestora. Dacă acei copii care manifestă frecvent emoții pozitive au mai mulți prieteni și sunt mai îndrăgiți de ceilalți, copiii care se comportă agresiv au dificultăți în a recunoaște și a înțelege emoțiile exprimate de ceilalți într-o situație specifică.

Adulții (părinții, educatorii) sunt cei care contribuie la dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor prin trei modalități:

Reacțiile adulților la emoțiile exprimate de copii - modul în care adulții reacționează la exprimarea emoțională a copiilor determină exprimarea sau inhibarea emoțiilor viitoare ale acestora.

Exprimarea propriilor emoții de către adulți-expresivitatea emoțională a adulților devine un model pentru copii, în ceea ce privește exprimarea emoțională.

Discuțiile despre emoții, experimentarea unor situații emoționale diferite și discuțiile cu părinții, ajută copiii în înțelegerea situațiilor emoționale și în reacționarea adecvată în astfel de situații. Modul în care adulții discută problemele legate de emoții poate transmite sprijinul și acceptarea lor și poate contribui la conștientizarea de către copil a diferitelor stări emoționale pe care le experimentează.

În consecință, competențele emoționale se dezvoltă în mare măsură prin practicile de socializare utilizate de către părinți și educatoare (discuții despre emoții, atitudinea față de conflicte, exprimarea / inhibarea manifestărilor emoționale etc.) Mai mult, competențele emoționale influențează dezvoltarea competențelor sociale, deoarece în lipsa acestora nu s-ar putea vorbi de inițierea și menținerea relațiilor cu ceilalți. De exemplu, empatia reprezintă substratul dezvoltării abilităților de cooperare, de oferire de ajutor sau de împărțire a jucăriilor, comportamente necesare pentru integrarea în grup.

BIBLIOGRAFIE

- Ștefan A. Catrinel & Kallay Eva - *“Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari”*, editura ASCR, Cluj Napoca, 2007
- Vernon, A. - *“Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional - emotivă și comportamentală”*, editura ASCR, Cluj Napoca, 2006
- Waters, V. - *” Povești raționale pentru copii”*, Editura ASCR, Cluj Napoca, 2003

Inteligența emoțională

Prof. Haiduc Laura
Școala Gimnazială Nr. 7 Petroșani

Studiile arată că inteligența emoțională este cel mai bun predictor pentru achizițiile viitoare ale copiilor, pentru succes, față de inteligența tradițională, cognitivă și abilitățile tehnice. Dinamica schimbărilor sociale contemporane solicită o bună capacitate de adaptare a individului la mediu care se poate realiza numai dacă înțelegem rolul extraordinar pe care îl are folosirea inteligentă a emoțiilor.

Teoriile moderne despre inteligență s-au dezvoltat prin observarea faptului că persoana, de-a lungul vieții, este într-o permanentă dezvoltare. Pentru a avea succes trebuie să îndeplinească anumite condiții. Aceste condiții de obținere a succesului în viață depind de abilități care se formează pe tot parcursul educației formale sau cel puțin ar trebui să fie urmărite ca obiective, dincolo de discipline. Din lucrările oamenilor de știință despre inteligență se observă interesul special acordat inteligenței emoționale și sociale care se referă la abilitatea de a te înțelege pe tine și de a-i înțelege pe ceilalți.

O concepție îngustă asupra inteligenței consideră că IQ este un dat genetic care nu se poate schimba prin experiența de viață și destinul nostru este stabilit de aceste aptitudini. Întrebarea este : « Ce anume putem schimba care să dea copiilor posibilitatea să se descurce mai bine în viață.”Ce anume face ca persoane cu IQ ridicat să se descurce mediocru dacă nu chiar să eșueze lamentabil în timp ce persoane cu IQ moderat să se descurce surprinzător de bine. Răspunsul poate să conștientizeze într-un set de abilități numite inteligențe emoționale care

includ autocontrol, zel, tenacitate, capacitate de motivare, autoconstrângere, empatie etc. Este deosebit de important să cunoaștem și să înțelegem emoțiile, să construim « emoții inteligente », să aducem inteligență emoțiilor.

Ca să înțelegem de ce în unele momente emoțiile, sentimentele copleșesc rațiunea ar trebui să știm :

- cum am căpătat obiceiurile emoționale care subminează intențiile noastre cele mai bune ;
- cum putem să ne controlăm impulsurile emoționale, cum putem « citi » emoțiile la alții ;
- cum să creștem șansele de succes prin inteligențele emoționale ;
- cum ne formează « lecțiile emoționale » primite în școală pentru a fi cât mai apti să ne gestionăm emoțiile în viață ; acest lucru înseamnă că perioadele de copilărie și adolescență sunt critice în formarea obiceiurilor emoționale care ne vor governa toată viața. Deficiențe în inteligențele emoționale pot genera un întreg spectru de risc de la depresii la violență etc.

John D. Mayer și Peter Salovey (1990,1993) definesc astfel inteligența emoțională:

- a) abilitatea de a percepe cât mai corect emoțiile și de a le exprima ;
- b) abilitatea de a acorda sau genera sentimente, atunci când ele facilitează gândirea ;
- c) abilitatea de a cunoaște și înțelege emoțiile și de a le regulariza pentru a promova dezvoltarea emoțională și intelectuală ;

În cadrul inteligenței emoționale sunt incluse mai multe capacități grupate în cinci domenii:

Cunoașterea de sine a propriilor emoții: introspecția , asocierea și recunoașterea unui sentiment după generarea lui;

Stăpânirea emoțiilor : conștientizarea elementelor care stau în spatele sentimentelor, aflarea unor metode de a face față temerilor ,anxietății, mâniei și supărărilor ;

Motivarea intrinsecă : canalizarea și controlul emoțiilor și sentimentelor pentru atingerea unui scop , reprimarea impulsurilor de abandon și amânarea gratificațiilor și recompenselor ;

Empatia : capacitatea de a manifesta sensibilitate și grijă față de sentimentele altora ;

Stabilirea și dirijarea relațiilor interumane : se referă la competența și aptitudinile sociale (cunoașterea, analiza și controlul emoțiilor altora);

După.Goleman (1995) constructele inteligențelor multiple sunt:

- Conștiința de sine - încrederea în sine ;

- Auto-controlul - dorința de adevăr , conștiinciozitatea, adaptabilitate ;
- Motivația - dorința de a cuceri , dăruirea , inițiativa , optimismul;
- Empatia - capacitatea de a-i înțelege pe alții, diversitatea și capacitatea politică;
- Aptitudinile sociale - influența, comunicarea, managementul conflictului, conducerea, stabilirea de relații , colaborarea, cooperarea, capacitatea de lucru în echipă;

Un număr din ce în ce mai mare de psihologi - între care E.L.Thorndike, H.Gardner, P.Solovey, au ajuns la concluzia că IQ, care se referea la o bandă îngustă de abilități lingvistice și matematice, nu asigură în mod direct nici măcar succesul în clasă și cu atât mai puțin în viață. A fost abordată o viziune mai largă a inteligenței în care încercarea de a reinventa, redefini conceptul prin prisma acelor abilități necesare care să faciliteze succesul în viață. Astfel, inteligența emoțională cuprinde abilități ce pot fi grupate în cinci domenii principale :

1. **Cunoașterea emoțiilor** - recunoașterea unei emoții când se produce – este un element crucial al inteligenței emoționale. Incapacitatea de a recunoaște propriile noastre sentimente ne aruncă pradă lor. Persoanele mai sigure pe propriile sentimente își pot conduce viața mai bine pentru că știu mai bine ce simt despre anumite decizii.
2. **Gestionarea emoțiilor** - astfel încât să fie cele mai adecvate (unei situații, persoane) ;această abilitate se bazează pe autocunoaștere și se referă la capacitatea de a se calma, de revenire la starea de echilibru. Persoanele lipsite de această abilitate se luptă permanent cu sentimente de anxietate, depresie și sunt incapabili să se redreseze rapid după un eșec.
3. **Automotivarea** - este deosebit de important să pui emoțiile în slujba unui țel. Autocontrolul emoțional – amânarea recompensei, înăbușirea impulsurilor, capacitatea de a te pune « în priză »- duce la realizări remarcabile în orice domeniu.
4. **Identificarea emoțiilor la alții** - empatia este o altă abilitate care se bazează pe autocunoaștere și este fundamentală pentru abilități de relaționare. Persoanele racordate la semnalele sociale subtile care indică de ce anume au nevoie sau vor alții sunt buni în profesii care se bazează pe relații cu oamenii(profesor, administrație etc.)
5. **Stabilirea relațiilor** - o corectă recunoaștere a emoțiilor la alții facilitează interacția cu alții.

INTELIGENȚA ACADEMICĂ vs INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ

Se cunosc situații când o persoană inteligentă face un act irațional sau doar prostesc. Cum este posibil? Inteligența academică nu are aproape nimic de a face cu existența emoțională. Cei mai deștepți dintre noi cad pradă unor pasiuni dezlănțuite și impulsuri necontrolate, se cunosc exemple de persoane cu un IQ foarte ridicat care nu sunt în stare să își gestioneze viața personală.

Psihologia recunoaște că notele și rezultate la teste au doar o valoare relativă în a prevedea succesul în viața unei persoane. Sunt așa de multe excepții de la regula că un scor mare academic asigură succesul. În cel mai bun caz IQ contribuie cu 20% la factorii care determină succesul în viață, ceea ce lasă 80% în voia altor factori, de la apartenența la o clasă socială la șansă. Între factori există însă o categorie de caracteristici cheie: abilități de inteligență emoțională cum ar fi capacitatea de a te motiva și de a face față frustrărilor, de a-ți controla impulsurile, de a-ți regla stările emoționale, împiedicând o stare de depresie să afecteze rațiunea, empatia, speranța.

Spre deosebire de inteligența academică care a fost studiată de peste o sută de ani pe sute de mii de subiecți, inteligența emoțională este un concept relativ nou. Nimeni încă nu poate spune cât de mult din cursul vieții unei persoane se datorează inteligenței emoționale. Totuși, datele existente sugerează că inteligența emoțională joacă un rol deosebit de important și uneori chiar mai important decât inteligența academică. Și dacă un număr mare de psihologi susțin că IQ nu poate fi modificat prin educație sau experiența de viață, psihologi și educaționaliști deopotrivă susțin că un număr de competențe emoționale cruciale pot fi învățate și dezvoltate în școală.

Un studiu a urmărit evoluția în timpul unei promoții de absolvenți ai Universității Harvard și la 40 de ani nu toți cei care au avut cele mai bune note la facultate aveau cele mai mari succese în viață. Fără îndoială că există o legătură între IQ și nivelul socioeconomic dar ceea ce a condus la o diferență remarcabilă au fost abilitățile învățate în copilărie de a-și controla emoțiile, de a face față frustrărilor, de a stabili relații și de a se înțelege cu alții.

Notele măsoară gradul de înmagazinare a unor cunoștințe dar nu dau nici un fel de indicație despre modul în care elevul de azi va face față vicisitudinilor vieții ca adult.

Problema este că inteligența academică nu oferă practic o pregătire pentru înfruntarea cu viața sau pentru a face față vicisitudinilor ei. Cu toate că inteligența academică nu garantează prosperitatea sa economică, prestigiul, sau fericirea unui individ adult, cultura noastră educațională, școala se concentrează pe abilități academice, ignorând inteligența

emoțională - acel set de trăsături care contează enorm în viața personală și care ne marchează destinul. Viața emoțională este un domeniu care, ca și matematica sau cititul, pot fi abordate cu măiestrie și care se bazează pe un set specific de abilități. Diferența între o persoană care înflorește pe parcursul vieții și una care eșuează, deși sunt de același nivel de inteligență academică este inteligența emoțională - acea meta-abilitate care determină cât de bine sunt folosite toate abilitățile de care dispunem, inclusiv intelectul. Sunt multe dovezi care conduc la ideea că persoanele capabile din punct de vedere emoțional – care își cunosc și gestionează bine emoțiile, care pot citi și face față emoțiilor altora – sunt avantaje în orice domeniu de viață. Încurajând copiii să-și dezvolte o gamă largă de abilități pe care se vor baza apoi în viața adultă, școala ar furniza o educație a competențelor de viață.

CONCLUZII

În fiecare dintre noi se interpenetrează inteligența emoțională cu cea academică în proporții diferite, totuși cea emoțională contribuie cu mai multe trăsături și aspecte la portretul individual al unei persoane.

BIBLIOGRAFIE

1. Dobson , James -„Armonia în familie", Editura „Noua speranță", Timișoara,1994
2. Goleman , Daniel -„Inteligența emoțională", Editura „Curtea veche",București, 2000
3. Roco , Mihaela -„Creativitate și inteligență emoțională", Editura „Polirom", Iași ,2001
4. Segal, Jeanne -„Dezvoltarea inteligenței emoționale", Editura „Teora", București,1999
5. Vărăjmaș , Traian -„Școala și educația pentru toți", Editura „Miniped" , București, 2004
6. Wood, Robert Tolley Harry -"Inteligența emoțională prin teste" , Editura "Meteor press", București, 2003

Importanța educației emoționale la vârsta preșcolară

Prof. Ioniță Tatiana

Scoala Gimnazială nr. 308, nivel preșcolar

Emoția este definită ca o reacție afectivă de intensitate mijlocie și de durată relativ scurtă, însoțită adesea de modificări în activitățile organismului, oglindind atitudinea individului față de realitate.

Emoția poate fi clasificată ca un sistem de apărare, întrucât psihologic, emoția afectează atenția, capacitatea și viteza de reacție a individului, dar și comportamentul general. Fiziologic vorbind, emoțiile controlează răspunsurile la anumite situații, incluzând expresia facială, tonul vocal, dar și sistemul endocrin, pentru a pregăti organismul pentru anumite urmări.

Educația socială constituie un ansamblu de acțiuni/demersuri proiectate și desfășurate pe baza unor principii coroborate cu totalitatea influențelor exercitate de societate, care au ca scop realizarea integrării sociale a copiilor și tinerilor, având ca finalități formarea competențelor de viață.

Educația socio-emoțională cuprinde totalitatea activităților de învățare (conceptul de învățare este înțeles, evident, în sens larg) care conduc la dobândirea experienței individuale de comportare socială și emoțională, la formarea competențelor emoționale și sociale ale individului. Ne referim aici la dobândirea abilităților emoționale (de a înțelege, a exprima și a-și regla emoțiile) și a celor sociale, precum cele de inițierea și menținerea unei relații și integrarea într-un grup (social, profesional, comunitar etc.).

Vârsta preșcolară constituie o perioadă destul de lungă în care se produc însemnate schimbări în viața afectivă a copilului. Emoțiile și sentimentele preșcolarului însoțesc toate manifestările lui, fie că este vorba de jocuri, de cântece, de activități educative, fie de îndeplinirea sarcinilor primite de la adulți. Ele ocupă un loc important în viața copilului și exercită o puternică influență asupra conduitei lui. Emoția este o trăire a unei persoane față de un eveniment important pentru aceasta.

Pentru a favoriza o bună adaptare socială și menținerea unei bune sănătăți mentale, copiii trebuie să învețe să recunoască ce simt pentru a putea vorbi despre emoția pe care o au, trebuie să învețe cum să facă deosebire între sentimentele interne și exprimarea externă și nu

în ultimul rând să învețe să identifice emoția unei persoane din expresia ei exterioară pentru a putea, în felul acesta, să răspundă corespunzător.

Dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor este importantă pentru că ajută la formarea și menținerea relațiilor cu ceilalți, pentru că ajută copiii să se adapteze la grădiniță și la școală, pentru că previne apariția problemelor emoționale și de comportament, în copilăria timpurie și în cea mijlocie.

Surprinzător, abilitățile socio-emoționale sunt un predictor mai bun al reușitei la școală decât abilitățile intelectuale. De exemplu, copiilor le este mai dificil să învețe să citească dacă se confruntă cu probleme care îi distrag de la activitățile clasei – dacă nu știu să ceară ajutor, nu sunt capabili să urmeze instrucțiuni, dacă nu reușesc să se înțeleagă bine cu cei din jur, sau să își exprime adecvat și să își gestioneze emoțiile negative.

Preșcolarii pot înțelege emoțiile exprimate de copiii de aceeași vârstă cu ei în timpul unui contact social, ceea ce îi ajută în rezolvarea conflictelor. Apoi, preșcolarii sunt capabili de implicare empatică în emoțiile celorlalți și își pot reda propriile emoții în diferite situații sociale pentru a minimaliza efectele nesănătoase ale emoțiilor negative și pentru a împărtăși emoțiile pozitive cu ceilalți.

Între 2 și 4 ani, copiii încep să vorbească despre propriile emoții. La această vârstă identifică și diferențiază expresiile faciale ale emoțiilor de bază (furie, tristețe, frică și bucurie). Copiii, la această vârstă manifestă accese violente de furie și teamă de separare. Modul în care educatoarele reacționează la exprimarea emoțională a copiilor lor determină exprimarea sau inhibarea emoțiilor viitoare ale acestora. Expresivitatea emoțională a educatoarelor devine un model pentru copiii preșcolari, în ceea ce privește exprimarea emoțională.

Exemplu: Dacă educatoarea exprimă în mod frecvent emoții negative, copiii vor exprima și ei aceste emoții, datorită expunerii repetate la acestea.

Modul în care adulții discută problemele legate de emoții poate transmite sprijinul și acceptarea lor și poate contribui la conștientizarea de către copil a diferitelor stări emoționale pe care le experimentează.

Exemplu: Cadrele didactice care sunt adeptele ideii că emoțiile, în special cele negative, nu trebuie discutate deschis pot induce copiilor ideea că emoțiile nu trebuie exprimate, ceea ce afectează capacitatea de reglare emoțională a acestora.

În faza în care copiii învață despre emoții și încă nu știu denumirea acestora am folosit reflectarea sentimentelor. În acest sens, decât să întreb copilul cum se simte, răspunsul evident al acestuia fiind "nu știu" am încercat să identific emoția copilului și apoi să o

“traduc” acestuia sub formă de întrebare sau afirmație. Ex: copilul spune: „Nu pot să mă dezbrac”, traducerea: „Cred că ești agitat” sau „Ești supărat?”.

Am observat de-a lungul timpului că preșcolarii sunt mai preciși în denumirea emoțiilor cu ajutorul etichetelor verbale decât cu ajutorul expresiilor faciale, în mod special pentru frică și dezgust. Fără o etichetă verbală a emoțiilor, copiii pot să nu realizeze că acel comportament provoacă o emoție. Uneori însă, cuvintele ce denumesc emoții pun probleme copiilor, deoarece ele se referă în parte la stări emoționale interne, neobservabile. Cadrele didactice trebuie să încurajeze în permanență copiii să utilizeze cuvinte și expresii ce denumesc stări emoționale. Când un copil trăiește o emoție puternică trebuie întrebat cum se simte (Cum te simți când colegul te jighește?, Ești bucuroasă când te joci cu păpușile?). Copiii vor învăța astfel că este normal să experimenteze diverse emoții și să vorbească despre ele. Abilitatea de a înțelege și descrie emoțiile celorlalți este necesară pentru manifestarea empatiei. Când empatia este exprimată la un nivel moderat, ea conduce la simpatie.

Discutând cu copiii despre emoțiile celorlalte persoane în anumite situații sau a personajelor din povești, li se oferă oportunitatea de a conștientiza consecințele comportamentale ale acestora în plan social (Cum că s-a simțit Capra când a aflat că Lupul i-a mâncat iezisorii?; Dar Scufița Roșie când a venit Vânătorul să o salveze?).

Pentru a întări comportamentele respective ale copiilor este important să-i recompensăm verbal când le observăm, astfel copiii vor învăța cărui tip de mesaje emoționale prezente în mediu să fie atenți.

Dacă copiii experimentează emoții negative puternice și nu își pot regla/adapta emoțiile sau modul de exprimare a lor, aceștia se vor comporta într-un mod neadecvat prin exteriorizarea emoțiilor negative. Mai mult, copiii care sunt capricioși sau au înclinații spre emoții negative, precum furia, sunt mai puțin legați de cei cu aceleași trăiri, decât copiii care nu au această caracteristică.

De noi, cadrele didactice, depinde viitorul preșcolarilor. Noi avem puterea, ca prin ei să schimbăm viitorul adult și să-l ajutăm la o evoluție sanatoasă.

Bibliografie:

- Goleman Daniel, Inteligența emoțională, Ed. Curtea Veche, București, 2008.
- <http://www.unicef.ro/publicatii/dezvoltarea-abilitatilor-emotionale-si-sociale/>

Inteligența emoțională în educația copiilor

Bibliotecar prof. Nagy Monica

Școala Gimnazială Nr. 7 Petroșani

Foarte mult timp, inteligența intelectuală sau cognitivă a primat în fața celei emoționale în modul în care copiii, au fost educați. În prezent specialiștii scot de la „naftalină” inteligența emoțională, despre care consideră că joacă un rol mai important în dezvoltarea unor copii deștepți, fericiți și de succes.

Inteligența emoțională este „hrană” cu care trebuie să alimentezi copilului încă din primii ani de viață, pentru a-l ajuta să se cunoască mai bine și să-și înțeleagă emoțiile pentru a le folosi în mod constructiv.

Inteligența emoțională este definită ca abilitatea de a observa, diferenția și înțelege propriile emoții și ale celor din jur și de a folosi informațiile în ghidarea propriilor acțiuni.

Abilitatea se mai definește și prin alte câteva abilități sau caracteristici esențiale pe care trebuie să înveți să ți le însușești pentru a o împărtăși, mai departe, copilului:

- capacitatea de a empatiza cu trăirile altora;
- aptitudinea de a fi sociabil și de a te înțelege cu cei din jur;
- capacitatea de a selecta emoțiile pozitive și de a le folosi în mod constructiv;
- abilitatea de a găsi soluții creative și de a ieși din încurcături;

Folosirea inteligenței emoționale în educația copilului și cultivarea acestei abilități în dezvoltarea lui depinde, în mare măsură, de modul în care vorbești cu ele și în preajma lui. Tot ce trebuie să faci este să-ți alegi cuvintele cu grijă.

Familia este prima școală a emoțiilor. În acest mediu intim, copiii învață să recunoască atât emoțiile proprii, cât și reacțiile celorlalți la emoțiile lor. Tot în familie învață prima dată și cum să își aleagă reacțiile la emoții și stări afective.

În educația inteligenței emoționale se vorbește adesea despre conceptul de amprentă emoțională sau despre procesul de somatizare. Pe lângă conștientizarea sentimentelor și capacitatea de a controla emoțiile puternice copiii trebuie să se afirme printr-o comunicare încrezătoare. În capacitatea copilului de a arăta ce are mai bun, mai valoros în interiorul său.

Inteligența emoțională este singura care poate fi dezvoltată întreaga viață! Iar de aceasta ține succesul în viață. Pentru că de inteligența emoțională va depinde abilitatea copilului de a lega prietenii, de a se adapta situațiilor noi, de a face față presiunii de la școală, din societate, de a nu claca în fața eșecului, de a depăși dezamăgirile, de a se mobiliza singur, de a fi autodidactic, de a-și atinge potențial academic.

Nu putem controla emoțiile la care suntem supuși, dar putem controla modul în care reacționăm la aceste emoții.

Ce poate face educația bazată pe inteligența emoțională pentru căminul dumneavoastră? Este o metodă de a ne regăsi simțul echilibrului atunci când îngrijorarea ne copleșește, copiii încep să se bată, atunci când îngrijorarea ne copleșește, copiii încep să se bată, cooperarea se transformă în conflict, adolescenții se revoltă, iar membrii familiei nu știu ce să facă mai întâi.

A cunoaște sentimentele celuilalt este o parte importantă a sensibilității față de oamenii din jurul meu. Deseori limbajul trupului și tonul vocii ne transmit emoțiile într-un mod mai eficient decât cuvintele.

Copiii trebuie să învețe să recunoască ce simt pentru a putea vorbi despre emoția pe care o au, trebuie să învețe să identifice emoția unei persoane din expresia ei exterioară pentru a putea în felul acesta să răspundă corespunzător. Emoțiile, sentimentele sunt mai mult decât indispensabile în luarea deciziilor raționale, iar accesul la „învățătura de tip emoțional” conduce la alegeri reușite atât în carieră, cât și în viața personală.

Copilăria reprezintă o șansă crucială pentru modelarea predicțiilor emoționale de-o viață. Una din lecțiile emoționale esențiale, învățată în prima copilărie și șlefuită pe parcursul anilor ce urmează, o reprezintă felul în care este calmat copilul atunci când e supărat.

Este limpede că dezvoltarea principalelor talente ale inteligenței emoționale are perioadele ei critice, care se întind pe mai mulți ani în copilărie. Fiecare perioadă reprezintă o oportunitate pentru a ajuta copilul să dobândească obiceiuri emoționale benefice, dacă nu se reușește acest lucru efortul va fi mult mai mare pentru a oferi lecțiile corective ulterioare în viață.

Dacă există sau nu în mod explicit ore dedicate alfabetizării emoționale contează mai puțin decât felul în care sunt predate lecțiile. Poate că în nici un alt caz nu este mai importantă calitatea cadrului didactic, având în vedere că felul în care își desfășoară activitatea este în sine un model, o lecție de facto în domeniul competenței emoționale sau lipsa ei.

Modalități de dezvoltare a inteligenței emoționale:

1. Un aspect al educației bazate pe inteligența emoțională îl reprezintă faptul că este necesar să înțelegem importanța ieșirii din rutina zilnică, realizarea unor activități prin care să ne bucurăm de frumusețea lumii din jur.

2. Încurajați-i să-și exprime sentimentele.

3. Copiilor le plac glumele care stârnesc imaginația și care se folosesc într-un fel nou de lucruri familiare, cum ar fi culori, plante, animale sau părți ale corpului.

4. Puneți suflet în tot ceea ce faceți.

Există metode de a ne apropia de copii, indiferent de momentul în care luăm această decizie. Nu credem în existența lui „prea târziu”. Un înțelept a spus cu mai multe secole în urmă că putem să nu ducem la bun sfârșit un lucru, dar nu avem scuze dacă nu am încercat tot ceea ce ne-a stat în putință. Astfel, le creăm copiilor noștri condițiile de a reuși: nu garanția succesului, ci cele mai bune condiții pe care noi, ca și dascăli, în împrejurările reale ale vieții, le putem oferi.

Un număr tot mai mare de educatori recunoaște faptul că elevii care beneficiază exclusiv de pregătirea școlară pot fi „neechipați” pentru provocările viitoare, atât ca indivizi, cât și ca membri ai societății. Nu este suficient doar ca mintea să fie hrănită.

Din lucrările oamenilor de știință despre inteligență se observă interesul special acordat inteligenței emoționale și sociale care se referă la abilitatea de a te înțelege pe tine și de a-i înțelege pe ceilalți.

Gardner abordează flexibil conceptul de inteligență, vede în ea o promisiune de potențial bio-psihiologic omniprezentă la toate ființele umane care contribuie la acte de creație, iar faptul că domeniul sau câmpul de manifestare determină inteligența care este valorizată, subliniază importanța actului educativ în dezvoltarea uneia sau mai multora dintre inteligențele umane în funcție de oportunitățile și posibilitățile de dezvoltare.

BIBLIOGRAFIE:

1. Elias, M. J., Tobias, S. E., Friedlander, B. S., *Inteligența emoțională în educația copiilor*, Ed. Curtea veche, București, 2002.
2. Roco M., *Creativitatea și inteligența emoțională*, Polirom, Iași, 2001.
3. Gardner Howard, *Inteligențe multiple – noi orizonturi*, Ed. Sigma, București, 2006
4. Goleman Daniel, *Inteligența emoțională*, Ed. Curtea Veche, București, 2008.

Dezvoltarea abilităților emoționale la vârsta preșcolară

Prof. Matei Gheorghîța

Grădinița cu P.P. "Inocența" Găești, Dâmbovița

Până de curând s-a asociat succesul adaptării la cerințele mediului cu nivelul de dezvoltare al abilităților intelectuale separând raționalitatea de emoții. Cu toate că abilitățile sunt foarte importante, emoțiile sunt o sursă de informații esențiale pentru supraviețuire. Inteligența emoțională din viața adultă își are originea în dezvoltarea competențelor socio-emoționale din perioada preșcolară, aceasta fiind o perioadă de achiziții fundamentale în plan emoțional, social și cognitiv. Conștientizarea emoțiilor reprezintă abilitatea de bază pentru achiziționarea celorlalte componente. Copiii învață despre emoții și modul în care acestea pot fi gestionate corect în contextul interacțiunilor sociale. Experiențele lor în relațiile cu ceilalți îi ajută să învețe despre regulile de exprimare a emoțiilor, despre recunoașterea lor, despre reglarea emoțională.

La vârsta preșcolară principala sursă de învățare despre relațiile cu ceilalți este jocul. Implicarea copiilor în joc facilitează dezvoltarea capacității de a iniția interacțiuni. Aceste interacțiuni pozitive cu ceilalți colegi duc la formarea relațiilor de prietenie, la dezvoltarea abilităților de cooperare.

Prietenii sunt resurse emoționale pentru petrecerea într-un mod plăcut a timpului liber. Cercetătorii arată că perioada de timp în care o persoană râde, zâmbește, vorbește cu cei din jur este mult mai mare între prieteni decât între persoane care se cunosc mai puțin.

În aceste momente de relaxare se descarcă în organism anumite substanțe chimice numite "endorfine" care întăresc sistemul imunitar. De asemenea, prietenii reprezintă o resursă tampon față de efectele negative ale unor evenimente precum conflicte în familie, divorț, probleme școlare. În aceste situații copiii se distanțează puțin de familie și apelează la prieteni pentru a obține suportul emoțional necesar.

Astfel, ei sunt o resursă de învățare în situații pe care un copil nu știe cum să le rezolve. Copiii pot imita comportamentul prietenului atunci când el nu știe ce să facă sau pot cere în mod direct ajutorul (ex. Cum să construiesc castelul?).

Studiile arată că schimbul de informații și deprinderi se face mult mai eficient între prieteni decât între copii care nu se cunosc deoarece au mult mai multa încredere unul în celalalt și se simt mai puțin vulnerabili atunci când își exprimă dificultățile într-un domeniu.

Deoarece abilitățile emoționale și sociale au un rol atât de important în viața noastră, părinții și celelalte persoane implicate în educarea copiilor trebuie să fie informați despre problematica diferențelor de gen și despre necesitatea valorificării sau compensării acestor diferențe în perioada preșcolară, perioada care este optima din punctul de vedere al achizițiilor socio-emoționale.

Părinții și educatorii, prin activitățile pe care le desfășoară, pot sprijini și oferi copiilor oportunități care să ajute dezvoltarea abilităților socio-emoționale în mod adecvat, fără ca ea să fie limitată de stereotipurile de gen.

De unde începem atunci când dorim să îmbunătățim abilitățile emoționale ale copiilor? Dacă dorim să îmbunătățim abilitățile emoționale ale copiilor este important ca mai întâi să vedem care sunt punctele lor tari și ce comportamente pot fi dezvoltate. În acest sens, putem căuta răspunsuri pentru următoarele întrebări: Cum se comporta copilul? Se separă de părinți fără dificultate? Se agață în mod excesiv de adulți? Își apară drepturile? Manifestă entuziasm atunci când face lucruri plăcute pentru el?

Îi lasă pe ceilalți să îl liniștească atunci când trece prin momente stresante? Mănâncă, doarme, merge la toaletă fără probleme atunci când e departe de casă? Se adaptează ușor la modificările bruște din mediu?

Își exprimă furia mai degrabă în cuvinte decât în acțiuni? Acceptă redirectionarea adultului atunci când copilul manifestă comportamente agresive? Nu se retrage excesiv din colectivitate?

Manifestă interes pentru activitățile de la grădiniță? Zâmbește și pare fericit majoritatea timpului?

De unde începem atunci când dorim să îmbunătățim abilitățile sociale ale copiilor? Dacă dorim să îmbunătățim abilitățile sociale ale copiilor este important ca mai întâi să vedem care sunt punctele lor tari și ce comportamente pot fi dezvoltate.

DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR EMOȚIONALE

Dezvoltarea emoțională optimă reprezintă una dintre componentele esențiale ale adaptării. Ea este necesară pentru menținerea stării de sănătate mintală și așa cum vom arăta, influențează dezvoltarea și menținerea relațiilor sociale.

IMPORTANȚA EXPRIMĂRII ADECVATE A EMOȚIILOR

Exprimarea adecvată a emoțiilor este foarte importantă în cadrul interacțiunilor sociale, deoarece contribuie la menținerea lor. Exprimarea neadecvată de către copii a emoțiilor negative (ex. furie, frică, tristețe), prin agresivitate fizică sau verbală, determină apariția unui comportament de izolare a acestora. Dacă acei copii care manifestă frecvent emoții pozitive au mai mulți prieteni și sunt mai îndrăgiți de ceilalți, copiii care se comportă agresiv au dificultăți în a recunoaște și a înțelege emoțiile exprimate de ceilalți într-o situație specifică.

CUM ÎȘI DEZVOLTĂ COPIII ABILITĂȚILE EMOȚIONALE ?

Adulții (părinții, educatorii) sunt cei care contribuie la dezvoltarea abilităților emoționale ale copiilor prin trei modalități:

1.Reacțiile adulților la emoțiile exprimate de copii

Modul în care adulții reacționează la exprimarea emoțională a copiilor determină exprimarea sau inhibarea emoțiilor viitoare ale acestora.

2.Exprimarea propriilor emoții de către adulți

Expresivitatea emoțională a adulților devine un model pentru copii, în ceea ce privește exprimarea emoțională.

3.Discuțiile despre emoții

Experimentarea unor situații emoționale diferite și discuțiile cu părinții, ajută copiii în înțelegerea situațiilor emoționale și în reacționarea adecvată în astfel de situații. Modul în care adulții discută problemele legate de emoții poate transmite sprijinul și acceptarea lor și poate contribui la conștientizarea de către copil a diferitelor stări emoționale pe care le experimentează.

*Exemplu 1: copiii crescuți de părinți ce promovează discuții despre experiențele relaționate cu emoții este mai probabil că își vor comunica propriile emoții și vor manifesta o mai bună înțelegere a emoțiilor celorlalți.

*Exemplu 2: copiii crescuți de părinți care sunt adepții ideii că emoțiile, în special cele negative, nu trebuie discutate deschis, pot induce copiilor ideea că emoțiile nu trebuie exprimate, ceea ce afectează capacitatea de reglare emoțională a acestora.

*Exemplu 3 : dacă adultul exprimă în mod frecvent emoții negative, copilul va exprima și el aceste emoții, datorită expunerii repetate la acestea.

Competențele emoționale sunt împărțite în 3 categorii:

1.Trăirea și exprimarea emoțiilor

- conștientizarea trăirilor emoționale proprii
- transmiterea adecvată a mesajelor cu încărcătură emoțională
- manifestarea empatiei

2. Înțelegerea și recunoașterea emoțiilor

- identificarea emoțiilor pe baza indicilor non-verbali
- denumirea emoțiilor (“ sunt bucuros ” , “ sunt trist ”)
- înțelegerea cauzelor și consecințelor emoțiilor

3. Reglarea emoțională

- utilizarea strategiilor de reglare emoțională adecvate vârstei

DE CE DEZVOLTĂM COMPETENȚA EMOȚIONALĂ? Permite copiilor să achiziționeze prerechizitele necesare conștientizării trăirilor emoționale proprii .Ajută copiii să dobândească strategii adecvate de reglare emoțională și ulterior de relaționare optimă cu ceilalți.

Dezvoltarea conceptului de sine

- Copilul ar trebui să fie capabil să demonstreze cunoașterea însușirilor proprii
- Copilul ar trebui să manifeste satisfacție pentru propriile reușite și încredere în sine

Dezvoltarea autocontrolului

- Copilul ar trebui să fie capabil să își controleze propriile emoții.
- Copilul ar trebui să demonstreze responsabilitate personală
- Copilul ar trebui să manifeste independență în acțiunile sale

Dezvoltarea expresivității emoționale

- Copilul ar trebui să fie capabil să recunoască și să își exprime corespunzător emoțiile.

În consecință, competențele emoționale se dezvoltă în mare măsură prin practicile de socializare utilizate de către părinți și educatoare (discuții despre emoții, atitudinea față de conflicte, exprimarea / inhibarea manifestărilor emoționale etc.) Mai mult, competențele emoționale influențează dezvoltarea competențelor sociale, deoarece în lipsa acestora nu s-ar putea vorbi de inițierea și menținerea relațiilor cu ceilalți.

BIBLIOGRAFIE

Ștefan A. Catrinel & Kallay Eva - “Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari”, editura ASCR, Cluj Napoca, 2007

Vernon, A. - “Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional - emotivă și comportamentală”, editura ASCR, Cluj Napoca, 2006

Deficiențe socio-emoționale la preșcolari

Prof. Brezeanu Bianca

Prof. Tudose Margareta

Grădinița cu P.P. Nr.4 Moreni, Dâmbovița

DEZVOLTAREA SOCIOEMOȚIONALĂ – vizează debutul vieții sociale a copilului, capacitatea lui de a stabili și menține interacțiuni cu adulți și copii. Interacțiunile sociale mediază modul în care copiii se privesc pe ei înșiși și lumea din jur. Dezvoltarea emoțională vizează îndeosebi capacitatea copiilor de a-și percepe și exprima emoțiile, de a înțelege și răspunde emoțiilor celorlalți, precum și dezvoltarea conceptului de sine, crucial pentru acest domeniu. În strânsă corelație cu conceptul de sine se dezvoltă imaginea despre sine a copilului, care influențează decisiv procesul de învățare. Cele două subdomenii sunt strâns interdependente.

Socializarea și individualizarea sunt cele două competențe majore prin care se manifestă personalitatea în formare.

Prin intrarea în grădiniță, copilul este mutat pentru o mare parte a timpului, într-un mediu fizic, social și cultural nou și își restructurează o parte a relațiilor cu mediul familial. Se integrează într-un grup mare de egali, este îndrumat și supravegheat de o educatoare care se ocupă de toți ceilalți copii, are un program bogat, dar organizat și dirijat în mare parte. Iese mult de sub influența părinților și își cere multă autonomie. Copiii de 3 ani sunt sensibili la frustrare, la schimbări, își pot pierde ușor echilibrul afectiv. Abia spre 4 ani se constituie simpatii și antipatii mai durabile între copii, când se înțeleg mai bine unii pe alții. Cu vârsta, posibilitățile de cooperare ale copiilor cresc. Din experiențele sociale diferite ale copiilor, pot rezulta diferențe semnificative. Posibilitățile de socializare între egali sunt un atu pentru grădiniță.

Creșterea autonomiei și a socializării copilului se explică prin evoluția gândirii, organizarea afectivității, prin experiența socială și morală. La 2,6-3 ani copilul atinge primul nivel de conștientizare integrate a eului cu cele trei aspecte ale sale: eul fizic, eul psihic și eul social.

În anii următori, cunoașterea de sine și cunoașterea mediului fac acumulări importante, iar copilul se integrează mai conștient și mai mult în viața familiei, a grădiniței, în

grupuri de copii, în schimburi de informații și activități cu diverse persoane cunoscute, în explorarea, folosirea și îngrijirea mediului.

În joc socializarea este mai largă și mai precoce decât în activitatea intelectuală. La 3 ani, copiii se joacă încă, de obicei, unul lângă altul, fără să colaboreze. Interesul pentru persoane, trebuințele de context social, de afiliere la un grup de copii mai mari sunt încă manifeste. Preșcolarii mici nu sunt impermeabili la activitatea din jur. Îmbogățirea cunoașterii și activității lor are mult de profitat din schimbul de informații perceptive și verbale.

Copilul cere și primește mai mult decât poate oferi în cadrul unei activități comune cu adultul care reprezintă autoritatea supremă, dar și o sursă de siguranță și de satisfacții, de cunoștințe. De obicei, el vine în întâmpinarea dorințelor copilului. Apropierea, disponibilitatea și intervenția frecvente ale adultului îi sunt indispensabile.

Copilul de 2-4 ani, îndeosebi cel de 3 ani are afectivitatea puternic polarizată: acceptă total sau respinge total. Este vârsta lui „da” și a lui „nu”. Afirmarea de sine fiind mai ușoară prin respingere, există riscul instalării unui negativism. Între 5 și 7 ani, impulsivitatea se reduce. Copilul dobândește o oarecare toleranță la frustrare, accepta și situațiile în care există unele situații nedorite, neplăcute. Înțelege opoziția celorlalți față de activitățile sale impulsive. Își cere scuze cu regret, nu doar formal. Conștientizează reacțiile tipice ale celorlalți în situațiile curente, începe să le intuiască interesele, valorile.

Anticipându-le reacțiile, își adaptează comportamentul pentru a evita conflictele, pentru a avea succesul pe care și-l dorește. Înțelegând care sunt valorile și regulile pozitive, necesare, instituite se va simți vinovat când încalcă din greșeală, când controlul său este depășit de dorințe sau cu bună știință.

Dacă valorile și regulile i s-ar părea dure, nedrepte cu el, ar deveni ostil, prefăcut sau indiferent, evitant, decepționat.

Spre exemplu dacă părintele care reprezintă autoritatea l-ar minimaliza, i-ar desconsidera exemplele și posibilitățile, copilul ar deveni timid, fricos, închis sau ar reacționa dur, imprezizibil, disperat, răzbunător. Asemenea situații nu sunt compatibile cu o instituție de învățământ. Dacă asemenea comportament este determinat de problemele copilului în familie, educatoarea trebuie să dea mai mare atenție punerii lui în valoare, trebuie să-l ajute să găsească preocupări interesante și pozitive, să-l ajute să capete încredere în ea, să se integreze în activități comune, să aibă satisfacții. Adulții cu care vine în contact copilul trebuie să fie modele de bună educație.

Cauze ale deficiențelor socio-emoționale la preșcolari.

Preșcolarii mici sunt sensibili la frustrare, la schimbări și își pot pierde ușor echilibrul afectiv. Iar de aici și până la apariția stărilor conflictuale nu este decât un pas.

Comportamentul copiilor la supărare este diferit. Majoritatea izbucnirilor de nemulțumire ale copilului se manifestă prin eliberarea energiei acumulate, prin țipete, loviri, mușcăături, apnee (ținerea respirației) sau alte gesturi asemănătoare. La 2-3 ani aceste izbucniri apar pe neașteptate și, de cele mai multe ori, fără niciun semnal de avertizare. Ele se pot întâmpla frecvent, dar durează puțin (cca 5 minute).

Una din situațiile cele mai frecvente în care apar stări tensionale o constituie venirea copiilor în grădiniță; mulți plâng săptămâni în șir, alții tremură sau chiar lovesc atunci când se apropie educatoarea. Este o stare normală, specifică vârstei. Copiii obișnuiți cu alt mediu (cel familial), cu alte persoane se simt dintr-o dată părăsiți, se văd înconjurați doar de persoane străine.

O altă situație provocatoare de tensiuni și chiar conflicte apare în legătură cu împărțirea jucăriilor. Atunci când grupul se joacă, se mărește, când copiii se asociază altfel între ei, se înregistrează o intensificare a izbucnirilor de nemulțumire datorată conflictelor care apar în legătură cu jucăriile sau cu locul de joacă. Uneori între copii au loc atacuri fizice sau verbale, lovindu-se chiar cu jucăria ce a constituit motivul de conflict. Spațiul de joacă restrâns sau un număr limitat de jucării pot genera motive de supărare.

Copiii se supără, se retrag într-un colț al sălii de grupă și din gelozie sau pentru că nu pot accepta ca și alți copii să primească atenție sau mângâiere din partea educatoarei. Ei sunt controlați de egocentrism.

Deoarece la nivelul cortexului inhibiția este slabă, ei nu-și pot amâna așteptările. Unii copii nu-și pot aștepta liniștiți rândul să răspundă la o activitate sau un joc și atunci se ridică, vorbesc, bat din picioare, se supără.

Adesea copiii sunt mai tensionați, mai irascibili, se supără cu ușurință dacă nu se simt bine, dacă au o problemă de sănătate.

Cauzele izbucnirii acestor conflicte sunt dintre cele mai variate. Unele pornesc dinspre copil (**gelozia, egocentrismul, copilul unic în familie, dorința de a-și manifesta superioritatea față de un coleg**), altele sunt generate de părinți, direct sau indirect, de cele mai multe ori fără ca ei să le conștientizeze (**lipsa de responsabilizare a copilului, mituirea sau târguirea, modele din familie, lipsa unui program organizat, încărcătura informațională, accesul fără limită la televizor, calculator, etc.**).

Metode de prevenire și rezolvare.

Un bun management al stărilor tensionale nu urmărește numai diagnosticarea și explicarea acestora, ci tocmai prevenirea apariției lor, prin canalizarea impulsurilor spre acțiuni corecte.

De-a lungul timpului, psihologi de renume (Baron, D. Goleman, H. Levinson) au studiat comportamentul copiilor în anumite situații și au subliniat importanța inteligenței emoționale pentru munca educatoarelor, în ceea ce privește educarea copiilor.

D. Goleman considera că cel mai rău stil de a motiva pe cineva este de a-l critica. Un copil criticat devine mai tensionat și furios. Copiii au nevoie de ajutor pentru a căpăta **încredere și respect de sine** în relațiile cu ceilalți. Preșcolarul începe să se perceapă pe sine, dar să și înțeleagă cum este perceput de alții.

Jerome Kagan a observat că un copil protejat față de anumite situații stresante va fi privat de oportunitatea de a învăța să se descurce singur și nu va scăpa de teamă. Încrederea în sine o poate căpăta tocmai dacă se confruntă cu problemele. Așadar, nu excesiva tutelă și nu intervenția adultului sunt soluțiile.

Educatoarea are o responsabilitate foarte mare. Ea trebuie să fie preocupată să creeze un climat psihoafectiv benefic pentru valorificarea fiecărui copil în parte. După **Goleman**, copiii tratați cu afecțiune și înțelegere sunt la rândul lor afectuoși cu ceilalți și au mai puține trăiri negative. O stare de confort psihic este propice dezvoltării unei personalități armonioase. Copilul de 3-4 ani are afectivitatea puternic polarizată: acceptă totul sau respinge totul. Este vârsta lui „da” sau „nu”. Afirmarea de sine fiind mai ușoară prin respingere, există riscul instalării unui negativism.

Copiii vin în cadrul grupului cu un bagaj limitat și o serie de deprinderi morale mai mult sau mai puțin înțelese, coduri impuse anterior de familie. Sarcina educatoarei este de a încuraja manifestările pozitive și de a le corecta pe cele neadecvate. Copilul trebuie făcut să înțeleagă că în fiecare grup există un set de reguli și un anumit gen de comportamente. Dacă noile reguli sunt introduse treptat și într-o formă atractivă, vor fi acceptate ușor de către copil.

Alte căi prin care putem evita sau înlătura accesele de mânie ale copilului (accese ce pot genera conflicte):

- exemplul personal (să ne comportăm cu calm);
- atmosferă caldă în sala de grupă;
- direcționarea impulsurilor agresive în lucrări constructive, în jocuri active;
- ieșiri în aer liber;

- cosilierea părinților;
- prelungirea perioadei de acomodare;
- participarea unui membru al familiei la jocurile și activitățile desfășurate.

Pe parcursul anilor școlari m-am confruntat, și nu o dată, cu toate aceste situații și stări conflictuale. Am avut și eu, ca și majoritatea colegelor, copii care au plâns la început de grădiniță – chiar și în grupa mare, care s-au certat pe jucării sau alte materiale (pensule cu coada roșie, forfecuțe roz, planșetă mare), copii agresivi, geloși, care nu participau la activitate decât în condițiile impuse de ei (să stea lângă un anumit copil sau lângă mine, să-i dau ceva recompensă – chiar și bani mi-a cerut un copil), copii ce nu se exprimau cuviincios și în jocurile de rol vroiau să se joace „De-a bufetul” sau „De-a pușcăria”.

Aș vrea să vă descriu totuși un caz, singular în toată activitatea, petrecut chiar în acest an școlar. Acest caz are la bază o cauză generată de familie. O fetiță de trei ani, al doilea copil din familie care vine la grădiniță, a plâns două săptămâni cu țipete, tremurături, loviri. Mama fiind la serviciu era adusă de bunică, soră, vecină. Sora ei m-a făcut să-mi pun un mare semn de întrebare când mi-a zis că plânge și noaptea-n somn, pentru că îi este frică de mine și de grădiniță. Am rugat-o pe mamă, telefonic, să se învoiască o zi pentru a sta cu ea la grădiniță. În timpul suspinelor, copilul striga că nu l-a văzut și n-a dat nimeni în capul ei. Când mi-am dat seama la ce se referă, au urmat discuțiile cu mama. Și apoi cu bunicii care-și făcuseră un obicei din a veni mai devreme pentru a mai discuta... Așa am aflat că, pentru a o face să fie cuminte acasă, o amenințau că o să vadă ea la grădiniță....A mai trecut o săptămână până a încetat cu plânsul. Și acum este tăcută, dar, printre momentele când stă pe scăunel și privește furiș la fereastră sau la ușă, există și momente când se joacă în „Căsuța păpușii” și râde. Și ce poate fi mai frumos decât un zâmbet?!

Concluzii.

Pentru a detensiona atmosfera și a corecta unele acte nedorite ale copiilor, am urmărit eliminarea cauzelor, pentru a preveni efectele. Am pornit de la faptul că toți copiii au nevoie de multă atenție și înțelepciune din partea noastră pentru a fi ajutați să păstreze un control al propriilor acțiuni. Le-am oferit oportunitatea de a lucra în grup, de a-și alege partenerii de joc sau de activitate. I-am încurajat să se apropie și să facă cunoștință cu nou-veniții în grup, să formuleze propuneri de joc, de prietenie, să ceară ajutor altor copii atunci când au nevoie. Am selectat din viața cotidiană și din povești, povestiri situații în care cineva are nevoie de ajutor.

Am discutat și am căutat soluții împreună cu copiii, întrebându-i ce ar face ei dacă ar fi în acea situație. I-am încurajat să-și ceară iertare, îndemnându-i să încerce să repare situația, să compenseze pierderile. Le-am oferit soluții. Am avut alături părinții.

Toate aceste măsuri enumerate de mine, plus multe altele, citite, auzite sau create și experimentate de educatoare ne vor ajuta să temperăm furtuna emoțională a copilului.

BIBLIOGRAFIE:

- Coasan, A., Podar, T., Consiliere școlară, Editura Dimitrie Cantemir, Târgu Mureș, 2002.
- Curriculum pentru Învățământul Preșcolar, M E C T, 2008.
- Joița, E., Management educațional, Editura Polirom, București, 2000
- Radu, S., Bănică, M., Coteș, L., „Managementul stărilor tensionale” în Revista Inv. Preșcolar, nr. 2, 2007
- Repere Fundamentale privind Învățarea și Dezvoltarea Timpurie (RFIDT), UNICEF, 2008
- Tomșa, Gh., Oprescu, N., *Bazele teoretice ale psihopedagogiei preșcolare*, Editura V&I Integral, București, 2007.

Inteligența emoțională sau cum să creștem oameni mari fericiți și împliniți

Prof. înv. primar Ionescu Iuliana
Școala Gimnazială Nr. 4 Moreni, Dâmbovița

Inteligența emoțională este considerată de către specialiști chiar mai importantă decât IQ-ul, atunci când ne raportăm la oamenii de succes. Când discutăm despre inteligența emoțională, vorbim de fapt despre gestionarea propriilor emoții și legarea relațiilor interumane. O persoană cu un IQ ridicat va trece fără probleme examenele scrise, un interviu de angajare, o prima întâlnire, însă, dacă aceasta nu are abilități sociale dezvoltate, nu va

putea închea parteneriate atât în plan personal, cât și profesional. Dezvoltarea inteligenței emoționale joacă un rol important pentru formarea unui viitor adult de succes. Cel mai mare impact îl are părintele, prin modelul pe care i-l oferă copilului. La fel de important este și echilibrul între logică și emoții, pe care, din păcate, foarte puțini adulți de astăzi îl ating.

Ce reprezintă inteligența emoțională? Răspunsuri posibile: capacitatea de a recunoaște propriile emoții, precum și emoțiile celorlalți; capacitatea de a-ți gestiona emoțiile, precum și cea de a le exprima într-un mod corespunzător; abilitatea de a răspunde la emoțiile celorlalți.

Pentru a putea vorbi despre emoții ar trebui să știm că există șase emoții de bază: frică, furie, tristețe, dezgust, surpriză și bucurie. Dar oare este vreo legătură între memorie și emoții? Firește că da, căci noi ne amintim acele fapte care au o încărcătură emoțională pentru noi, iar partea creierului care este responsabilă cu memoria de lungă durată se află în sistemul limbic (creierul emoțional) și amintirile noastre sunt în strânsă legătură cu emoțiile pe care le simțim. Dacă vrem să îi ajutăm pe copii să învețe mai ușor trebuie să îmbinăm emoțiile cu procesul învățării și acest lucru se realizează prin integrarea celor cinci simțuri, prin corelarea cu evenimente care au semnificație emoțională pozitivă și făcând apel la pasiunile copiilor. Astfel în timpul actului învățării copiii trebuie să se simtă surprinși, entuziași, înspirați, bucuroși, creativi, curioși. Emoțiile joacă un rol foarte important în viața noastră, ele conducându-ne pe culmile unei vieți fericite sau, dimpotrivă, în prăpastia eșecului. Un copil, la fel ca și un adult, este capabil să simtă toate emoțiile, însă nu știe cum să le gestioneze, să le recunoască la ceilalți și să formuleze un răspuns corespunzător la acestea. Un copil nu are capacitatea până la o anumită vârstă să-și gestioneze propriile emoții. Ne naștem cu picioare, dar acest lucru nu înseamnă că și știm să mergem în primele zile de după naștere. La fel un copil se naște capabil să simtă toate emoțiile, dar gestionarea acestora este un proces ce se învață. Trebuie să ținem seama de faptul că maturizarea fizică nu vine întotdeauna cu o maturizare emoțională, iar emoțiile sunt exprimate la fel, indiferent de cultura din care facem parte, astfel că sunt ușor de recunoscut și înțeles atunci când le vedem la ceilalți.

Copiii dezvoltă reacții de răspuns la propriile emoții observându-i pe adulți și urmărindu-le felul în care aceștia răspund la propriile emoții. Dacă unui copil îi este teamă, iar părinții îi neagă emoția spunându-i: "nu are de ce să îți fie frică", copilul va înțelege că ceva nu e în regulă cu el, va simți în continuare teama, dar va încerca să își ascundă această emoție dezvoltând diverse mecanisme de apărare, mai mult sau mai puțin normale. Se spune că amigdala înregistrează tipare emoționale în relația copil-părinte, pe care copilul le folosește mai târziu în viață.

Felul în care părinții și ceilalți adulți își gestionează emoțiile este bine perceput de copii, ei sunt foarte sensibili la limbajul non-verbal (gesturi, mimică, postură), percep chiar și cele mai fine schimbări de stare sau de atitudine, mai ales când este vorba despre mama sau tata. Copilul scanează permanent și adună informații care îl vor ajuta să-și construiască tipare de gestionare emoțională. Unul dintre tiparele înregistrate este acela al reacțiilor părinților după un eșec profesional: comportamentul acestora, atitudinea, determinarea în a găsi soluții pentru depășirea obstacolului sau, dimpotrivă, învinovățirea altora pentru eșecul personal. Reacțiile părinților rămân codificate în subconștientul copilului și acesta va uza de ele în situații similare.

Copiii mai învață să își gestioneze emoțiile și din modul în care adulții reacționează la emoțiile celorlalți. Dacă părinții țipă și vorbesc nepoliticos cu un angajat al unui supermarket, de exemplu, atunci copilul învață că este în regulă să răspundă astfel la emoțiile celor din jur. O bună inteligență emoțională îl ajută pe copil să formuleze reacții adecvate la emoțiile celorlalți. Acest lucru înseamnă ca un copil să aleagă să nu răspundă la violență, tot cu violență, sau să nu se lase influențat de grupul de prieteni pentru a consuma tutun, alcool, droguri, din teama de a nu fi respins. Copilul cu o inteligență emoțională ridicată are încredere în el însuși și este adaptabil la schimbări, își poate stăpâni anxietatea, relaționează bine cu ceilalți și este mult mai capabil să se automotiveze. Într-un articol din revista Time se înșiră o listă de metode, bazate științific, de a-i învața pe copii fericirea.

Înveselește-te! Exemplul personal este cea mai bună metodă de învățare. În plus, nu este niciun secret că modalitatea părinților de a se comporta are un impact masiv asupra copiilor. Una din cele mai bune metode de a face un copil să se simtă în siguranță este ca el să vadă că părinții se iubesc. Acest lucru îi ajută pe copii să devină oameni destul de încrezători și independenți.

Învață-i pe copii să construiască relații! - nu e inginerie faptul că relațiile sănătoase cu oamenii din viața ta te transformă într-o persoană mai fericită. Cum îi putem învăța pe alții construirea unor relații bune? Cred că acest lucru se poate realiza împărtășind valorile care afectează modul de a ne raporta la ceilalți, bunătatea, generozitatea, empatia, sinceritatea, pe lângă altele.

Așteaptă efort din partea lor, nu perfecțiune! Se știe că nimeni nu e perfect – și dacă aștepti ca tu sau altă persoană să fie perfectă, asta va duce la dezamăgire și anxietate. Prin urmare, așteptând de la copiii tăi să fie perfecți va pune cu siguranță o presiune mare pe ei: este un ideal pe care, în mod real, nu îl pot atinge. Să te aștepti de la ei că își dau toată silința? E cu totul altceva – este în mod sigur realist și e plăcut să știi că cineva are încredere în tine.

Învață-i optimismul! Oamenii fericiți văd partea plină a paharului. Sigur, într-o anumită măsură, optimismul este o trăsătură înăscută. Dar cred că este destul de posibil să înveți să fii optimist. Când cei mici se plâng, oferă-le cealaltă parte a poveștii, chiar dacă sună enervant de pozitiv. (Metodă 100% eficientă când vine vorba de văicăreli: “Am fost supărat că nu aveam de încălțat, dar atunci pe cale am văzut un om fără picioare”). Creierul va fi educat să vadă imaginea în ansamblu și să caute o brumă de speranță.

Învață-i inteligență emoțională! Este vorba de a-i învața pe copii să identifice de ce se simt într-un anumit fel, astfel încât ei să poată face pașii necesari pentru a-și gestiona emoțiile într-un mod sănătos. Cum să-i înveți asta? Să-și pună întrebări. Sunt cumva ei furioși? Triști? Obosiți? Întreabă-i de ce și ajută-i să descopere. Mă folosesc de această procedură de puțin timp, dar m-a ajutat să trec de la frustrare la rezolvare, astfel încât să pot să merg mai departe – înapoi la un loc fericit.

Învață-i autodisciplina! Se știe faptul că nu iese nimic bun atunci când acționăm bazându-ne doar pe sentimentele noastre tot timpul. Cele mai bune lucruri în viață necesită multă muncă și stăpânire de sine. Este ușor să treci aceste lucruri cu vederea într-o cultură a satisfacerii imediate, dar gândește-te – dacă dai la o parte acea satisfacere imediată, rămâi cu un mare gol și cu nimic ce ne poate lua atenția de la el. Autodisciplina e necesară de la lucrurile mărunte (dușul zilnic, așteptarea la masă până termină toți de mâncat) la lucrurile mari (a te ține de un job, a fi fidel în căsnicie.) Să fii împlinit în aceste lucruri te va duce la o viață mai fericită. Mi se pare o caracteristică importantă pentru adulți și copii fericiți.

Mai mult timp pentru joacă! Timpul de joacă – adică alergatul prin casă, zbenguială afară și jucatul cu jucării (nicidecum jocurile pe tablete, telefoane, calculatoare sau iPad-uri) – este momentul când un copil poate învăța să fie creativ, plin de imaginație, și să se bucure pe deplin de moment, lucruri care sunt toate vitale pentru fericire. Este un aspect important legat de creștere și învățare – și în aceste timpuri saturate de tehnologie, e mai esențial ca oricând ca ele să se îndeplinească.

Mâncați cina împreună! Masa în familie te face mai fericit psihic, fizic și sufletește. Beneficiile intelectuale pentru copii cuprind o dezvoltare a vocabularului și a performanței academice. Din punct de vedere fizic, este mai probabil ca cei mici să mănânce mai sănătos cu familia decât singuri și mâncatul în față televizorului este mai rar (de aici și o reducere a problemelor legate de greutate). Și, cea mai bună parte, hrana pentru suflet – cinele regulate în familie sunt asociate cu o sănătate mentală mai ridicată și stări pozitive.

Pentru ca un copil să fie capabil să învețe, el trebuie să fie la nivelul de maturitate emoțională specific vârstei sale. Acest lucru înseamnă că el trebuie să își stăpânească

anxietatea, să își poată gestiona furia, să aibă autocontrol, să dezvolte reziliența la schimbările din viața sa, să fie capabil să se automotiveze și autoevalueze.

Înțelegerea emoțiilor cu filmul *Întors pe Dos* - Cea mai nouă animație Pixar, *Întors pe Dos* (Inside Out), a devenit, în scurt timp, o unealtă foarte bună pentru a-i ajuta atât pe cei mici cât și pe cei mari în înțelegerea emoțiilor.

Filmul *Întors pe Dos* se petrece, în mare parte, în mintea tinerei Riley, o fetiță de 11 ani, aflată în pragul adolescenței. În momentul în care fetița se mută cu părinții săi din Minnesota în San Francisco, toată lumea ei este dată peste cap – i se schimbă căminul, școală, prietenii și pasiunile. Ca urmare, Riley trece printr-un dezechilibru emoțional profund. Cele cinci emoții care stau la baza „centrului de control” (Bucurie, Tristețe, Dezgust, Frică și Furie) se confruntă direct cu aceste schimbări. Iar pentru a o salva pe Riley, Bucurie și Tristețe pleacă într-o aventură fabuloasă, trecând prin toate cotloanele minții, de la vise și imaginație până la subconștient și gândirea abstractă. *Întors pe Dos* nu este despre salvarea lumii, ci despre salvarea propriei persoane prin înțelegerea emoțiilor și tocmai din acest motiv animația are o miză foarte mare. Filmul reprezintă o punte între generații și creează un spațiu sigur, în care părinții și copiii pot comunica deschis.

Pentru dezvoltarea copilului tău, iată câteva sfaturi adunate de la specialiști, despre cum să îți ajuți copilul să fie mai înțelegător:

1. Fii un exemplu bun de urmat – împarte micile bucurii și cu cei din jur în loc să îți cumperi lucruri doar pentru a te simți bine pe moment, organizează un eveniment de care să te bucuri cu prietenii sau familia – cumpără bilete la teatru, fă cîinste la restaurant, donează pentru o acțiune caritabilă etc. Cel mic va fi încurajat să acționeze la fel. Va învăța de la tine că generozitatea îi face fericiți pe cei din jur, iar această fericire îl împlinește pe el.

2. Povești ce inspiră – empatia poate fi clădită și prin lectură. Citește-i copilului tău (sau încurajează-l pe el să citească) povești moralizatoare, cu personaje ce își exprimă sentimentele. Emoțiile și experiențele din cărți îl vor transpune pe copil în mintea personajului. Poveștile îi ajută pe cei mici să vadă lumea prin perspectiva altora.

3. Vorbește despre emoții - Atât sentimentele tale, cât și ale sale sunt universuri de explorat cât mai adânc. Vorbiți împreună despre ce simte și ajută-l să își dea seama ce cuvinte îi descriu cât mai bine sentimentele. Prin etichetarea emoțiilor, cel mic va putea să le recunoască mai ușor și la alții. Empatia este instrumentul prin care copilul tău își va forma relații și prin care va dobândi încredere în ceilalți. De asemenea, îl va ajuta să înțeleagă punctul de vedere al celor din jur și va face mai ușor diferența între sentimentele sale și ale altora – își va controla mai bine sentimentele. Pentru a avea copii de succes și copii fericiți

trebuie să avem grijă de dezvoltarea lor emoțională, iar acest lucru nu se face după o rețetă anume sau într-un moment anume al zilei, de acest lucru trebuie să ne îngrijim pe tot parcursul copilăriei, adolescenței și chiar al tinereții copiilor noștri.

Bibliografie:

<http://www.itsybitsy.ro/opt-pasi-pentru-a-avea-copii-fericiti/>

Daniel J. Siegel Tina Payne Bryson, Creierul copilului tau, 2014

Goleman Daniel, Inteligența Emoțională, Curtea Veche, București, 2001

Mihaela Roco, Creativitate și Inteligență Emoțională, Polirom, București, 2004

Rolul inteligenței emoționale în reușita școlară a copilului

Înv. Asănache Maria-Magdalena

Școala Gimnazială "Sf. Voievod Ștefan cel Mare" Onești

Județul Bacău

Educația copiilor este un proces complex și de durată. În timp ce majoritatea părinților consideră că învățarea cât mai devreme a cititului, scrisului sau numărului stă la baza inteligenței și succesului școlar al copilului, specialiștii susțin că nu acestea au cel mai important rol.

Specialiștii în psihologie susțin că inteligența emoțională și capacitatea copilului de a relaționa și de a stabili relații cu cei din jur stau la baza succesului la școală, dar și a succesului în viață.

Mulți părinți nu înțeleg încă faptul că performanțele școlare ale copiilor au foarte puțină legătură cu abilitatea micuțului de a citi la o vârstă fragedă sau de a rezolva ecuații înainte de vreme. Minte este esențială în dezvoltarea unui copil inteligent și descurcăreț, însă și emoțiile au un rol esențial în succesul micuțului în viață. Iar cei responsabili cu antrenarea și

educare minții și a emoțiilor copiilor sunt în principal părinții. Acest "antrenament" al emoțiilor și trăirilor copiilor, precum și al minții începe încă de la nașterea bebelușului.

Felul în care bebelușul simte emoțiile și stările mamei și este afectat de acestea și modul în care îndrumi și controlezi aceste stări astfel încât să se transforme în ceva constructiv poate forma un copil de succes. Viața de familie și atmosfera din sânul ei reprezintă primul "curs" la care asistă copilul în formarea inteligenței emoționale.

Cu alte cuvinte, felul în care îl tratezi pe copil, atenția pe care i-o acorzi, răbdarea cu care îl ajuți să depășească probleme, comunicarea, stilul disciplinar pe care îl aplici, toate acestea contribuie la dezvoltarea emoțională a copilului – crucială în reușita școlară.

Psihologul susține că mulți părinți greșesc în abordarea și educarea copiilor lor astfel:

- ✚ le ignoră sentimentele, trăirile, emoțiile sau le tratează superficial;
- ✚ sunt prea indulgenți;
- ✚ disprețuiesc sau arată lipsa de respect pentru sentimentele lor.

Toate contactele sau schimburile dintre părinți și copii au un substrat emoțional și contribuie la dezvoltarea inteligenței lor emoționale.

Specialistul susține că primii 4 ani de viață ai celui mic sunt esențiali în dezvoltarea lui emoțională și felul în care te porți și îl lași să își exprime și să își controleze emoțiile până la această vârstă contribuie la reușita lui în viață la maturitate.

Dacă cel mic va avea sau nu succes la școală se poate prezice în funcție de abilitățile și înclinațiile lui emoționale și sociale. Iată care sunt principalele elemente de care depinde reușita școlară a micuțului:

- ✚ încredere (în propriile forțe, puterea controlului și stăpânirii de sine etc.);
- ✚ intenție (dorința, perseverența, nevoia de a-și pune amprenta asupra unor lucruri sau probleme și de a le rezolva);
- ✚ curiozitate;
- ✚ comunicare (dorința de a comunica, de a stabili relații verbale cu ceilalți, de a-și exprima sentimentele, trăirile, emoțiile în cuvinte);
- ✚ cooperare (capacitatea de a împarti lucruri, de a-și aștepta randul, "spiritul de echipă", adaptarea nevoilor personale la nevoile unui grup etc.);
- ✚ implicare (capacitatea de a se implica, de a-i înțelege pe ceilalți și de a fi înțeles).

În concluzie, nu capacitatea copilului de a citi sau de a face socoteli este esențială în procesul de învățare și în reușita școlară, ci mai degrabă capacitatea de a ști cum să învețe lucruri și să facă față provocărilor la nivel emoțional.

Semnele și comportamentul unui copil inteligent emoțional:

- + are capacitatea de a vorbi liber despre ceea ce simte;
- + cunoaște și identifică propriile emoții prin care trece și pe cele ale celor din jurul lui;
- + comunică ușor cu cei din jurul lui; este deschis la dialoguri;
- + știe să-și controleze sentimentele negative și impulsurile;
- + este motivat (descoperă plăcerea din spatele anumitor activități și este orientat spre performanță sau succes);
- + se adaptează ușor la situații noi;
- + are prieteni și stabilește cu ușurință relații cu cei din jurul lui;
- + este capabil să își impună propriile preferințe și să pună întrebări.

Stimularea inteligenței emoționale a copilului depinde de modul în care acesta este încurajat și ajutat de părinți să își înțeleagă propriile sentimente, să își gestioneze emoțiile, să se automatizeze și să facă față cu brio eșecurilor.

Iată câteva metode de introdus în educația copilului, pentru a-l ajuta să își crească nivelul de inteligență emoțională:

- + Încurajează cititul în obiceiurile micuțului tău
- + Nu trebuie să treacă zi fără ca micuțul să ia contact cu lumea și universul poveștilor din cărți. Fie că îi citești tu sau că reușește să o facă singur, este important să îi cultivi pasiunea pentru citit.
- + Atenție la ce cărți alegi pentru lectura zilnică a micuțului tău. Optează pentru poveștile cu caracter moral, din care micuțul să aibă mereu ce învăța.
- + Încurajează-l să participe la activități extracurriculare!

Inteligența emoțională se referă și la modul în care copilul reușește să comunice cu cei din jur și să lege relații de prietenie cu alți copii.

Școala este un mediu propice pentru dezvoltarea acestui tip de inteligență. Totuși, este o zonă în care copiii nu socializează foarte mult, cele mai multe conversații fiind legate de materiile școlare, de profesori și de alte subiecte mai puțin importante pentru latura emoțională și socială.

Activitățile extracurriculare - cursuri de balet, pictură, dans, sporturi etc. - îl ajută pe copil să se împrietenească mai ușor cu alți copii și să-și exprime mai ușor emoțiile și părerile în cadrul acestor grupuri.

Aceste activități îl ajută să își defină propria personalitate și să își consolideze și îmbunătățească o mulțime de abilități sociale.

Ajută-l să-și cultive pasiunile și talentele!

Dacă micuțul tău este talentat la ceva, profită și ajută-l cât poți de mult să-și cultive pasiunea. Este o ocazie extraordinară de a ajuta copilul să se dezvolte armonios, fericit, făcând ceea ce îi place.

Exersarea și punerea în practică a abilităților de care dă dovadă într-un anumit domeniu de interes îl face pe copil fericit și mulțumit, îi dă încredere în el și îi crește stima de sine, toate acestea contribuind din plin la dezvoltarea inteligenței emoționale.

Încurajează-l să-și exprime liber sentimentele și emoțiile!

Copiii mici experimentează zilnic o mulțime de stări și sentimente care nu știu cum se numesc și ce rol au.

Ajutarea copilului în a învăța și recunoaște sentimente și a le exprima liber este extrem de utilă în demersul lui de a face față stărilor cu care se confruntă.

În acest fel, îl poți ajuta să le facă față, să le gestioneze corespunzător și să le fructifice sau depășească când este cazul.

Încurajează jocul de grup!

Inteligența emoțională a copilului tău înflorește cel mai mult în mijlocul copiilor, adică a persoanelor de aceeași vârstă și cu aceleași interese ca și el.

Cum dezvoltarea acestui tip de inteligență este strâns legată de abilitățile sociale ale copilului, acestea se conturează cel mai bine în cadrul jocurilor de grup. Ele oferă posibilitatea părinților să îl direcționeze pe copil spre deprinderea unor abilități sociale importante și să îl învețe cum să se poarte atunci când se află într-un cadru social.

BIBLIOGRAFIE:

<http://www.copilul.ro/copii-3-6-ani/dezvoltare/Inteligenta-emotionala-a-copilului-si-reusita-scolara-a8277.html>

<http://www.copilul.ro/comunicare-copii/inteligenta-copii/Cum-stimulezi-inteligenta-emotionala-a-copilului-a10204.html>

Inteligența emoțională

Prof. înv. preșcolar Țintă Irina Liliana
Grădinița cu Program Normal Vișinești, Dâmbovița

Din lucrările oamenilor de știință despre inteligență, se observă interesul deosebit acordat inteligenței emoționale și sociale, aceea care face referire la abilitatea de a te înțelege pe tine însuși, dar și de a-i înțelege pe ceilalți.

Un număr suficient de mare de educatori și cercetători în domeniul științelor educației recunosc faptul că, după terminarea anilor de școală, absolvenții sunt nepregătiți să facă față provocărilor vieții din fiecare zi, atât pe nivel personal, dar mai ales ca membri ai societății.

Abordarea prin excelență cognitivă a demersurilor curriculare și didactice nu este îndeajuns pentru a avea succes și a fi fericit. Prin urmare, la ora actuală, aria învățării emoționale se dezvoltă pe baza cercetărilor în domeniu, precum și al noilor teorii privind natura emoțiilor și a inteligenței în tandem cu succesul și fericirea. Prin învățare socială și emoțională, inteligența emoțională a indivizilor este dezvoltată intens, aceasta constituind un bagaj enorm pentru viitorul lor personal și profesional. Termenul de inteligență emoțională a fost formulat pentru prima dată în S.U.A. de Wayne Leon Payne în anul 1985, care considera că „inteligența emoțională implică o relaționare creativă cu stările de teamă, durere și dorință” (cf. M. Roco, 2001).

Cel mai important element al inteligenței emoționale îl constituie emoțiile. Acestea sunt foarte importante deoarece asigură:

Supraviețuirea – emoțiile noastre ne atenționează atunci când:

- ne lipsește impulsul natural;
- când ne simțim singuri, ne lipsește nevoia de a comunica cu alți oameni;
- când ne este frică ne simțim respinși, lipsește nevoia de a fi acceptați.

Luarea deciziilor – sentimentele și emoțiile se constituie într-o valoroasă sursă de informații, ajutându-ne să luăm hotărâri.

Stabilirea limitelor – sentimentele noastre ne ajută să tragem anumite semnale de alarmă atunci când ne deranjează comportamentul anumitor persoane. De aceea, dacă învățăm să ne încredem în ceea ce simțim și să fim fermi atunci când exprimăm acest lucru, putem înștiința persoana respectivă de faptul că ne simțim incomod, de îndată ce devenim

conștienți de acest fenomen. Acest lucru ne va ajuta în trasarea fermă a granițelor care sunt necesare pentru protejarea sănătății noastre mintale.

Comunicarea – sentimentele noastre ne ajută să comunicăm cu ceilalți. În cadrul comunicării dintre oameni, comunicarea nonverbală reprezintă cel puțin 60%, iar adevărul în privința emoțiilor se află mai mult în „cum” spune persoana decât în „ceea ce” spune ea.

Spre exemplu, expresia feței noastre poate exprima o gamă largă de sentimente: teamă, bucurie, surpriză, supărare, dezgust, furie, etc. Dacă deținem abilități și subtilitate în arta comunicării verbale, vom fi în stare să exprimăm mai mult din necesitățile noastre emoționale, dispunând în acest mod de posibilitatea de a le simți mult mai bine. Atunci vom fi capabili să-i facem pe interlocutori să se simtă importanți, înțeleși și iubiți, dacă reușim să fim cât se poate de receptivi la problemele emoționale ale acestora.

Unitatea – sentimentele noastre sunt probabil cea mai mare sursă de unitate a tuturor membrilor speciei umane. Acestea sunt universale și pot trece peste granițe religioase, politice, culturale sau de orice altă natură, cum ar fi sentimentele de empatie, compasiune, cooperare și/sau iertare. Acestea pot și au imensa capacitate de a ne uni ca specie. Într-o viziune de ansamblu, sentimentele ne unesc, iar convingerile ne despart. În anii 80, Howard Gardner, în "Teoria inteligențelor multiple", a identificat cele două tipuri de inteligență, cea interpersonală și cea intrapersonală. Aceste două inteligențe combinate, reprezintă ceea ce nouă ne este cunoscut astăzi sub denumirea de inteligență emoțională (IE).

Gardner, abordează într-un mod flexibil conceptul de inteligență, vede în aceasta o promisiune a potențialului bio-psihologic omniprezent la toate ființele umane, care contribuie la multiple acte de creație. Faptul că domeniul sau câmpul de manifestare determină o inteligență care este valorizată, aceasta subliniază importanța actului educativ în dezvoltarea uneia sau a mai multora dintre inteligențele umane în funcție de oportunitățile și posibilitățile de dezvoltare.

În teoria sa, Gardner rezervă un loc important formelor de inteligență, părți componente ale inteligenței emoționale și anume:

- inteligența interpersonală și inteligența intrapersonală.

Inteligența interpersonală – constă în abilitatea de a-i înțelege pe ceilalți și de a cunoaște ceea ce îi motivează pe oameni, cum muncesc ei și cum poți să cooperezi mai bine cu aceștia.

Inteligența intrapersonală – constă în abilitatea subiectului de a se întoarce spre sine, adică în interiorul propriei persoane și de a realiza o adâncă cunoaștere personală.

Psihologii, au arătat că aceste abilități nu sunt generate de un nivel ridicat al inteligenței academice/teoretice, prin urmare, acestea constituie un fel de sensibilitate specifică față de practică și de relațiile interumane. În acest fel, s-a născut o nouă formă de inteligență – inteligenta emoțională.

Sugestii pentru dezvoltarea inteligenței emoționale:

Nici o schimbare nu poate fi posibilă fără acordul implicit și participarea activă din partea cadrelor didactice, copiilor și părinților.

Pentru părinți:

- Începeți educația emoțională a copilului încă de la naștere și chiar din timpul vieții intrauterine;
- Manifestați atenție față de nevoile sociale și emoționale ale copiilor dumneavoastră, astfel încât tranziția către adolescență prin perioada de pubertate și mai apoi către faza de adult, să se facă mult mai ușor;
- Fiți un model benefic pentru copilul dumneavoastră din punct de vedere al manifestării abilităților emoționale și sociale, care să-i stimuleze comportamentul socio-emoțional;
- Folosiți un limbaj adecvat cu copilul dumneavoastră, iar acesta să implice: discuții despre emoții și descrierea acestora. Întrebați-l cum se simte și învățați-l că poate avea mai multe sentimente în același timp.
- Încurajați efortul copilului în încercarea de aș-i îmbunătăți inteligența emoțională;
- Folosiți momentele naturale care se întâmplă zilnic, ca „momente de învățare“, în care puteți discuta despre diferite stări, dispoziții, despre rezolvarea conflictelor sau gestionarea emoțiilor;
- Fiți conștienți că abilitățile emoționale pot fi învățate prin povestiri personale, evenimente zilnice, discuții curente, despre filme sau pagini de internet;
- Recunoașteți și vorbiți despre comportamentele emoționale și sociale din presă, televiziune;;
- Țineți un jurnal care vă ajută să deveniți mai reflectiv asupra emoțiilor proprii și încurajați copilul să procedeze la fel.

Bibliografie:

Anderson, W., (2000), Curs practic de încrederea în sine, Editura Curtea Veche, București;

Cosmovici Andrei, Luminița Iacob, Psihologie școlară, Editura Polirom, Iași, 1999;

Cosmovici Andrei, Luminița Iacob, Psihologie generală, Editura Polirom, Iași, 1999;

Despre predarea inteligenței emoționale

Profesor pentru învățământul primar Mihaela Dogărel

Școala Gimnazială Nr. 4 Moreni

INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ este arta de a cunoaște și a identifica sentimente și emoții. Până azi, trăsăturile de bază ale inteligenței emoționale s-au transmis firesc de la o generație la alta – în jocurile cu alți copii, de la părinți, de la rude, de la vecini. Copilăria s-a schimbat, iar copiii nu mai au acces în mod firesc la aceste învățături care ne-au inspirat de-a lungul evoluției noastre. Ca urmare, atât părinții, cât și școala trebuie să-și unească forțele pentru a-i ajuta pe copii să-și însușească aceste aptitudini fundamentale de viață.

Sfaturi pentru părinți pentru a-și ajuta copilul să devină un adult echilibrat și sigur pe propriile sentimente:

1. *Nu spuneți copilului să se abțină!*

Un copil care este determinat să-și interiorizeze sentimentele sau va exploda bătându-și joc de propriul părinte și de alții, sau se va interioriza și, încet, se va distruge.

2. *Interacționați pozitiv cu copilul!*

Când îl corecțați, nu țipați! Strigând la el, îi oferiți un model a ceea ce nu este inteligență emoțională. Când țipați la el, îl învățați că pentru a-și atinge scopul, el trebuie să țipe la alții.

În schimb, atrăgeți-i atenția și corecțați-l ușor, captivați-l, subliniind ceea ce a făcut corect și consultați-vă cu el asupra a ceea ce ar fi putut să facă pentru a ține seama și de sentimentele altora. Astfel, îl ajutați să-și dezvolte abilitățile de autorefecție care conduc spre inteligența emoțională.

3. *Dați copilului un feedback pozitiv, de susținere!*

Utilizați cât mai des cuvinte de încurajare însă numai atunci când observați că faptele lor sunt demne de laudă. Îl veți ajuta pe copil să-și descopere propria identitate ca individ căruia îi pasă de el însuși și de alții.

Cultivarea inteligenței emoționale în școală

Studiile arată că profesorii cu inteligență emoțională ridicată, știu să-și motiveze elevii, manifestă spirit inovativ, obțin performanțe superioare, folosesc eficient timpul și resursele materiale, dovedesc calități de lideri și spirit de echipă.

Dezvoltarea inteligenței emoționale a devenit un obiectiv obligatoriu în domeniul învățământului. Învățarea acestor abilități se bazează, în principal, pe abordarea practică în

defavoarea celei teoretice. Cel mai important lucru este exersarea abilităților emoționale, astfel încât să devină o a doua natură în comportamentul elevilor.

Oamenii de știință care au investigat activitatea creierului admit acum faptul că experiențele repetate lasă o amprentă, iar creierul este într-o continuă formare de-a lungul vieții. Experiențele din copilărie au o influență decisivă în acest proces. Aceasta înseamnă că anii de școală sunt o adevărată „fereastră a oportunităților” din punct de vedere neurologic, cea mai bună șansă de a oferi copiilor experiențe de viață adecvate, care să-i ajute mai apoi în carieră și în viața personală.

În opinia mea, azi, școala oferă copiilor lecții valoroase de inteligență emoțională precum:

- a) Întâlnirea de dimineață le prilejuește elevilor împărtășirea neliniștilor, a noutăților;
- b) Copiii anunță, de la sosirea în clasă, un număr sau o culoare care corespunde stării lor de spirit din ziua aceea. Acesta se afișează pe un panou și se compară cu cel/cea de la finalul zilei sau cu cele din zilele precedente.
- c) Disciplina ”Dezvoltare personală” conține lecții cu un conținut explicit de formare a abilităților sociale, emoționale și de comportament, folosind jocul de rol și alte tehnici didactice.
- d) Antrenarea elevilor pentru medierea conflictelor, începând cu acelea de pe terenul de joacă.
- e) Aplicarea unor chestionare care încurajează reflecția asupra problemelor emoționale și autocunoașterea, prin întrebări de genul: „Cât de optimist ești?”
- f) Învățarea unor tehnici de autocontrol care să permită copilului să-și regăsească echilibrul în mijlocul unei situații conflictuale, să evite escaladarea conflictului. Elevii sunt obișnuiți cu următoarele imperative: „Oprește-te! Păstrează-ți calmul. Inspiră adânc de cinci ori. Fii mândru de tine că te descurci bine în această situație”.
- g) Jocuri de socializare/interrelaționare/cunoaștere pe care le utilizez în activitatea didactică
 - ✓ **Iartă-mă, am greșit!** – se derulează în perechi. Unul dintre copii salută și se prezintă, apoi îl întreabă pe celălalt: *Tu ești "Lidia" cea cu ochi albaștri?* Celălalt răspunde: *Nu, eu sunt "Amalia"!* Primul dă replica: *Iartă-mă, am greșit! O căutam pe Lidia.*
 - ✓ **Fruct, fruct, numele persoanei** – copiii așezați în 2-3 cercuri mici, în funcție de mărimea colectivului de elevi, spun pe rând un fruct de două ori, numele persoanei din stânga. Următorul trebuie să repete de două ori numele altui fruct urmat de numele persoanei din stânga. Jocul continuă până când fiecare copil reține numele participanților la joc.

- ✓ **Poștașul aduce scrisori pentru cei care...** – participanții sunt așezați în cerc. Conducătorul jocului spune: *Poștașul a adus scrisori pentru cei care sunt îmbrăcați în albastru.* La aceste cuvinte cei îmbrăcați în albastru fac un pas în față. Jocul continuă până când toți copiii sunt valorizați.

Cercetările au dovedit că dezvoltarea inteligenței emoționale poate reduce incidența comportamentelor antisociale, a agresivității, a problemelor de disciplină, a abandonului.

Dezvoltarea socială și emoțională este cheia succesului școlar. Integrând inteligența emoțională în actualele programe școlare putem să îmbunătățim performanțele copiilor și să le asigurăm succesul în viață.

BIBLIOGRAFIE:

1. Daniel Goleman, EMOTIONAL INTELLIGENCE
2. Vaibhav P. Birwatkar – Research scholar, EMOTIONAL INTELLIGENCE: LESSONS IN LEARNING TO LEARN

Gestionarea inteligenței emoționale

Oláh Andrea

Liceul Tehnologic „Cserey-Goga” Crasna,

Structura: Grădinița cu PP Crasna

Din păcate dezvoltarea emoțională este deseori trecută cu vederea, ca și cum ar fi de la sine înțeleasă. Însă și emoțiile trebuie învățate, cunoscute, înțelese, și în cele din urmă controlate. O bună dezvoltare emoțională trebuie să înceapă de la vârste mici. Primii pași se referă la construirea vocabularului emoțiilor, precum și la capacitatea copilului de a-și recunoaște propriile emoții și pe ale celor din jur. Cu timpul copilul va învăța cum să își exprime emoțiile într-un mod adecvat, și ce să facă când are anumite trăiri negative. De asemenea va învăța și să înțeleagă emoțiile celorlalți din ce în ce mai bine.

Atunci când IE va deveni, ca și IQ-ul "măsură a calității umane, cu siguranță familiile noastre, școlile, slujbele, comunitățile în care trăim vor fi toate mai umane și mai stimulatoare." Finalitatea unor asemenea demersuri, realizate cu știință și delicatețe, se va concretiza, în plan calitativ, în educarea unor copii, care vor fi mai sănătoși și care-și vor stăpâni prin inteligență viața emoțională, „aducând civilizația pe străzi și afecțiunea în viața comună.”

„Bine nu poți vedea decât cu sufletul, ceea ce este invizibil pentru ochi”, scria Antoine de Saint Exupery în „Micul prinț”. Grădinița, școala există ca să permită copiilor să crească, să-și dezvolte spiritul, sufletul și corpul, cu alte cuvinte, inteligența, sensibilitatea și creativitatea.

Unitățile școlare au, deci o dublă misiune: să permită fiecăruia să crească, să-și dezvolte spiritul, sufletul, corpul și inima și să permită copiilor să învețe să trăiască împreună, să trăiască unii cu alții, cu persoane diferite. Ce înseamnă atunci să înveți, să devii tu însuși și, în același timp, să înveți să-ți folosești inteligența și, mai cu seamă, inteligența emoțională, să înveți, să trăiești cu ceilalți? Înseamnă pur și simplu să folosești tot ce e mai bun, tot ce ai învățat cât mai bine și mai eficient.

Cum să educăm? Nu există o rețetă în acest sens. Să încercăm o relație educativă care recunoaște, încurajează, valorizează persoana în scopul motivării ei. Să încercăm o relație educativă bazată pe inteligența emoțională și pentru dezvoltarea inteligenței emoționale, pornind de la faptul că totalitatea acțiunilor noastre, atât cele care privesc chestiunile importante, cât și cele mărunte, de zi cu zi, ne permite să creăm un echilibru mai sănătos în relațiile cu copiii. Toate activitățile pe care le vom realiza trebuie să pună accent pe importanța sentimentelor și să ne ajute pe noi și pe copiii noștri să ținem sub control emoțiile.

Educația bazată pe inteligența emoțională le poate spori șansele.

În spiritul acestei idei, există cel puțin 10 modalități de a crește copii inteligenți emoțional:

1. Fii un exemplu de inteligență emoțională. Da, copiii tăi te urmăresc îndeaproape. Ei observă 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. Copiii care primesc întotdeauna tot ceea ce doresc, nu sunt fericiți.

3. Fii conștient de zonele tale „fierbinți”. Învață care sunt lucrurile care te scot din sărite și de ce se întâmplă așa. 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 județi oamenii. Încearcă să nu categorisești oamenii. Mai bine etichetează sentimentele. Când copilul plânge sau smiorcăie, va fi mult mai bine dacă i-ai spune „pari supărat”, decât 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. În loc de „Pune-ți căciula și mănușile”, poți întreba „Ce mai ai nevoie pentru a merge la școală? Spunându-le în mod constant copiilor ceea ce trebuie să facă, nu îi ajuți să își dezvolte încrederea în forțele prorii și responsabilitatea.

6. Participă la problemele copiilor. Orice problemă apare în viața copilului este și treaba ta. În cazul în care copilul greșește ceva, adu-ți aminte cât de important este să răspunzi calmi și rațional.

7. Implică-ți copiii, încă de mici, în sarcinile gospodărești. Cercetările efectuate sugerează faptul că acei copii care au fost implicați în realizarea sarcinilor gospodărești de la o vârstă 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. Ceea ce copiii învață de la tine sau din joaca liberă oferă baza unei viitoare inteligențe emoționale.

9. Discută despre sentimentele din cadrul familiei. Stabilește scopurile emoționale în cadrul familiei, cum ar fi: fără strigăte, 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 importantă în crearea inteligenței emoționale în 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 îți 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 bun. Transformând aceste 10 idei în obiceiuri zilnice, putem oferi copiilor cea mai mare șansă posibilă pentru a deveni niște adulți fericiți, productivi și responsabili.

Inteligența emoțională nu poate prezice de una singură succesul. Este doar una din componentele importante. În cadrul calității de a fi un bun utilizator al inteligenței emoționale

intră și înțelegerea fatului că aceasta nu este și nu ar trebui să fie gândită ca un înlocuitor sau substituent al abilităților, cunoștințelor sau priceperii căpătate în timp.

Inteligența emoțională crește șansele de succes, dar nu îl garantează în absența cunoștințelor necesare. Inteligența emoțională întotdeauna ajută individul. Este un lucru bun să existe. Dar și celelalte abilități și competențe sunt importante.

Unităților școlare îi revin în primul rând datoria de a forma copiii „punând la treabă în același timp mintea și sufletul”. Relevarea importanței inteligenței emoționale (IE) în economia devenirii armonioase a copilului nu trebuie să inducă însă ideea că aceasta poate înlocui sau suplini inteligența cognitivă, ci doar că este necesar să reformulăm strategiile educării și evaluării calităților copiilor la nivelul necesităților.

BIBLIOGRAFIE:

- Anderson, W., (2000), *Curs practic de încredere în sine*, Editura Curtea Veche, București
Cosmovici Andrei, Luminița Iacob, *Psihologie școlară*, Editura Polirom, Iași, 1999
Goleman, D., *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche, București, 2001
Roco, M.,(2001), *Creativitate și inteligență emoțională*, Polirom, Iași
Revistă de comunicări științifice, *Didactica*, nr.2-noiembrie 2008

Familia - prima școală a emoțiilor

Prof. Roșoiu Nicoleta

Grădinița Ghirdoveni, Dâmbovița

Prof. Petrică Georgeta

Grădinița Caragiale, Dâmbovița

Inteligența emoțională, considerată și inteligență socială, este definită ca abilitatea de a observa, diferenția și înțelege propriile emoții și ale celor din jur și de a folosi informațiile obținute în ghidarea propriilor acțiuni.

Elementele inteligenței emoționale:

1. Cunoașterea emoțiilor personale - capacitatea de a selecta emoțiile pozitive și de a le folosi în mod constructiv .
2. Gestionarea emoțiilor - abilitatea de a-ți controla impulsurile

3. Direcționarea emoțiilor către scop -abilitatea de a găsi soluții creative și de a ieși din încurcături .

4.Empatia - capacitatea de a empatiza cu trăirile altora

5.Capacitatea-de a construi relații interpersonale pozitive, aptitudinea de a fi sociabil și de a te înțelege cu cei din jur .

1.Cum să fii un părinte inteligent emoțional?

- îți cunoști limitele, dar știi să ți le și impui;
- învată-l să-și recunoască emoțiile și abia apoi să le exprime și să învețe ce să facă cu ele ;

2. Gestionarea emoțiilor

- nu țipa la copil în nici-o situație - păstrează-ți calmul, pentru a-i fi un model pozitiv și a-i arăta cum trebuie să se comporte și el atunci când este furios sau când cineva îl supără; în plus, este mai indicat să îl încurajezi să mediteze asupra propriilor emotii, decât să țipi la el;
- complimentează-l de fiecare dată când face o faptă bună sau când a obține o reușită;

Exemplu de situație în care folosești inteligența emoțională în educația copilului

Să luăm situația ipotetică în care copilul se află în fata unui câine și țipă din toți rărunchii de frică, chiar dacă nu este în pericol să fie mușcat. În răspunsul tău în fața unei astfel de situații, și în oricare alta, trebuie să se regăsească 5 componente ale inteligenței emoționale:

- ❖ recunoașterea emoției și empatizarea;
- ❖ liniștirea sau calmarea copilului;
- ❖ soluția pentru rezolvarea problemei;
- ❖ aplicarea soluției găsite;
- ❖ reconfirmarea calmării;

Îți este frică, nu-i așa? Te înțeleg. Totul va fi bine. Mami este lângă tine și are grijă de tine. Hai să-i spunem câinelui să plece, ok? Pleacă de aici, cățelule și lasă-ne în pace. Totul va fi bine". În același timp, comportamentul tău trebuie să arate empatie față de copil și să-i exprime siguranța - ia-l în brațe, mângâie-l, sărută-l pe frunte.

Tehnici de stimulare a inteligenței emoționale a copiilor

- Ajută-ți copilul să își recunoască propriile emoții

Ajută copilul să interpreteze corect emoțiile pe care le resimte, fie că este vorba despre frustrare, furie sau dezamăgire, acesta va începe să le poată controla.

- Exteriorizează-te și oferă-i un exemplu demn de urmat

Spune-i micuțului tău cum te simți în anumite situații și permite-i să îți perceapă stările și să le înțeleagă

- Analizați împreună atmosfera din familia voastră

Când aveți musafiri, probabil că le percepeți a fi distractive și joviale. Când stați în pat până târziu în diminețile de duminică, vă veți simți calmi și relaxați. Discută cu copilul tău aceste diferențe din atmosfera generală în familie și ajută-l să își dea seama cum influențează el emoțiile generale din casă, prin stările lui emoționale.

- Descifrați împreună atmosfera din locurile pe care le vizitați

Atunci când mergeți în mall, atmosfera este cu mult diferită față de cea de la locul de joacă, de pildă. Întreabă-ți copilul cum se simte în ambele circumstanțe și ajută-l să își dea seama singur de diferențele dintre stările pe care le experimentează el însuși.

Așadar, să încercăm o relație educativă care recunoaște, încurajează, valorizează preșcolarii în scopul motivării ei. Să încercăm o relație educativă bazată pe inteligența emoțională și pentru dezvoltarea inteligenței emoționale, pornind de la faptul că totalitatea acțiunilor noastre ne permit să creăm un echilibru mai sănătos în relațiile cu copiii.

BIBLIOGRAFIE :

- Steven J. Stein, Howard E. Book (2007)– “Forța inteligenței emoționale” Editura Alfa, București
- Goleman, D., Boyatzis, R., McKee, A. (2005). “Inteligența emoțională în leadership”, Editura Curtea Veche, București
- Stein, S.J., Book, H. E. (2003). “Forța inteligenței emoționale. Inteligența emoțională și succesul vostru”, Editura Alfa, București

Dezvoltarea socio-emoțională la copilul mic

Prof. înv. preșc. Balica Elisabeta
Grădinița Nr. 1 Bis Dărmănești, Bacău

Conform declarației adoptată la Summitul Mondial pentru Copii : “ *Copiii acestei lumi sunt inocenți,vulnerabili și dependenti. Ei sunt de asemenea curioși, activi,plini de speranță . Viața lor ar trebui să fie una de bucurie și pace ,de joc învățare și creștere.Viitorul lor ar trebui modelat in armonie și cooperare.Ei ar trebui să se formeze prin lărgirea orizonturilor și dobândirea de experiență .*”

Grădinița este locul unde copii interacționează cu semenii lor de vârstă apropiată.Inițierea și menținerea unei relații presupune însușirea unor comportamente esențiale din partea copiilor,o serie de formule verbale care il ajuta să stabileasc relații cu cei din jur.Rolul adulților este foarte important,deoarece copilul imită ceea ce vede la ei.In timpul jocurilor liber alese ,dacă ii observam pe copii apoi încercăm sa inițiem un joc aproape de ei,iar in final cu ei,putem observa că pînă și cei mai timizi ni se alatură urmand exemplul nostru.Trebuie sa incurajăm in permanență și să ghidam copilul in inițierea a cât mai multor interacțiuni cu ceilalți copii(ex.,,Ce zici,il chemam și pe Andrei să construim împreună casașă?)In jocurile inițiate este bine să-i antrenam pe fete si pe băieți deopotriva(nimeni nu zice că la „căsuța păpușilor” nu se pot juca și băieții sau că fetele nu pot conduce masini).

O atenție deosebită trebuie acordată acelor copii care încearcă să pătrunda in mod agresiv intr-un joc aflat in desfășurare,deranjându-i pe ceilalți.Este foarte probabil ca el sa fie respins,iar pe viitor copiii să evite relaționarea cu el.Cu multa tactica educatoarea poate să-l introducă in joc, oferindu-i si lui un rol si astfel să se evite un posibil conflict.

Un alt aspect al dezvoltării sociale a preșcolarilor il constituie interacțiunile lui cu adulții.Stabilirea unor relații pozitive ,bazate pe incredere ,ascultare și respect se poate realiza implicând fiecare copil in parte.Pentru ca cerintele adultului sa fie respectate de copii,acestea trebuie sa fie formulate clar,pe intelesul lor.Copiii sunt mândri atunci când li se solicita ajutorul,dar trebuie acordată atenție sarcinilor emise,pentru ca acestea să nu depășească puterea de realizare a copiilor.In comunicarea cu copiii este recomandabil ca adultul să se așeze la nivelul lor, prin aceasta transmțându-le o atitudine de deschidere și de colaborare .

Unii copii intrerup mereu conversația celorlați-fie pentru că nu au fost învățați ,fie pentru că doresc sa fie in centrul atenției .Pe aceștia trebuie să-i ajutam să conștientizeze că

nu e nici bine ,nici frumos să nu-i lasi și pe alții să-și exprime ideile ,căci in final se vor supara și nu vor mai vrea să comunice cu ei.Educatoarea prin exemplul personal trebuie să demonstreze răbdare in a asculta până la capat opiniile copiilor.

Un alt aspect important al dezvoltării sociale il reprezinta interactiunea copilului cu grupul din care face parte.In primul rand pentru functionarea eficienta a grupului trebuie stabilite niste reguli,pe care copiii impreuna cu educatoarea să le formuleze si să le repete de cate ori este nevoie.

Cooperarea cu membrii grupului se exersează in aproape toate activitățile din gradiniță.Incepând de la împățirea jucăriilor,impărtășirea experiențelor,lucrul in perechi sau in echipă,adresarea politicoasă și recunoasterea calităților si reușitelor celorlalti.

Implementarea ideii că fiecare persoană merită să fie tratată cu respect și bunavoință se poate realiza prin învățarea unor poezii,cântece,prin analizarea unor imagini reprezentând persoane diferite:de culoare,cu probleme fizice vizibile,nevoiași.Putem cultiva spiritul generozității prin crearea unei pușculițe in care fiecare să doneze ceva-nu neaparat bani,ci lucruri create de copii(felicitări,jucării,cărți).Ca parte fireasca a procesului de comunicare cu cei din jur,pot apare conflictele.Acestea ,pe lângă starea de agitație și disconfort pe care le genereaza,pot duce la deteriorarea relatiilor de prietenie.Astfel se impune să –i ajutăm pe copii in descoperirea modalităților de a depăși conflictele,fapt ce le va fi de un real folos și mai tarziu, in viața de zi cu zi.Medierea conflictului de catre educatoare trebuie făcută de pe o pozitie neutra,punându-i pe cei implicați să descrie faptele,săși exprime sentimentele față de cele intamplate și apoi să găsească soluții de remediere a conflictului.De cele mai multe ori copiii sfârșesc prin a-și da o îmbrățișare sau o strângere de mână.

Fiecare copil este o fiinta unică. Chiar in aceeasi familie, fiecare copil este diferit de frații și surorile sale,iar diferența incepe încă de la naștere, fiecare are comportamente specifice in ceea ce privește hrana,somnul,are reacțiile sale proprii la ceilalti. Are deci, "un stil de viata " al său .

Părintele, dar si adultul educator (care poate fi ingrijitoare,asistenta medicală, cadrul didactic) au datoria de a respecta individualitatea copilului chiar din momentul in care acesta s-a născut. Dacă ei inteleg,accepta și respectă tot comportamentul legat de somn, mâncare, schimbările de dispozitie, temperamentul celui mic, vor putea intelege și respecta mai usor individualitatea copilului , așa cum se manifesta ea in etapele de vârstă ulterioare. Toți copiii trec prin aceleași stadii de dezvoltare, doar că o fac in chip specific.Aceste stadii includ schimbări esențiale in primii cinci ani de

viață; este evident , de exemplu , ca la 3 ani copilul se deosebeste enorm de ceea ce va fi el pe la 7-8 ani .

Pe măsură ce copilul se maturizeaza, se observa cum se dezvolta și se structurează el ca individ unic : devine din ce in ce mai independent, are propriul său bagaj de cunostinte, atitudini , valori, si credinte(care evolueaza si ele si pe care le exprima intr-un stil ce-i apartine). Pentru a pleca spre orizontul maturității, copilul are nevoie de cinci activități conducătoare : comunicare emoționala afectiva nemijlocită cu cei din jur, explorarea concreta a lumii care il inconjoara, diversificarea jocurilor, învățatura, implicarea creativa, dobândirea inițiativei , a responsabilității, comunicarea sociala in grupul celor de aceeași vârstă - ca deprindere de bază pentru viata matura de mai tarziu.

În acest drum ascendent al dezvoltarii personalității , esențială este concepția (părerea) copilului despre sine : felul în care se evaluează si valorizează. Această opinie despre sine are o componentă afectivă puternică și, de aceea, emoțiile, sentimentele copilului, sunt un alt element de luat în considerație atunci când se vorbește despre personalitatea sa.

Dezvoltarea eului include , la copii , dezvoltarea emotională .

Copiii mici își exprimă in mod liber și exploziv sentimentele: bucurie , gelozie, timiditate. Unii plâng ușor. Pe măsura ce cresc , ei încep să înțeleagă regulile din jur și să ia in considerare opiniile altora, se conformează regulilor sociale de exprimare a sentimentelor .Pe măsura ce copiii cresc, trebuie să fie învățați că nu își pot exprima emoțiile oricând și oriunde. Scopul final al cerințelor de disciplină manifestate față de copil este de a-l ajuta să devină o persoana independentă , care se poate controla; căci de independența și autocontrolul depind calitatea și forța concepției optimiste despre sine .

Această părere pozitivă despre sine va determina succesul in activitățile școlare și , mai târziu , in viață .Adulții trebuie să -și concentreze toate eforturile, astfel incat copilul să-și dezvolte o parere sănătoasa despre sine și să se considere membru important al societății, cu capacități și talente deosebite ; atunci el va simți dorința de a fi productiv .

Copilul trebuie să-și dezvolte capacitatea de adaptare in societate, in așa fel incat să trateze pe toata lumea ca fiind de aceeasi valoare și să-și facă prieteni in funcție de o balanță corectă a ceea ce ofera și a ceea ce i se oferă . Fără aceasta capacitate, copilul riscă să devină retras și așa va rămâne și la maturitate . Micuțul lipsit

de aceasta capacitate esențială în stabilirea relațiilor interumane poate deveni un monstru despot, care îi înlătură pe toți pentru a-și atinge scopurile. Cei mari, care se ocupa de educație, trebuie să mețină în mod conștient acel echilibru subtil între a împinge copilul de la spate și a-l încuraja. Studiile arată că preșcolarii pot fi surprinzător de pricepuți în gestionarea abilităților emoționale.

Exemplu: Ei pot înțelege emoțiile exprimate de copiii de aceeași vârstă cu ei în timpul unui contact social, ceea ce îi ajută în rezolvarea conflictelor. Apoi preșcolarii sunt capabili de implicare empatică în emoțiile celorlalți și își pot regla propriile emoții în diferite situații sociale, pentru a minimaliza efectele nesănatoase ale emoțiilor negative și pentru a împărtăși emoțiile pozitive cu ceilalți.

În faza în care copiii învață despre emoții, dar încă nu le știu denumirea, cu ajutorul întrebărilor de genul: "Cum te simți?", "Ce simți când vezi acest lucru?" îi încurajăm să explice, atât cât poate fiecare, felul în care el se simte. În cadrul unor jocuri de mimă în care folosim expresiile faciale ale emoțiilor de baza, copiii se pot familiariza cu denumirea acestora: tristețe, fericire, furie, frica, încântare. În toate etapele unei zile trebuie să îi încurajăm pe copii să utilizeze cuvinte și expresii ce denumesc stări emoționale. Când observam că un copil trăiește o emoție puternică, insistăm să explice ceea ce simte: "Cum te simți fiindcă e ziua ta?" sau "Cum te simți când colegul te jignește?".

Copiii vor învăța astfel că este normal să experimenteze diverse emoții și să vorbească despre ele. Foarte importantă este încurajarea lor, întărirea pozitivă atunci când au făcut față unei situații frustrante (s-a împiedicat și a căzut, dar a reușit să nu plângă). De asemenea în activitățile artistice (pictura, desen) copiii pot exprima sentimente prin însăși lucrările realizate, dar important este ca ei să fie capabili să exprime și verbal aceste sentimente. Și să nu uităm nici o clipă că atunci când adulții sunt calzi, receptivi și expresivi, copiii se simt mai liberi să își exprime emoțiile. Pentru formarea imaginii pozitive trebuie apreciate eforturile copiilor în orice situație. Faptele bune, gesturile frumoase nu pot fi trecute cu vederea.

Copilul trebuie lăudat permanent, lucru pe care și părinții trebuie să îl facă. Numai așa va câștiga încredere în propriile forte și se va implica în activități și relații noi. Un aspect deloc de neglijat în dezvoltarea emoțională este dezvoltarea autocontrolului sau altfel spus reglarea emoțională. Aceasta constă în abilitatea de a-și controla atenția voluntar când este nevoie. Astfel copilul poate aștepta înainte de a acționa în anumite situații, își poate controla emoțiile negative și impulsive. De un real folos în dezvoltarea acestor indicatori sunt jocurile cu reguli bine stabilite, întreceri sportive, discuții referitoare la personajele unor povești (

„Puf Alb și Puf Gri”) și exemplul personal. Să evităm comportamentele și limbajul agresiv deoarece copiii tind să îl imite.

Dacă totuși își pierde controlul, să îi ajutăm să analizeze situația care i-a determinat să și-l piardă. De multe ori după o analiză „la rece” a situației, aceasta nu mai pare atât de dificilă sau de gravă ca la început.

Exprimarea și înțelegerea propriilor emoții și a emoțiilor celorlalți, de la emoțiile primare (bucurie, frică, manie) la cele mai complexe (mândrie, rușine, vină) constituie competențe specifice domeniului emoțional. Copilul învață cu ajutorul adultului (educator sau părinte) să le exprime și să le recunoască.

Bibliografie:

„Ghid pentru cadrele didactice din învățământul prescolar 2007” Adina Botis, Loredana Mihalca.

„Creativitate și inteligență emoțională”-Editura Polirom,2001,Roco,M.,

„Copii învață ceea ce trăiesc”-Editura Humanitas,2012,NOLTE,D.L.,Harris,R.

Dezvoltarea inteligenței emoționale la vârstă preșcolară și școlară mică

**Profesor învăț. preșcolar Șomtelecan Ligia Alina
Școala Gimnazială Gheorghe Șincai , Florești**

Cunoașterea și acceptarea de sine sunt variabile fundamentale în funcționarea și adaptarea optimă la mediul social, în menținerea sănătății mentale și emoționale. Familia și școala sunt instituțiile cheie care creează cadrul în care copiii se pot dezvolta armonios în funcție de interesele și aptitudinile proprii, se descoperă pe sine, își conturează o imagine despre propria persoană și își dezvoltă încrederea în sine.

O concepție îngustă asupra inteligenței consideră că IQ este un dat genetic care nu se poate schimba prin experiența de viață și destinul nostru este stabilit de aceste aptitudini. Întrebarea este : Ce anume putem schimba care să dea copiilor posibilitatea să se descurce mai bine în viață? Ce anume face ca persoane cu IQ ridicat să se descurce mediocru dacă nu

chiar să eșueze lamentabil, în timp ce persoane cu IQ moderat să se descurce surprinzător de bine? Răspunsul poate să constea într-un set de abilități numite inteligențe emoționale care includ autocontrol, zel, tenacitate, capacitate de motivare, autoconstrângere, empatie etc. Este deosebit de important să cunoaștem și să înțelegem emoțiile, să construim « emoții inteligente », să aducem inteligență emoțiilor.

Conform lui Daniel Goleman (1995), inteligența emoțională desemnează o capacitate de control și autocontrol al stresului și emoțiilor negative; o meta-abilitate, care determină și influențează modul și eficiența cu care ne putem folosi celelalte capacități și abilități pe care le posedăm, inclusiv inteligența educațională. Realitatea ne demonstrează ca cei care își stăpânesc emoțiile bine și care abordează eficient emoțiile celorlalți sunt în avantaj în orice domeniu al vieții și au șanse mai mari de a fi eficienți și mulțumiți în viață.

Inteligența emoțională se cultivă prin încredere, curiozitate, intenție, control de sine, raportare, capacitatea de a comunica, cooperare, empatie. Capacitățile emoționale presupun și conștientizarea de sine, identificarea, exprimarea și stăpanirea sentimentelor, controlul asupra impulsurilor, și amânarea recompenselor, stăpanirea stresului și a anxietății. O capacitate cheie în controlarea impulsului ar fi cunoașterea diferenței dintre sentimente și acțiuni și învățarea de a lua hotărâri emoționale mai bune, mai întâi prin controlarea impulsurilor, și apoi prin identificarea reacțiilor alternative și a consecințelor înainte de a reacționa. Multe competențe sunt interpersonale: interceptarea indiciilor sociale și emoționale, ascultarea atentă, capacitatea de a rezista la influențele negative, abordarea lucrurilor din perspectiva altora și înțelegerea comportamentului acceptabil într-o anumită situație. Putem vorbi de educabilitate, dezvoltare, în cadrul inteligenței emoționale, atât la copii cât și la adulți. Dezvoltarea acesteia pe perioada școlărității le va acorda elevilor, la maturitate, o șansă mai mare de a se adapta la cerințele mereu crescânde ale societății. Prin exerciții și jocuri de dezvoltare a inteligenței emoționale, copiii au șansa de a-și îmbunătăți abilitățile de gândire critică și, implicit, de a-și optimiza sentimentul de autoeficacitate, grație căruia însuși traseul lor vocațional și stabilitatea acestuia se va limpezi.

Este necesar să acordăm o mai mare atenție dezvoltării emoționale. Rolul nostru ca dascăl este nu doar să oferim cunoștințe tinerilor, ci și să-i învățăm abilitățile de supraviețuire necesare pentru a face față cu succes vieții în lumea contemporană.

Propun mai multe exerciții și activități practice pentru dezvoltarea și exersarea inteligenței emoționale:

1.Desenul sentimentelor

Obiective:

- Dezvoltarea capacității de exprimare a sentimentelor, trăirilor;
- Creșterea stimei de sine, autocunoașterea și autocontrolul.

Procedura: Copiii sunt așezați la masă. Fiecare dintre ei primește o coală de hartie. Se aleg patru melodii care exprimă sentimente ca bucuria, tristețea, furia și frica. Înainte de a asculta muzica, copiii sunt rugați să fie atenți și în timp ce ascultă muzica să deseneze pe coală ceea ce simt în acel moment. La sfârșitul exercițiului fiecare copil își va descrie desenul.

2. Vanătoarea de oameni

Obiectiv: Să înțeleagă că fiecare dintre noi are ceva unic

Procedura: Copiii vor pleca într-o expediție de „Vânătoare de oameni” pentru a afla câte ceva despre colegii lor. Se vor plimba prin clasă, observându-și colegii și descoperindu-i pe aceia care au caracteristicile scrise pe planșă. Vor reveni la loc, în urma unor discuții vor nota câte un nume în dreptul fiecărei caracteristici.

Sarcina învățătorului: Ajutați copiii să înțeleagă că a fi diferit nu ne face mai buni sau mai răi, ci doar unici.

Are ochii căprui	Are cel puțin un pistrui	Îi lipsește un dinte	Este cel mai înalt din clasa
Este cel mai mic din familie	Îi place să rezolve probleme	Îndrăgește animalele	Este născut în aceeași lună cu d-na învățătoare
Locuiește pe strada școlii	Poate să stea într-un picior 10 secunde	Are acasă unul sau mai multe animale	Îi place să citească mult

3. Cine sunt eu?

Obiective:

- Autocunoașterea și dezvoltarea autocontrolului
- Stabilirea limitelor între spațiul personal și cel social

Procedura: Rugăm copiii să închidă ochii, să se proiecteze în propriul spațiu și să-și imagineze că sunt tufe de trandafiri. Pe fondul unei muzici de relaxare, le oferim copiilor mai multe situații, ei alegând ceea ce li se potrivește mai bine. De exemplu: Ce fel de tufă de trandafiri ești tu? Ești una foarte mică sau foarte mare? Ești înflorită? Ai frunze? Cum arată

rădăcinile tale? Ai spini? Unde te afli? Are cineva grijă de tine? Copiii nu vor verbaliza răspunsul la aceste întrebări. Apoi, le cerem copiilor să deschidă ochii când sunt gata. Le oferim o foaie de hartie și creioane colorate și îi rugăm să-și deseneze tufa de trandafiri. După terminarea desenelor, copiii sunt rugați să-și prezinte tufa de trandafiri și să povestească despre ea.

4. Poster cu oameni

Obiectiv: Să învețe ca oamenii au multe calități și caracteristici diferite.

Procedura: Fiecare elev va primi un „Poster cu oameni”. Vor trebui să deseneze imagini pentru a ilustra ceva din ceea ce au ei special timp de 15 minute. La sfârșit fiecare va împărtăși colegilor ceea ce au desenat.

Sarcina învățătorului: oamenii însumează calități diferite și schimbătoare și nu ne putem identifica doar printr-o singură calitate.

CEVA CE ÎȚI PLACE SĂ FACI	CEVA CE NU ÎȚI PLACE SĂ FACI
CEVA SPECIAL DESPRE TINE	CEVA LA CARE TE PRICEPI

5. Pot să fac, nu pot să fac

Obiectiv- Să învețe ca oamenii au atât puncte slabe cât și domenii în care sunt foarte competenți

Procedura: Învățătorul explică elevilor că există domenii în care oamenii se descurcă și domenii în care oamenii nu reușesc. Va citi de pe planșa diverse activități, elevii având obligația de a se ridica când aud o activitate pe care o pot face. Se notează numele celor care sunt în picioare urmând discuții cu întrebări de personalizare.

Sarcina învățătorului: Este important să pună accent pe faptul că fiecare are puncte tari și puncte slabe și că e normal să putem face doar anumite lucruri.

Să deseneze _____

Să își scrie numele _____

Să spună literele alfabetului _____

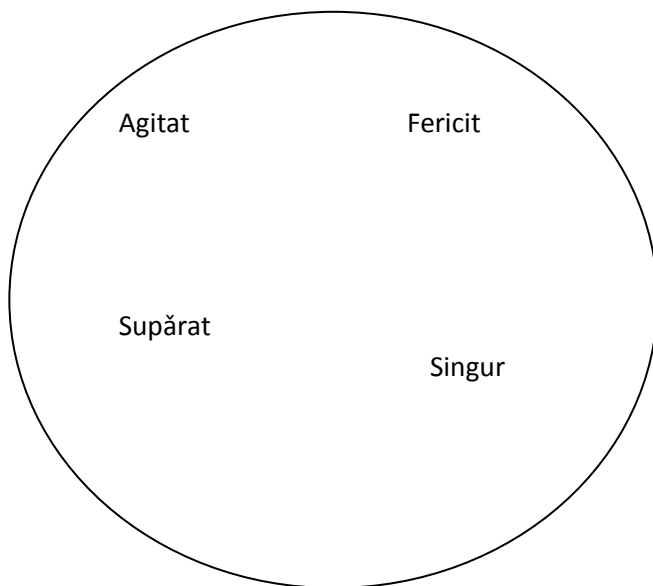
Să cunoască tabla înmulțirii _____

Să călărească un cal _____

Să vorbească o limbă străină _____

Să conducă o mașină _____

6. Roata emoțiilor



Obiectiv: Să își dezvolte vocabularul referitor la emoții.

Procedura: Se prezintă roata emoțiilor. În timpul jocului un elev va învăța brațul roții și, când acesta se oprește la o emoție, va încerca să explice ce înseamnă și să exemplifice cu un moment din viața lui în care s-au simțit în acel fel.

Sarcina învățătorului: Să se insiste pe emoții pozitive și negative pentru a explica cu claritate ce înseamnă o emoție.

7. Exprimă-te!

Obiectiv: Să înțeleagă că este bine să ne exprimăm emoțiile

Procedura: Se scriu pe tablă un șir de emoții pentru a le reaminti elevilor. Li se distribuie pungi de hârtie și fâșii de hârtie. Trebuie să scrie pe foaia de hârtie un sentiment pe care l-au simțit și nu l-au spus nimănui, să scrie emoția respectivă și să introducă fâșia în pungă. Iar emoțiile pe care le-au simțit și pe care nu le-au ascuns să le scrie în exteriorul pungii (emoții pozitive). La sfârșit să dea exemple de emoții pe care le țin pt. ei și exemple de emoții pe care le împărtășesc celorlalți.

Sarcina învățătorului: Să pună accent pe efectele negative care pot să apară când emoțiile sunt interiorizate. Este bine să-și exteriorizeze emoțiile.

Bibliografie :

1. Daniel Goleman, Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2000
2. Silvia Breben, Jocuri pentru dezvoltarea inteligenței emoționale la vârsta preșcolară și școlară mică, Editura Reprograph, 2010
3. Ann Vernon, Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală, Editura ASCR, 2004
4. Adriana Băban, Consiliere educațională, Cluj-Napoca, 2001

Modalități de educare a inteligenței emoționale la copiii de vârstă preșcolară

Prof. Tocan Monica
Grădinița cu P.P. Nr.4 Moreni, Dâmbovița
Prof. Ene Ana Maria
Grădinița „Rază de soare” Târgoviște

Inteligența emoțională este 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 noastre, cu un minim de conflicte inter și intra-personale. Ne-am întrebat adeseori ce îi face pe unii oameni, cu un coeficient de inteligență mediu sau chiar scăzut, să reușească în carieră.

Ce îi face pe alții, cu un IQ ridicat, să aibă eșecuri, să stagneze în carieră?

Răspunsul la acest aparent paradox este modul în care fiecare dintre ei își folosește inteligența emoțională (EQ).

Chiar dacă o persoană are suficiente cunoștințe și idei inteligente, dacă nu își cunoaște și nu reușește să-și gestioneze emoțiile și sentimentele, poate întâmpina dificultăți în încercarea de a-și construi relațiile cu ceilalți sau o carieră profesională de succes. Persoanele cu un înalt grad de autocunoaștere își dau seama cum sentimentele lor îi afectează, atât pe ei, cât și pe cei din jur.

Dezvoltarea inteligenței emoționale ne permite să ne punem în valoare aptitudinile intelectuale, creativitatea. Ne asigură reușita, atât în plan personal, cât și în cel profesional.

Elementele emoțiilor personale:

1. Cunoașterea emoțiilor personale – presupune identificarea și exprimarea lor coerentă, într-un context dat. În orice relație exprimăm informații, sentimente, fapte, amintiri. Uneori însă, ne este greu să exprimăm clar ceea ce vrem să spunem sau simțim – nu suntem coerenți, iar alteori ne este greu să înțelegem ceea ce ni se spune – intenția care se ascunde în spatele cuvintelor. Aceste situații sunt generatoare de conflict.

Pentru a le evita, este important să putem codifica și decodifica mesajele transmise, la nivelul verbal sau non-verbal, astfel încât să transmitem și să înțelegem corect sensul mesajelor.

2. Gestionarea emoțiilor – se referă la capacitatea noastră de a alege modalitatea prin care ne vom exprima într-o anumită situație.

Pentru a ne gestiona emoțiile este important să ținem cont de:

- Ce exprimăm?
- Cum exprimăm?
- Când exprimăm?
- Unde exprimăm?
- Cui exprimăm?

3. Direcționarea emoțiilor către scop

Scopul este criteriul după care ne gestionăm emoțiile. Este important să ținem cont de ceea ce vrem să facem sau să obținem, în mod concret:

- durata în timp – când vrem să atingem scopul
- participanți – de cine avem nevoie
- strategie – ce pași trebuie urmați
- resurse – de ce avem nevoie

4. Empatia – este capacitatea de a intui sau de a recunoaște emoțiile celorlalți. Empatia nu înseamnă să trăim emoțiile altor persoane, ci să le înțelegem pornind de la experiențele noastre.

5. Capacitatea de a construi relații interpersonale pozitive.

Arta inteligenței emoționale se rezumă în cadrul acestei componente. Astfel avem posibilitatea de a ne crea propriile relații folosind elementele menționate până acum: ne fixăm scopurile, ne canalizăm energia și emoțiile în funcție de scop (folosind empatia ca instrument), ne exprimăm și identificăm emoțiile într-un mod coerent. Vom fi conștienți de responsabilitatea noastră și a celorlalți în relațiile interpersonale. Acest lucru ne va ajuta să reducem conflictele și să comunicăm eficient.

6. Dezvoltarea încrederii de sine

Reușita în activitatea profesională este strâns legată de încrederea pe care ne-o acordăm nouă, dar și celorlalți, atunci când relaționăm. Încrederea de sine presupune cunoașterea propriilor resurse, exprimarea clară a nevoilor și dorințelor, acceptarea limitelor și formularea corectă a scopurilor. Conștientizarea acestor elemente ne permite să acționăm adecvat în situațiile importante din activitatea profesională. Multe persoane par pline de încredere. De multe ori, însă în spatele acestor măști dezvoltate în timp se ascund frici care influențează direct performanța profesională.

Potrivit Federației Internaționale a Comunităților Educative, reforma sistemului de învățământ trebuie orientată către copii, iar educația în spiritul democrației și al respectării drepturilor copilului trebuie să implice și familia.

Cadrul didactic, ca formator, are o influență puternică în acest sens, în special la vârstele mici, când comportamentul imitativ este dominant ; dacă el dovedește nediscriminare în respectarea drepturilor și stabilirea îndatoririlor, iar clasa este un climat democratic, afectiv, copilul își formează mai ușor deprinderi de comportament în sensul respectării drepturilor reciproce. Curiozitatea și receptivitatea specifice primelor etape în educația copilului constituie factori favorizanți în asumarea acestor valori și atitudini.

- ❖ Dacă un copil trăiește între cei care-l aprobă, învață să se placă pe sine însuși.
- ❖ Dacă cei din preajmă îi acordă recunoșterea, copilul învață că este bine să ai un scop.
- ❖ Dacă trăiește într-un mediu care dăruiește, copilul învață ce este generozitatea.
- ❖ Dacă un copil trăiește între cei cinstiți și sinceri, învață ce înseamnă adevărul și dreptatea.

Mediul grădiniței creează o atmosferă prielnică, stimulatoare pentru toți copiii.

Flexibilitatea programei determinată de formularea unor obiective cadru, de referință și a unor comportamente care se realizează pe întreaga perioadă a preșcolarității în funcție de nivelul dezvoltării copiilor, cadrul educațional variază și funcțional prin amenajarea zonelor de interes și nu în ultimul rând, natura relațiilor educatoare – copil sunt atuuri care oferă certitudinea că în această treaptă de învățământ poate să înceapă educația pentru democrație și personalitatea umană.

La vârsta preșcolară, accentul cade pe educarea copiilor în spiritul cooperării, întraajutorării, exprimării libere, responsabilizării și toleranței. Pentru a fi eficientă, educația emoțională trebuie să evite strategiile strict expozitive și să utilizeze metode bazate pe acțiune și joc. Este necesar să se asigure stimularea inteligenței și creativității prin toate mijloacele specifice vârstei, valorificarea maximală a funcțiilor stimulative și formative ale jocului, antrenarea copilului în acțiunea directă, ca partener activ la formarea personalității sale.

În continuare vom exemplifica modul în care am contribuit la conștientizarea emoțiilor copiilor grupei mijlocii. Jocurile și exercițiile energizante urmăresc captarea atenției, exersarea memoriei, buna relaționare, exprimarea liberă a sentimentelor cu o mimică și gestică adecvate, cunoașterea, autocunoașterea, corectarea ieșirilor negative și observarea percepției sociale a copiilor.

- „Cercul numelor” – Copiii stau în cerc pe scăunele și fiecare își spune numele asociindu-l cu ceva (plante, animale, fenomene). Astfel, copiii își cunosc bine numele și se caracterizează printr-un cuvânt.
- „Numele și schimbarea de loc” - Copiii stau în cerc pe scăunele. Copilul care nu are scaun, merge la un coleg, îi spune numele, dă mâna cu el și acesta îi cedează locul dacă a spus corect.
- „Numele și stări emoționale diferite” – Copiii stau în aceeași formație. Copilul numit merge la un coleg spunându-i numele așa cum i-a șoptit educatoarea. Copiii învață să diferențieze diferite stări emoționale (simpatie, supărare, furie, lingușire, poruncă, politețe), atât din tonul vocii, cât și din mimica interlocutorului.
- „Noii prieteni” – Copiii stau în semicerc pe scaune, vorbesc cu colegul din dreapta și cu cel din stânga despre familie, ce le place mai mult să facă, să mănânce, ce jucării au și apoi fiecare își prezintă vecinii. Este un exercițiu de pozitivare prin care se pot corecta ieșirile negative.

Copiii aud numai lucruri bune unii despre ceilalți și sunt stimulați să fie prieteni, să se joace împreună cu jucăriile preferate.

Pentru a cunoaște mai bine copiii cu care lucrăm (cum sunt tratați în familie, cine le sunt prietenii), pentru a-i îndemna să se cunoască, să se exprime liber și să aibă încredere în forțele proprii, am desfășurat următoarele exerciții cu grupuri de 5-6 copii: „Trei persoane importante din viața mea” , „Cum mă simt când...?”, „Ce-mi trece prin cap acum?”, „Cel mai fericit moment din viața mea”

Pentru a facilita deschiderea de sine într-un climat plăcut am desfășurat jocul „Rucsacul meu cu calități”. Plecați în vacanță. Ce calități aveți și doriți să le luați cu voi ?

Răspunsurile date de copii le-am dezvoltat în discuțiile ulterioare când i-am invitat să ne povestească de ce consideră ei că sunt harnici, curajoși, buni, etc. Am încurajat afirmarea acestor calități și extinderea lor la toți copiii din grupă dându-i exemplu.

Jocurile de rol pe diferite teme determină copiii să interpreteze diferite statusuri sociale fiind o modalitate eficientă de educare a comportamentelor și atitudinilor în spiritul valorilor morale, democratice și sociale. Jocuri ca „De-a aniversarea”, „De-a magazinul”, „De-a grădinița”, „De-a doctorul”, pun copiii în situația de a relaționa între ei, îi activează din punct de vedere cognitiv, afectiv și motric-acțional, îi învață să negocieze în repartizarea rolurilor, să accepte părerile celorlalți. Interacțiunile dintre participanți permit autocontrolul conduitei, comportamentului, înlăturarea pornirilor negative, dominante. Apar situații problematice

care favorizează înțelegerea complexă a situației și determină cooperarea, participarea activă a tuturor partenerilor în găsirea soluțiilor.

Povestirile sunt o formă eficientă de educare a copiilor. Literatura pentru copii abundă de teme în care eroii pozitivi dau dovadă de toleranță, cooperare, iubire de semenii, curaj, responsabilitate. Ele dezvoltă creativitatea, conduc la înțelegerea statusului și rolului social al personajelor, dezvoltă capacitatea de expresie a copiilor, provoacă trăiri puternice.

Poeziile sunt o formă eficientă de educare a copiilor în spiritual dragostei față de toți copiii lumii, de toate viețuitoarele pământului, de la cele mai mari până la cele mai mici, ajutorării celor aflați în suferință. Am selectat conținuturi care să sprijine realizarea acestor obiective: „Doi frați cuminiți”, „Cățelușul șchiop”, „Motanul pedepsit” de Elena Farago, „Jucăriile” de Florin Iordăchescu, „Tâlharul pedepsit” de Tudor Arghezi. În desfășurarea activităților am îmbinat diferite tehnici de recitare pentru a antrena toți copiii: în cor, șnur, pe roluri, cu exprimarea ideii versului printr-o mișcare.

Poeziile, poveștile și povestirile au un rol deosebit în dezvoltarea empatiei copiilor deoarece de cele mai multe ori se identifică cu personajele. Această structură complexă este absolut indispensabilă educatorului pentru a-și simți copiii și pentru a folosi cele mai potrivite metode, tehnici și strategii. În ceea ce mă privește, sunt atentă la interacțiunile mele cu copiii: cine se așează mereu în apropierea mea, cine evită apropierea de mine, cine se oferă mai des să mă ajute, să rezolve sarcini și cine stă deoparte.

În toate activitățile desfășurate am antrenat fiecare copil în parte, le-am dat să rezolve sarcini în grup, am căutat să-i stimulez pe cei timizi să se afirme prin lucrări colective, colaje, pictură, puzzle

Bibliografie:

- Goleman, Daniel, Inteligența emoțională, trad.: Irina Margareta Nistor.- Ed.a 3-a,- București: Curtea Veche Publishing, 2008.
- Curriculum 2008.

Dezvoltarea inteligenței emoționale la preșcolari

Prof. învă. preșcolar Ionică Cristina

Grădinița cu P.P. "Palatul fermecat", Arad

Există mai multe definiții pentru "inteligenta emoțională". Într-o primă accepțiune (Salovey & Mayer, 1990), termenul se referă la abilitățile în baza cărora un individ poate discrimina și monitoriza emoțiile proprii și ale celorlalți, precum și la capacitatea acestuia de a utiliza informațiile deținute pentru a-și ghida propria gândire și acțiune. Două lucruri esențiale sunt subliniate în această definiție: procesele cognitive implicate, precum și procesele prin care sunt monitorizate emoțiile proprii de cele implicate în monitorizarea emoțiilor celorlalți. Această ultimă distincție ne trimite cu gândul la autorul inteligențelor multiple, Howard Gardner, care face distincție între inteligența intrapersonală (etichetarea propriilor emoții) și cea interpersonală (înțelegerea emoțiilor celorlalți).

Daniel Goleman(1995) propune o definiție mai apropiată de preocupările noastre. Conform acestuia, inteligența emoțională desemnează o capacitate de control și autocontrol al stresului și emoțiilor negative; o meta-abilitate, care determină și influențează modul și eficiența cu care ne putem folosi celelalte capacități și abilități pe care le posedăm , inclusiv inteligența educațională. Realitatea ne demonstrează ca cei care își stăpânesc emoțiile bine și care abordează eficient emoțiile celorlalți sunt în avantaj în orice domeniu al vieții și au șanse mai mari de a fi eficienți și mulțumiți în viață.

Inteligența emoțională este capacitatea noastră innăscută de a simți, înțelege, exprima, identifica, învăța, explica și de a ne controla emoțiile. Încă de mici, învățăm să facem față propriilor noastre emoții, dar și ale celor din jur.

Când ne este frică începem să plângem dorindu-ne ca mama să vină și să ne ia în brațe. Toate acțiunile noastre precum și întregul nostru comportament au la bază emoțiile. Ne dorim să ne simțim iubiți, fericiți, prețuiți. Asta e... emoțiile și sentimentele ne caracterizează într-un mod profund natura noastră de ființe umane.

Complexitatea mereu crescândă a societății contemporane face ca inteligența probată în context educațional să fie insuficientă pentru mulți dintre noi pentru rezolvarea problemelor

cotidiene. Sunt numeroase cazuri de elevi cu mari performanțe pe durata școlarizării, dar care nu reușesc să-și valorifice potențialul, eșuând în plan profesional.

Din dorința de a depăși acest aparent paradox cercetătorii au introdus o serie de termeni noi: inteligența socială, practică, inteligența emoțională.

Este necesar să acordăm o mai mare atenție dezvoltării emoționale. Rolul nostru ca dascăl este nu doar să oferim cunoștințe tinerilor, ci și să-i învățăm abilitățile de supraviețuire necesare pentru a face față cu succes vieții în lumea contemporană.

Pentru ca un copil să se dezvolte armonios, începem ora de joacă cu activități de dezvoltare emoțională, deoarece încă din grădiniță emoțiile trebuie învățate, cunoscute, înțelese și în cele din urmă controlate. Primii pași se referă la construirea unui vocabular al emoțiilor, precum și capacitatea copilului de a-și recunoaște propriile emoții și pe ale celor din jur. Cu timpul copiii învață cum să își exprime emoțiile într-un mod adecvat, și ce să facă când are anumite trăiri negative. De asemenea va învăța și să înțeleagă emoțiile celorlalți din ce în ce mai bine.

Mediul grădiniței creează o atmosferă prielnică, stimulatoare pentru toți copiii. Flexibilitatea programei determinată de formularea unor obiective cadru, de referință și a unor comportamente care se realizează pe întreaga perioadă a preșcolarității în funcție de nivelul dezvoltării copiilor, cadrul educațional variat și funcțional prin amenajarea zonelor de interes și nu în ultimul rând, natura relațiilor educatoare – copil sunt atuuri care oferă certitudinea că în această treaptă de învățământ poate să înceapă educația pentru democrație și personalitatea umană.

La vârsta preșcolară, accentul cade pe educarea copiilor în spiritul cooperării, întraajutorării, exprimării libere, responsabilizării și toleranței. Pentru a fi eficientă, educația emoțională trebuie să evite strategiile strict expositive și să utilizeze metode bazate pe acțiune și joc. Este necesar să se asigure stimularea inteligenței și creativității prin toate mijloacele specifice vârstei, valorificarea maximală a funcțiilor stimulative și formative ale jocului, antrenarea copilului în acțiunea directă, ca partener activ la formarea personalității sale.

În continuare voi exemplifica modul în care am contribuit la conștientizarea emoțiilor copiilor grupei mari. Jocurile și exercițiile energizante urmăresc captarea atenției, exersarea memoriei, buna relaționare, exprimarea liberă a sentimentelor cu o mimică și gestică adecvate, cunoașterea, autocunoașterea, corectarea ieșirilor negative și observarea percepției sociale a copiilor:

- „**Recunoaște emoția**”- Copiii stau în semicerc pe scaune, se întreabă dacă și-au dat seama că de fiecare dată când simte o anumită emoție, în corpul lui se produc anumite reacții. Li se

propune să fie furioși și să ia poziția pe care o au atunci când sunt furioși și să fie atenți la corp și la senzațiile care apar și să precizeze locul unde simt această senzație.

- „**Cercul numelor**” – Copiii stau în cerc pe scăunele și fiecare își spune numele asociindu-l cu ceva (plante, animale, fenomene). Astfel, copiii își cunosc bine numele și se caracterizează printr-un cuvânt.

- „**Noii prieteni**” – Copiii stau în semicerc pe scaune, vorbesc cu colegul din dreapta și cu cel din stânga despre familie, ce le place mai mult să facă, să mănânce, ce jucării au și apoi fiecare își prezintă vecinii. Este un exercițiu de pozitivare prin care se pot corecta ieșirile negative. Copiii aud numai lucruri bune unii despre ceilalți și sunt stimulați să fie prieteni, să se joace împreună cu jucăriile preferate.

- „**Numele și stări emoționale diferite**” – Copiii stau în aceeași formație. Copilul numit merge la un coleg spunându-i numele așa cum i-a șoptit educatoarea. Copiii învață să diferențieze diferite stări emoționale (simpatie, supărare, furie, lingușire, poruncă, politețe), atât din tonul vocii, cât și din mimica interlocutorului.



- „**Cum te simți?**”- copiii vin pe rand la panou și descriu starea pe care o au/ simt în ziua respectivă



Jocurile de rol pe diferite teme determină copiii să interpreteze diferite statusuri sociale fiind o modalitate eficientă de

educare a comportamentelor și atitudinilor în spiritul valorilor morale, democratice și sociale. Jocuri ca „De-a aniversarea”, „De-a magazinul”, „De-a grădinița”, „De-a doctorul”, pun copiii în situația de a relaționa între ei, îi activează din punct de vedere cognitiv, afectiv și motric-acțional, îi învață să negocieze în repartizarea rolurilor, să accepte părerile celorlalți. Interacțiunile dintre participanți permit autocontrolul conduitei, comportamentului, înlăturarea pornirilor negative, dominante. Apar situații problematice care favorizează înțelegerea complexă a situației și determină cooperarea, participarea activă a tuturor partenerilor în găsirea soluțiilor.

Povestirile sunt o formă eficientă de educare a copiilor. Literatura pentru copii abundă de teme în care eroii pozitivi dau dovadă de toleranță, cooperare, iubire de semenii, curaj, responsabilitate. Ele dezvoltă creativitatea, conduc la înțelegerea statusului și rolului social al personajelor, dezvoltă capacitatea de expresie a copiilor, provoacă trăiri puternice.

Poeziile sunt o formă eficientă de educare a copiilor în spiritual dragostei față de toți copiii lumii, de toate viețuitoarele pământului, de la cele mai mari până la cele mai mici, ajutorării celor aflați în suferință.

Poeziile, poveștile și povestirile au un rol deosebit în dezvoltarea empatiei copiilor deoarece de cele mai multe ori se identifică cu personajele. Această structură complexă este absolut indispensabilă educatorului pentru a-și simți copiii și pentru a folosi cele mai potrivite metode, tehnici și strategii. În ceea ce mă privește, sunt atentă la interacțiunile mele cu copiii: cine se așează mereu în apropierea mea, cine evită apropierea de mine, cine se oferă mai des să mă ajute, să rezolve sarcini și cine stă deoparte. În toate activitățile desfășurate am antrenat fiecare copil în parte, le-am dat să rezolve sarcini în grup, am căutat să-i stimulez pe cei timizi să se afirme prin lucrări colective, colaje, pictură, puzzle.

Bibliografie:

- Ann Vernon, Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional-emoțională și comportamentală, Editura ASCR, 2004
- Adriana Băban, Consiliere educațională, Cluj-Napoca, 2001

Dezvoltarea inteligenței emoționale – premisă a creșterii performanței școlare

Prof. înv. primar Trucă Ionela Gabriela

Școala Gimnazială Nr. 7 Petroșani, jud. Hunedoara

Complexitatea mereu crescândă a societății contemporane face ca inteligența probată în context educațional să fie insuficientă pentru mulți dintre noi pentru rezolvarea problemelor cotidiene. Sunt numeroase cazuri de elevi cu mari performanțe pe durata școlarizării, dar care nu reușesc să-și valorifice potențialul, eșuând în plan profesional. Din

dorința de a depăși acest aparent paradox cercetătorii au introdus o serie de termeni noi: inteligența socială, practică, inteligența emoțională.

Există mai multe definiții pentru “ inteligența emoțională”. Într-o primă accepțiune (Salovey & Mayer, 1990), termenul se referă la abilitățile în baza cărora un individ poate discrimina și monitoriza emoțiile proprii și ale celorlalți, precum și la capacitatea acestuia de a utiliza informațiile deținute pentru a-și ghida propria gândire și acțiune. Două lucruri esențiale sunt subliniate în această definiție: procesele cognitive implicate, precum și procesele prin care sunt monitorizate emoțiile proprii de cele implicate în monitorizarea emoțiilor celorlalți. Această ultimă distincție ne trimite cu gândul la autorul inteligențelor multiple, Howard Gardner, care face distincție între inteligența intrapersonală (etichetarea propriilor emoții) și cea interpersonală (înțelegerea emoțiilor celorlalți).

Daniel Goleman(1995) propune o definiție mai apropiată de preocupările noastre. Conform acestuia, inteligența emoțională desemnează o capacitate de control și autocontrol al stresului și emoțiilor negative; o meta-abilitate, care determină și influențează modul și eficiența cu care ne putem folosi celelalte capacități și abilități pe care le posedăm , inclusiv inteligența educațională. Realitatea ne demonstrează ca cei care își stăpânesc emoțiile bine și care abordează eficient emoțiile celorlalți sunt în avantaj în orice domeniu al vieții și au șanse mai mari de a fi eficienți și mulțumiți în viață.

Tema tratată reprezintă influența dezvoltării emoționale asupra performanței școlare. Putem vorbi de educabilitate, dezvoltare, în cadrul inteligenței emoționale atât la copii cât și la adulți. Dezvoltarea acesteia pe perioada școlarității le va acorda elevilor , la maturitate, o șansă mai mare de a se adapta la cerințele mereu crescânde ale societății. Un copil care nu reușește la școală se va considera înfrânt și reacționează ca atare. Prin exercitii și jocuri de dezvoltare a inteligenței emoționale elevii au șansa de a-și îmbunătăți abilitățile de gândire critică și, implicit, de a-și optimiza sentimentul de autoeficacitate, grație căruia însuși traseul lor vocațional și stabilitatea acestuia se va limpezi.

Este necesar să acordăm o mai mare atenție dezvoltării emoționale. Rolul nostru ca dascăl este nu doar să oferim cunoștințe tinerilor, ci și să-i învățăm abilitățile de supraviețuire necesare pentru a face față cu succes vieții în lumea contemporană.

O concepție îngustă asupra inteligenței consideră că IQ este un dat genetic care nu se poate schimba prin experiența de viață și destinul nostru este stabilit de aceste aptitudini. Întrebarea este : « Ce anume putem schimba care să dea copiilor posibilitatea să se descurce mai bine în viață? » Ce anume face ca persoane cu IQ ridicat să se descurce mediocru dacă nu chiar să eșueze lamentabil, în timp ce persoane cu IQ moderat să se descurce surprinzător de

bine? Răspunsul poate să conștie într-un set de abilități numite **inteligente emoționale** care includ autocontrol, zel, tenacitate, capacitate de motivare, autoconstrângere, empatie etc. Este deosebit de important să cunoaștem și să înțelegem emoțiile, să construim «emoții inteligente», să aducem inteligență emoțiilor.

În cadrul inteligenței emoționale sunt incluse mai multe capacități grupate în cinci domenii:

- 1.Cunoașterea de sine , a propriilor emoții:** introspecția , asocierea și recunoașterea unui sentiment după generarea lui;
- 2.Stăpânirea emoțiilor :** conștientizarea elementelor care stau în spatele sentimentelor, aflarea unor metode de a face față temerilor ,anxietății, mâniei și supărărilor ;
- 3.Motivarea intrinsecă :** canalizarea și controlul emoțiilor și sentimentelor pentru atingerea unui scop , reprimarea impulsurilor de abandon și amânarea gratificațiilor și recompenselor ;
- 4. Empatia :** capacitatea de a manifesta sensibilitate și grijă față de sentimentele altora ;
- 5.Stabilirea și dirijarea relațiilor interumane :** se referă la competența și aptitudinile sociale (cunoașterea, analiza și controlul emoțiilor altora);

Propun mai multe activități practice pentru dezvoltarea inteligenței emoționale:

Activitatea 1-EXPEDITIA

Obiectiv: Să înțeleagă că fiecare dintre noi are ceva unic

Procedura:Copiii vor pleca într-o expediție de „ vânătoare de colegi”pentru a afla câte ceva despre colegii lor.Se vor plimba prin clasă , observându-și colegii și descoperindu-i pe aceia care au caracteristicile scrise pe planșă.Vor reveni la loc , în urma unor discuții vor nota câte un nume în dreptul fiecărei caracteristici.

Sarcina învățătorul: Ajutați copiii să înțeleagă că a fi diferit nu ne face mai buni sau mai răi, ci doar unici.

PLANȘĂ CU „ EXPEDITIA”

Are ochii căprui	Are cel puțin un pistru	Îi lipsește un dinte	Este cel mai înalt din clasa
Este cel mai mic din familie	Îi place să rezolve probleme	Îndrăgește animalele	Este născut în aceeași lună cu d-na învățătoare
Locuiește pe strada	Poate să stea într-un	Are acasă unul sau	Îi place să citească

școlii	picioar 10 secunde	mai multe animale	mult

Activitate 2-POSTER CU OAMENI

Obiectiv: Să învețe ca oamenii au multe calități și caracteristici diferite.

Procedura: Fiecare elev va primi un „Poster cu oameni”. Vor trebui să deseneze imagini pentru a ilustra ceva din ceea ce au ei special timp de 15 minute. La sfârșit fiecare va împărtăși colegilor ceea ce au desenat.

Sarcina învățătorului: oamenii însumează calități diferite și schimbătoare și nu ne putem identifica doar printr-o singură calitate.

POSTER CU OAMENI

CEVA CE ÎȚI PLACE SĂ FACI	CEVA CE NU ÎȚI PLACE SĂ FACI
CEVA SPECIAL DESPRE TINE	CEVA LA CARE TE PRICEPI

Activitate 3-POT SĂ FAC, NU POT SĂ FAC

Obiectiv-Să învețe ca oamenii au atât puncte slabe cât și domenii în care sunt foarte competenți

Procedura: Învățătorul explică elevilor că există domenii în care oamenii se descurcă și domenii în care oamenii nu reușesc. Va citi de pe planșa diverse activități, elevii având obligația de a se ridica când aud o activitate pe care o pot face. Se notează numele celor care sunt în picioare urmând discuții cu întrebări de personalizare.

Sarcina învățătorului: Este important să pună accent pe faptul că fiecare are puncte tari și puncte slabe și că e normal să putem face doar anumite lucruri.

PLANSĂ „POT SĂ FAC, NU POT SĂ FAC”

NUME

- Să deseneze _____
- Să își scrie numele _____
- Să spună literele alfabetului _____
- Să cunoască tabla înmulțirii _____
- Să călărească un cal _____
- Să vorbească o limbă străină _____
- Să conducă o mașină _____

Activitate 4 -EXPRIMĂ-TE!!!

Obiectiv: Să înțeleagă că este bine să ne exprimăm emoțiile

Procedura: Se scriu pe tablă un șir de emoții pentru a le reaminti elevilor. Li se distribuie pungi de hârtie și fâșii de hârtie. Trebuie să scrie pe foaia de hârtie un sentiment pe care l-au simțit și nu l-au spus nimănui, să scrie emoția respectivă și să introducă fâșia în pungă. Iar emoțiile pe care le-au simțit și pe care nu le-au ascuns să le scrie în exteriorul pungii (emoții pozitive). La sfârșit să dea exemple de emoții pe care le țin pt. ei și exemple de emoții pe care le împărtășesc celorlalți.

Sarcina învățătorului: Să pună accent pe efectele negative care pot să apară când emoțiile sunt interiorizate. Este bine să-și exteriorizeze emoțiile.

Activitatea 5-CE SE ASCUNDE ÎN INTERIOR?

Obiectiv: Să recunoască efectele etichetării asupra relațiilor.

Procedura: Se așează 6-8 cutii de conserve fără etichetele originale. Se confecționează două serii de etichete hazlii: „Gogoșarii lui Andra”, „Super-supă Diane”, „Cârnații fantastici ai lui Dorel”. Se citește eticheta de pe borcan cerându-le elevilor să liciteze conservele în funcție de cât de mult ar fi dispuși să dea pe ele. Se scrie cel mai mare preț oferit și se lipește pe borcan. Se realizează o nouă licitație cu celelalte etichete mai puțin atrăgătoare. Se discută despre ceea ce i-a determinat să schimbe prețul. Câteodată etichetăm oamenii asemeni cutiilor.

Sarcina învățătorului: Etichetele nu ne spun multe, ne pot influența negativ opinia despre cineva sau modul în care apreciem ceea ce este în interiorul unei persoane.

BIBLIOGRAFIE :

1. DANIEL GOLEMAN – «INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ», EDITURA CURTEA VECHĂ, BUCUREȘTI – 2000
2. HOWARD GARDNER – «TRATAT DE RĂZGÂNDIRE», EDITURA ALLFA, BUCUREȘTI.

Dezvoltarea emoțională a copiilor prin joc

Ed. Pătrașcu Diana-Andreea

Prof. Dinu Mariana

Grădinița cu P.P. Nr.4 Moreni, Dâmbovița

Din păcate dezvoltarea emoțională este deseori trecută cu vederea, ca și cum ar fi de la sine înțeleasă. Însă și emoțiile trebuie învățate, cunoscute, înțelese, și în cele din urmă controlate.

O bună dezvoltare emoțională trebuie să înceapă de la vârste mici. Primii pași se referă la construirea vocabularul emoțiilor, precum și la capacitatea copilului de a-și recunoaște propriile emoții și pe ale celor din jur. Cu timpul copilul va învăța cum să își exprime emoțiile într-un mod adecvat și ce să facă atunci când are anumite trăiri negative. De asemenea va învăța și să înțeleagă emoțiile celorlalți din ce în ce mai bine.

Jocurile îl ajută pe copil să își dezvolte inteligenta emoțională. Chiar dacă sunt dedicate celor mici, ele pot fi folosite cu succes și la vârste mai mari, dacă sunt puțin adaptate.

- **Joc: Cum se simte iepurașul Urechilă?**

Acesta este un joculeț de dezvoltare emoțională care îl ajută pe copil să identifice emoțiile celorlalți și să înțeleagă de ce apar ele. Cu cât jocul este mai interactiv cu atât copilului îi va plăcea mai mult. Este potrivit pentru copiii cu vârsta cuprinsă între 3 și 6 ani, dar se poate adapta și pentru vârste mai mari, dacă povestea este îmbogățită cu mai multe detalii.

Vârsta potrivită: între 3 și 6 ani

Materiale necesare: un iepuraș de jucărie (opțional).

Mod de realizare:

Copiii vor fi anunțați că astăzi vor afla povestea iepurașului Urechilă. În timpul povestirii se poate folosi un iepuraș de jucărie, pentru a fi mai antrenant.

După fiecare întâmplare copilul va fi întrebat: *Cum crezi că se simte iepurașul?* Întrebările vor fi adresate în mod natural, fără să i se dea impresia copilului că este interogată. Este încurajat să se exprime deschis. Dacă se observă că micuțul se blochează, i se poate sugera răspunsul.

Într-o zi iepurașul Urechilă s-a trezit de dimineață după ce a visat ceva frumos. (Cum crezi că se simțea?). Îi era foarte foame și i-a cerut mamei sale un morcov. Mama sa i-a dat și l-a mângâiat pe urechi spunându-i că o să se facă un iepuraș tare zglobiu.

(Cum s-a simțit iepurașul când mama i-a spus asta?).

Iepurașul a întrebat-o pe mama lui dacă poate să iasă la joacă și ea i-a spus că mai întâi el trebuie să își facă patul. (Cum s-a simțit atunci iepurașul?). După ce și-a făcut patul, Urechilă a ieșit afară din casă. Acolo s-a întâlnit cu prietenii lui, alți iepurași mai mici (Ce a simțit când i-a văzut?). Au început să construiască un castel în nisip, și o iepuroaică mică i-a dărâmat din greșeală castelul (Cum s-a simțit atunci Urechilă?) Iepuroaica și-a cerut scuze și cei doi s-au împăcat, și au decis să construiască împreună un alt castel (Ce a simțit iepurașul?). Peste o oră mama iepurașului l-a chemat în casă pentru a mânca (Cum s-a simțit când a plecat în casă?)

Copiii vor fi încurajați să denumească cât mai multe emoții pe măsură ce răspund la întrebări. La început poate că vor fi tentați să răspundă numai cu "bine"/"rău", așa că îi putem sugera emoții, dacă observăm că el nu știe. De asemenea putem să explicăm de ce au apărut unele emoții. Spre exemplu la întrebarea "*Cum s-a simțit Urechilă când iepuroaica i-a stricat castelul de nisip?*", dacă îi spunem că s-a simțit trist, putem adăuga "*pentru că a muncit mult ca să construiască un castel frumos*". Totodată se pot folosi secvențe din viața de zi cu zi a copilului, pentru a observa cum se simte el în acele momente.

- **Joc: Ce culoare au emoțiile mele?**

Orice culoare poate fi asociată cu una sau mai multe emoții, precum orice emoție poate să aibă propria ei culoare. Acest joculeț de dezvoltare emoțională poate ajuta copiii să învețe cât mai multe emoții. Cu cât copiii sunt mai mari, cu atât joculețul poate fi făcut cu emoții mai nuanțate. Când se explică o nouă emoție, se pot folosi exemple de situații în care s-au simțit așa. Joculețul este potrivit de la vârsta de 4 ani.

Vârsta potrivită: de la 4 ani

Materiale necesare: cartonașe colorate în 6 culori: galben, portocaliu, roșu, albastru, verde și negru.

Mod de realizare:

Copiii vor fi anunțați că astăzi vor descoperi o mulțime de emoții noi. Se așază pe o masă cartonașele colorate și apoi fiecare copil este solicitat să aleagă cartonașul care se potrivește

cel mai bine cu felul în care se simte el pe moment. Apoi fiecare este invitat să denumească o emoție care se potrivește cu culoarea aleasă.

Fiecare dintre noi asociem la aceeași culoare emoții diferite. Spre exemplu pentru unii roșu înseamnă pasiune, pentru alții furie, pentru alții frică. De aceea este foarte important să lăsăm copilul să găsească propriile asocieri culoare-emoție, fără să îl corectăm sau să îi spunem că greșește. Nu există răspunsuri corecte sau greșite când vine vorba de emoții. Acceptăm pur și simplu emoția spusă de el și îl încurajăm să continue.

- **Joc: Dacă aș fi o floare...**

Fiecare dintre noi îi descriem pe ceilalți în mod spontan prin metafore și analogii. De multe ori ni se întâmplă să spunem: „Cristina e sensibilă ca o panseluță”, sau „Maria e harnică ca o furnicuță”. Prin metafore putem exprima lucruri mai profunde pe care le simțim, dar pe care poate ne-ar veni greu să le spunem direct. Joculețul pe care îl propunem are scopul de a-l învăța pe copil să se exprime cu ajutorul metaforelor. Mai mult, acest joc ne dă ocazia să cunoaștem mai multe despre părerea pe care o au copiii despre ei înșiși și despre cei apropiați.

Vârsta potrivită: începând cu 4-5 ani

Mod de realizare:

Le vom propune copiilor un exercițiu de imaginație. Li se vor adresa rând pe rând următoarele întrebări, și le vom da timp să se gândească la fiecare. Îi putem întreba de ce anume aleg anumite răspunsuri, dar fără să folosim un ton de chestionare, ci unul prin care să îi ajutăm să se deschidă mai mult. Întrebări sugerate:

- Dacă ai fi o floare, ce floare ai fi?
- Dacă ai fi o pasăre, ce pasăre ai fi?
- Dacă ai fi o culoare, ce culoare ai fi?
- Dacă ai fi un animal, ce animal ai fi?
- Dacă ai fi un instrument muzical, ce instrument ai fi?

La fiecare dintre aceste întrebări, se pot adăuga altele, în funcție de disponibilitatea copilului de a răspunde:

- Cum se simte floarea (pasărea, culoarea, etc) pe care ai ales-o tu?
- Unde se află ea?
- Ce floare ți-ar plăcea să fii? (Poate că îți dorește să fie o altă floare decât este în prezent)

- Dar mama ce floare ar fi? Dar tata? Dar fratele? (sau alte persoane importante pentru el).

Acest joculeț ne dă ocazia să observăm ce imagine are copilul despre el însuși și despre unii membri ai familiei. Informațiile sunt foarte prețioase, pentru că ne arată ce crede cu adevărat copilul despre unele persoane. Având în vedere că el se deschide în fața noastră, va trebui să avem o atitudine de respect față de răspunsurile lui, fără să încercăm să îi influențăm răspunsurile. Altfel, se va închide în el, și pe viitor se va abține să spună ce crede el cu adevărat. Acest joc este o modalitate excelentă de cunoaștere reciprocă și de dezvoltare a inteligenței emoționale.

Bibliografie:

Cosmovici, Andrei, Iacob, Luminița „Psihologie școlară”, Editura „POLIROM”, Iași, 2008;

Roco, Mihaela „Creativitate și inteligență emoțională”, Editura „POLIROM”, Iași, 2001;

Jocul didactic în educarea inteligenței emoționale la copii

Prof. înv. primar Botka Ildikó

Școala Gimnazială Nr. 1 Panic

Structura: Școala Primară Dioșod, Sălaj

Inteligența emoțională a devenit una dintre cele mai puternice arme pentru educația copiilor în epoca modernă și este considerată, de foarte mulți specialiști, chiar mai importantă decât cea cognitivă.

Lumea complexă în care trăim te face să conștientizezi din ce în ce mai mult că inteligența emoțională, adică modul în care îți stăpânești și înțelegi emoțiile, joacă un rol esențial în dobândirea fericirii și a succesului în viață.

Foarte mult timp, inteligența intelectuală sau cognitivă a primat în fața celei emoționale în modul în care copiii au fost educați. Specialiștii consideră că inteligența emoțională joacă un rol mai important în dezvoltarea unor copii deștepți, fericiți și de succes. Inteligența emoțională este „hrana” cu care trebuie să alimentezi copilul încă din primii ani de

viață, pentru a-l ajuta să se cunoască mai bine și să-și înțeleagă emoțiile pentru a le folosi în mod constructiv.

Inteligența emoțională, considerată și inteligența socială, este definită ca abilitatea de a observa, diferenția și înțelege propriile emoții și ale celor din jur și de a folosi informațiile obținute în ghidarea propriilor acțiuni. Abilitatea se mai definește și prin alte câteva abilități sau caracteristici esențiale pe care trebuie să înveți să ți le însușești pentru a o împărtăși, mai departe, copilului:

- capacitatea de a empatiza cu trăirile altora;
- aptitudinea de a fi sociabil și de a te înțelege cu cei din jur;
- abilitatea de a-ți controla impulsurile;
- capacitatea de a selecta emoțiile pozitive și de a le folosi în mod constructiv;
- abilitatea de a găsi soluții creative și de a ieși din încurcături;
- respectarea dorințelor și opiniilor celor din jur, fără critici și prejudecăți.

Pentru a-ți folosi inteligența emoțională în educația copilului, este recomandat să combini cunoașterea și experiența cu empatia, înțelepciunea, conștiința de sine și autocontrolul. Acestea sunt ingredientele de bază pentru o educație corectă a copilului, adaptată vremurilor pe care le trăim.

Controlarea propriilor emoții și înțelegerea trăirilor copilului te ajută să-l educi corespunzător și să-l determini să coopereze mai ușor cu tine. La fel ca mulți dintre oameni, copilul cooperează și își dă interesul în ceea ce face dacă se simte: auzit, plăcut, apreciat sau iubit, motivat, încurajat.

Unul dintre obiectivele majore ale disciplinei dezvoltare personală în primii trei ani de școală este exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiunea cu copii și adulți cunoscuți. Pentru formarea competențelor de recunoaștere și exprimare adecvată a emoțiilor programa școlară oferă o serie de exemple de activități pe baza cărora am adunat câteva jocuri didactice ce pot fi utilizate la clasă.

Jocurile prezentate mai jos urmăresc recunoașterea și exprimarea unor emoții diferite, precum și mimarea expresiilor emoționale, însoțită de verbalizare. Jocurile au ca suport situații trăite, familiare, texte cunoscute, imagini, planșe.

JOCURI DIDACTICE:

1. Zarul emoțiilor:

Jocul se poate desfășura frontal, în echipă sau în perechi. Sarcinile de lucru pot fi diverse: să recunoască și să denumească emoția exprimată pe fața zarului, să mimeze emoția respectivă,

să descrie o situație trăită în care a simțit acea emoție și felul în care a gestionat-o, să redea prin tehnici art-creative emoția. O alternativă a zarului este „roata emoțiilor”.

2. Puzzle-ul emoțiilor:

Jocul constă în asocierea corectă a expresiei exprimate de ochi cu cea exprimată de gurițe, copiii observă că în expresia facială specifică unei emoții există concordanță între toate elementele (un zâmbet larg nu poate fi asociat cu o privire încruntată).

3. Ce nu se potrivește?

Pe o planșă cu imagini diferite, dar exprimând aceeași emoție, apare și o imagine care exprimă o altă emoție. Copiii au sarcina de a recunoaște emoțiile și de a identifica intrusul.

4. Să vorbim despre ce simt personajele!

Pentru acest joc pot fi folosite imagini cu personaje din povești a căror mimică exprimă emoții diferite:

Furnica – discutând cu greierele, are mâinile în șold și sprâncenele încruntate – e furioasă

Mama – primind inimoara de turtă dulce de la fiul ei, zâmbește – e bucuroasă

Șarpele – la judecată – îi e frică

Cenușăreasa – adună boabele din cenușă – e tristă

După ce a fost identificată emoția, se poate cere copiilor să arate caracteristicile feței după care au recunoscut (exemplu: „Îmi dau seama că Cenușăreasa este tristă pentru că are capul aplecat, colțurile buzelor lăsate în jos, ochii sunt lipsiți de strălucire, stă să plângă”), care este cauza fiecărei emoții pe care o trăiesc personajele.

5. Spune/arată ce emoții trăiesc personajele!

Se citesc fragmente din texte literare și după conținutul și intonația lecturii, copiii vor deduce emoțiile diferite ale personajelor și le vor numi:

- a) „ – Ia fata asta și du-o în adâncul pădurii, că nu rabd s-o mai văd în fața ochilor! Omoar-o!” (furie)
- b) „Biata copilă rămăsese singură-singurică în pădurea cea nesfârșită și era atât de înfricoșată, că privea la mulțimea frunzelor de pe copaci, ca și când de acolo ar fi putut să se ivească vreo primejdie și nu știa în ce chip și-ar putea găsi scăparea.” (frică)
- c) „Piticii îndreptară spre Albă ca Zăpada lumina celor șapte lumânerele și rămaseră s-o privească.
- Doamne, Dumnezeule, apucară ei să strige, tare frumoasă mai e copila asta. Și atât de bucuroși erau, că nu se îndurară s-o trezească.” (încântarea)
- d) „Domnița deschise ochii și era din nou vie.

- Vai, Doamna, unde mă aflu? strigă ea nedumerită. Cu ochii râzând de bucurie, feciorul de împărat se apropie de dânsa și îi spune:

-Cu mine ești! Cu mine...!" (mirare, bucurie)

6. Spune mai departe!

Sarcina constă în completarea unor fraze lacunare cu emoții potrivite. Spre exemplu, pentru început, li se poate cere copiilor să completeze versurile ce au ca temă întâmplări petrecute la școală:

„Un copil ceva mai mare/M-a lovit, mă doare tare/Îl privesc neputincios,/Și simt că sunt...(furios)”

„Când apa mi s-a vărsat/Peste planșa ce-am lucrat/Nu m-am mai simțit artist.../Ci am fost un pic cam...(trist).”

„Un creion am rătăcit,/Un coleg mi l-a găsit,/Eu i-am mulțumit frumos/Și-am fost tare...(bucuros).”

7. Joc în trei

Câțiva copii vor imita, pe rând, diverse emoții discutate anterior. Se poate organiza un „joc în trei”: un elev spune la ureche ce emoție să fie prezentată de colegul lui, acesta mimează, clasa ghicește despre ce este vorba.

8. Arată ce s-ar fi întâmplat dacă...

Fiecare copil, pe rând, primește sarcina de a reda prin pantomimă o anumită expresie emoțională. Pornind de la situații trăite sau de la texte cunoscute, se creează o situație problemă, modificând evoluția cunoscută de copii. De exemplu:

- Ce ai fi simțit dacă nu ai fi primit un cadou de Crăciun? Mimează emoția.
- Ce ar fi simțit piticii dacă prințul nu ar fi salvat-o pe Albă ca Zăpada? Mimează emoția acestora.
- Ce s-ar fi întâmplat dacă ursul ar fi prins pește? Mimează emoția lui în această situație?

9. Invitație la spectacol

Se împarte clasa în două grupe – doi câte doi, elevii vor susține un moment dintr-un spectacol imaginar, pe baza textelor în versuri memorate anterior, astfel: unul recită, celălalt spune același lucru prin semne, colegii aplaudă fiecare număr.

10. Micii actori

Activitatea constă în recitarea unei poezii cunoscute sau a unei strofe în diferite ipostaze: vesel, speriat, uimit, furios.

11. „La Polul Nord, la Polul Sud”

Se trasează o linie la mijlocul sălii de clasă reprezentând Ecuatorul, de o parte și de cealaltă a liniei fiind Polul Nord și Polul Sud. Elevii stau pe linie și se vor deplasa spre Polul Nord sau spre Polul Sud în funcție de enunțurile rostite de conducătorul de joc. Dacă enunțul este apreciat ca fiind pozitiv se vor deplasa spre Polul Nord sau spre Polul Sud, dacă îl percep ca fiind negativ (exemplu: Voi participa la un curs de pictură/M-am mutat la altă școală/Am fost la dentist.). Conducătorul de joc poate solicita argumentarea fiecărei alegeri.

12. „Coșulețul cu emoții”

Într-un coșuleț vor fi puse bilețele pe care sunt scrise diverse situații-problemă pentru care copiii trebuie să găsească soluții („Un coleg nu este primit în jocul celorlalți copii/ Un coleg mi-a vorbit urât și sunt furios/ Am primit un calificativ slab și mi-e teamă să le spun părinților, etc.). Jocul se poate desfășura în echipe.

Fiecare joc poate fi completat de o activitate de creare a unor produse diverse, colorate, originale, care să valorifice imaginația și creativitatea elevilor. Metodele și tehnicile art-creative contribuie la înțelegerea și aprofundarea conținuturilor. Iată câteva exemple de activități: dese, modelaj, pictură, confecționarea unor măști care să exprime diverse stări emoționale, ulterior putând fi folosite în cadrul jocurilor de rol, confecționarea unor palete pe care sunt reprezentate chipuri exprimând diverse emoții. O idee simplă de confecționare a acestora ar fi folosirea paletelor de la „Jocul numerelor” pe care pot fi lipite chipurile desenate de copii.

Bibliografie:

1. Daniel Goleman: „*Inteligența socială*”, Editura Curtea veche, București, 2007
2. Howard Gardner: „*Tratat de răzgândire*”, Editura Allfa, București
3. Steven J. Stein, Howard E. Book: „*Forța inteligenței emoționale*”, Editura Allfa, București

Dezvoltarea abilităȚilor de rezolvare de probleme relaȚionale la vârsta preșcolară

Profesor psihopedagog Hîncu Irina

GrădiniȚa nr. 7 Târgoviște

Pentru a rezolva problemele de relaȚionare copiii de vârstă preșcolară recurg, în general, la comportamente neadecvate (Țipete, îmbrânceli, lovituri etc.). Acest lucru se întâmplă fie datorită lipsei abilităȚilor sociale, fie datorită întăririlor pe care aceștia le-au primit în relaȚia cu adulȚii (modele neadecvate de relaȚionare).

Un prim pas în modelarea unor strategii eficiente de relaȚionare este crearea și discutarea în cadrul grupului a unor situaȚii problemă ipotetice sau din experienȚa copiilor, cu ajutorul poveștilor (ex. Povestea peștișorului curcubeu, RăȚușca cea urâtă, Sanda la grădiniȚă, Un copil politicos etc.) sau cu ajutorul jocurilor. Prin intermediul acestora copiii vor avea ocazia să identifice problema de relaȚionare, să conștientizeze emoȚiile proprii și ale celorlalȚi, să identifice soluȚii posibile și consecinȚele acestora. Pentru însușirea și consolidarea abilităȚilor de rezolvare de probleme este foarte important ca preșcolarii să aibă oportunităȚi de exersare a strategiilor, la început cu ajutor din partea adulȚilor, apoi independent.

Pentru a facilita învăȚarea acestor strategii este utilă crearea unei colecȚii de imagini cu soluȚii care să ilustreze următoarele comportamente: caut ajutorul unui adult, mă joc împreună, fac schimb de jucării, împart jucăriile, ignor, spun "Stop! Oprește-te!", cer frumos ceea ce doresc, aștept rândul. Aceste imagini pot fi afișate sau pot fi puse într-o mapă, astfel încât atunci când apare o situaȚie problematică copiii pot avea acces la soluȚii adecvate de rezolvare a problemei de relaȚionare.

Exemple de activități prin care copiii învaȚă și exersează aceste strategii:

1. Acum sau mai târziu

Scop: dezvoltarea abilităȚii de rezolvare de probleme, dezvoltarea toleranȚei la frustrare

Materiale: listă cu scenarii, ilustraȚii, două păpuși

Durată: 10-15 minute

Procedura de lucru:

Prezentarea scenariilor și identificarea momentelor potrivite pentru realizarea comportamentelor.

Scenariul 1: Dudu și Maia desenează.

Dudu: ACUM ne putem juca?

Maia: Nu, ACUM desenăm. MAI TÂRZIU ne jucăm.

Scenariul 2: Doamna educatoare citește o poveste.

Maia: Putem să vorbim ACUM când doamna educatoare ne citește.

Dudu: ACUM ascultăm povestea. Putem să vorbim MAI TÂRZIU, după ce termină doamna educatoare de citit.

Scenariul 3: Dudu și Maia se joacă la bucătărie

Dudu: Pot să iau ACUM lingura?

Maia: ACUM îmi trebuie mie. Poți să o iei MAI TÂRZIU.

Prezentarea unor ilustrații și identificarea momentului potrivit pentru realizarea unui comportament. Exemple de situații:

- a. Unul dintre colegi povestește despre animalul său preferat. Vorbești tu ACUM? Ce ai putea face?
- b. Un prieten se joacă cu mașina cu care vrei să te joci și tu. Te joci ACUM? Ce poți să faci?
- c. Doamna educatoare vorbește cu altcineva. Este un moment bun să o întrerupeți ACUM? Ce ați putea face?

Prin această activitate copiii au posibilitatea să învețe și să exerseze amânarea unei activități plăcute sau obținerea unui lucru dorit în favoarea unei relaționări adecvate.

2. Am o problemă?

Scop: dezvoltarea abilității de rezolvare de probleme, recunoașterea și etichetarea corectă a emoțiilor

Materiale: listă de situații, imagini cu scenarii și soluții

Durată: 10-15 minute

Procedura de lucru:

Prezentarea situațiilor și identificarea emoțiilor ("Cum te-ai simți dacă...?") și a reacțiilor ("Ce faci în această situație?"). Diferențierea soluțiilor adecvate de cele neadecvate ("Credeți că aceasta este o idee bună?").

Exemple de situații:

Situația 1: Unul dintre colegi îți promite că îți dă mașina să te joci, dar se joacă de mult timp și nu mai vrea să ți-o mai dea.

Reacții posibile: îi spui doamnei educatoare, îi smulgi jucăria din mână, îi oferi o jucărie în schimb.

Situația 2: Te joci cu mai mulți copii, dar unii dintre ei te împing și te lovesc.

Reacții posibile: îi lovești și tu, ieși din joc, cauți să te joci cu altceva.

Situația 3: Rogi un copil să se joace cu tine, dar acesta nu vrea.

Reacții posibile: stai deoparte trist, cauți alt coleg cu care să te joci, îl împingi.

Situația 4: Un coleg râde de tine pentru că ai desenat urât.

Reacții posibile: te faci că nu îl auzi, mergi și îi spui doamnei educatoare, îi mâzgălești desenul.

Prin această activitate copiii învață să identifice o situație problemă, să identifice soluții adecvate înțelegând că există mai multe soluții pentru o problemă de relaționare.

3. Valiza cu soluții

Scop: dezvoltarea abilității de rezolvare de probleme, etichetarea corectă a emoțiilor

Materiale: listă cu scenarii, ilustrații cu soluții, două păpuși

Durată: 10-15 minute

Procedura de lucru:

Interpretarea scenetelor cu ajutorul păpușilor și identificarea consecințelor comportamentelor. Identificarea și discutarea unor soluții adecvate.

Exemple scenarii:

Scenariul 1: Andrei smulge jucăria din mâna Mirunei. Aceasta începe să plângă. Cum se simte Miruna? Ce ar putea să facă Andrei? Dar Miruna?

Scenariul 2: Dora strică castelul de cuburi al Georgianeii. Georgiana începe să plângă și o lovește pe Dora. Cum se simte Georgiana? Dar Dora? Ce ar putea să facă Georgiana? Dar Dora?

Scenariul 3: Mihai vrea să joace jocul pe care doamna educatoare l-a pus pe calculator, dar acum se joacă Doru. Mihai nu mai are răbdare și îl împinge pe Doru. Acesta începe să țipe. Cum se simte Doru? Dar Mihai? Ce ar putea să facă Mihai? Dar Doru?

Prin această activitate copiii învață să identifice emoțiile celorlalți și să găsească strategii eficiente de rezolvare.

4. Vânătoria de comori

Scop: dezvoltarea abilității de rezolvare de probleme, dezvoltarea abilităților de cooperare

Materiale: jucării, imagini

Durată: 35 minute

Procedura de lucru:

Stabilirea a 5 până la 10 locații (în funcție de vârsta copiilor) în care se vor pune indicii cât mai inedite și adecvate vârstei celor care participă la joc (imagini, coduri, ghicitori). Fiecare indice trebuie să indice locația în care se află următorul indice, iar primul indice trebuie să fie ușor, iar următoarele din ce în ce mai dificile. Comoara trebuie să fie cu adevărat prețioasă și să îi bucure pe copii.

Se poate apela la jocul simbolic, copiii devenind exploratori sau vânători. Pentru ca jocul să fie mai palpitant copiii pot să se organizeze în două tabere care se întrec să ajungă la comoară.

5. Împreună reușim!

Scop: dezvoltarea abilității de rezolvare de probleme, dezvoltarea abilităților de cooperare

Materiale: pături de dimensiuni mici, mingii

Durată: 10 - 15 minute

Procedura de lucru:

În grupuri de câte 4, fiecare copil ține pătura de câte un colț. Pe aceasta se pune o minge, iar copiii mișcă pătura astfel încât să nu cadă mingea. Se cere copiilor să găsească răspunsuri la următoarele întrebări: Ce s-ar întâmpla dacă un copil ar da drumul păturii? Ce s-ar întâmpla dacă toți copiii ar ține de același colț al păturii? Ce s-ar întâmpla dacă toți copiii ar da drumul păturii?

În concluzie, copiii care sunt capabili să rezolve în mod adecvat problemele care apar în relaționarea cu ceilalți, își fac mai ușor prieteni, sunt plăcuți de către colegii lor și se adaptează mai ușor la mediul școlar. Adulții îi pot sprijini în recunoașterea și înțelegerea emoțiilor, apoi în găsirea unor strategii eficiente de relaționare.

Bibliografie:

1. Kallay Eva și Ștefan Catrinel, *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari*, ed. Aqua Forte, Cluj-Napoca, 2009

2. Petrovai Domnica și Iliescu Martha, *Dezvoltarea abilităților socio-emoționale ale copiilor în vârstă de 3-10 ani*, ed. Fundația COPIII NOȘTRI, București, 2011

3. *Emotional intelligence activities for children ages 5-7*,

adresă web: http://ong.ohio.gov/frg/FRGresources/emotional_activities_5-7.pdf

Managementul emoțiilor

Prof. Mușat Maria

Clubul Copiilor Găești, Dâmbovița

Emoția este o reacție afectivă însoțită de modificări în activitatea organismului și reflectă atitudinea fiecărui individ în raport cu realitatea.

Managementul emoțiilor înseamnă să învățăm să ne ajutăm pe noi înșine!

În multe situații suntem preocupați să plăcem celor din jur și facem totul pentru a satisface așteptările acestora. Emoțiile sunt parte din viața noastră, trăim intens rezonând cu tot ceea ce ne înconjoară și încercând stări ca: bucuria, liniștea, tristețea, fericirea, rușinea, etc.

Pentru a manageria eficient o emoție înseamnă să căpătăm în timp abilități de gestiune și control asupra reacțiilor noastre afective.

Noi, cadrele didactice, avem datoria de a familiariza copiii cu comportamente pozitive, de a-i obișnui să discearnă între atitudini pozitive și comportamente nesănătoase care au consecințe neplăcute. Pentru aceasta este nevoie ca noi înșine să ne manageriem corect propriile emoții, dat fiind faptul că servim elevilor drept exemplu.

Există numeroase cazuri când semenii noștri amână sau evită prin reacții ambigue situații care le-ar putea aduce neajunsuri. Aceasta nu este însă o soluție pe termen lung. Astfel, micile probleme devin drame, devin situații fără ieșire și apare sentimentul de neputință.

Trăim într-o epocă în care ne confruntăm cu numeroase cazuri de anxietate, depresie, inutilitate, intoleranță față de problemele cotidiene. Nu trebuie să căutăm "perfectiunea" în tot ceea ce facem și trebuie să învățăm aceasta și pe copiii sau elevii noștri. Încercând să fim perfecționiști putem obține reversul, adică o stimă de sine scăzută, o neîncredere totală în forțele proprii, o intoleranță față de nereușită.

Elevii noștri trebuie să învețe că intră în competiție pentru propria dezvoltare, pentru maturizare și nu neapărat pentru locul I. Cu toții avem puncte tari și puncte slabe și trebuie să știm cum să le gestionăm.

A gestiona corect emoțiile înseamnă să învățăm din greșeli, să ne îmbunătățim comportamentul, să ne stăpănim reacțiile negative în caz de eșec, să încercăm din nou cu perseverență și încredere că vom reuși.

Auto-disciplina și autocontrolul sunt esențiale în managerierea corectă a reacțiilor emoționale. Trebuie să înțelegem că suntem oameni obișnuiți, cu inteligențe multiple, dar nu perfecți. Putem empatiza cu cei din jur în măsura în care îi putem ajuta.

În cluburile copiilor lucrăm în special cu adolescenți și trebuie să fim aproape de ei, să îi ajutăm să gestioneze corect emoțiile, adolescența fiind o vârstă critică din acest punct de vedere. Stresul face parte din cotidian iar stresorii sunt: fizici, mentali, sociali, de mediu. Identificarea situațiilor stresante și posibilitatea de a scădea emoțiile negative în astfel de situații sunt abilități de care au nevoie adolescenții pentru a face față, fără suferință, dificultăților cu care se confruntă.

Familia joacă un rol important în viața adolescentului și alături de profesori servește drept exemplu.

Cu toții trebuie să le stăm alături și să îi învățăm că pentru a gestiona propriile emoții trebuie :

- să își identifice sentimentele, trăirile;
- să accepte ceea ce simte;
- să vorbească despre ceea ce simte;
- să găsească un remediu sănătos;
- să se gândească la stresori ca la ceva trecător;
- să învețe tehnici de respirație, relaxante și care distrag atenția de la stresori.

Emoțiile se asociază în cupluri contradictorii (bucurie-tristețe, mânie-relaxare, admirație-dispreț, simpatie-antipatie, plăcere insatisfacție etc.) imprimând acea polaritate caracteristică vieții afective. Stresul este o prezenta constantă în viața noastră și este un factor necesar pentru viață și menținerea ei.

În concluzie trebuie să învățăm să gestionăm toate aceste situații pentru a putea duce o viață sănătoasă și fără factori care intervin agresiv asupra stării de bine a organismului. Nu trebuie să uităm că oglinda noastră sunt copiii ,că ei preiau stările noastre și ne copiază comportamentul.

BIBLIOGRAFIE:

Ann Vernon, „Dezvoltarea inteligenței emoționale”, Editura ASCR, Cluj-Napoca, 2006

Proiect pentru dezvoltarea inteligenței emoționale (Proiect ECO)

Prof. Tănase Surcel
Clubul Copiilor Găesti, Dâmbovița

CLUBUL COPIILOR GAESTI & S.C. ANT-2007-SRL.

PROIECT CU FINANȚARE EXTRABUGETARĂ

TEMA: „ *Locuri pitorești, într-un mediu sănătos !*”

INSTITUȚIA: CLUBUL COPIILOR GAESTI

PARTENER FINANȚATOR: S.C. ANT-2007- S.R.L

REALIZATORI: Prof. dir Mușat Maria; prof. Surcel Tănase și Iorga Cristina

Reprezentantul firmei finanțatoare proiect: Antonie Georgeta

PERIOADA: 01.09.2013 - 31.08.2014

DURATA: 1 an

ARGUMENT:

Activitatea extrașcolară este foarte complexă contribuind nemijlocit la desăvârșirea procesului de formare și dezvoltare a personalității copilului. Excursiile, vizitele îi solicită pe copii din punct de vedere emoțional, dezvoltând, în egală măsură, sentimente și comportamente pozitive: simțul frumosului, curajul, solidaritatea. De asemenea ele favorizează formarea încă de la vârstă fragedă a unor competențe și abilități emoționale. Copiii își educă spiritul de ordine, capacitatea de autoorganizare, responsabilitatea în colectiv sau echipă, solidaritatea cu problemele acestora. De asemenea își formează deprinderi de comportare civilizată în societate și învață să-și gestioneze emoțiile. Iată de ce, valențele formative ale acestor genuri de activități, sunt multiple.

MOTIVAȚIA PROIECTULUI:

1. Copiii trebuie să-și cunoască limitele și să-și formeze adevărate competențe
2. Copiii trebuie să cunoască și să înțeleagă legile naturii
3. Din copilărie omul trebuie să învețe să iubească și să ocrotească natura. Această practică trebuie să devină o preocupare permanentă pentru cei care populează Terra.

CONȚINUTUL PROIECTULUI: lansarea și organizarea unor activități cu caracter eco, dezbateri privind diminuarea poluării; participarea în concursuri tematice, județene și naționale, participarea la acțiuni de ecologizare a orașului; spectacole tematice, excursii tematice ș.a

GRUPUL ȚINTĂ: copiii cu vârsta între 7– 16 ani

OBIECTIVE:

- Să-și formeze deprinderi de comportare civilizată
- Să participe cu drag și interes la activitățile organizate
- Să identifice legăturile omului cu natura ca prieten sau dușman al său
- Să manifeste atitudine de prieten, ocrotitor al naturii;
- Să delimiteze acțiunile de ocrotire a naturii de cele de poluare și degradare
- Să cunoască locuri protejate și cu importanță istorică pentru zonă

RESURSE:

1. **de metode:** observația, explicația, conversația, demonstrația, jocul în aer liber, vizită, excursia, problematizarea, descoperirea, învățarea prin cooperare, dezbateră, lucrul în echipă, brainstormingul.
2. **materiale și financiare:** materiale consumabile specifice echipamente de protecție (sepcute, salopete, ochelari, mănuși), pliante, aparat de fotografiat, calculator, Cd-uri cu diverse înregistrări, biciclete ș.a.

Costuri estimate-1000 lei

1. **umane:**

- copiii de la Club
- profesorii
- părinții copiilor
- partenerii educaționali
- reprezentanții firmei partenere

INVENTAR DE ACTIVITĂȚI ȘI REZULTATE

Nr.Crt.	Activitatea	Rezultate așteptate	Termen
1.	Ce ne oferă parcurile?	Acțiuni de ecologizare Participarea și a părinților/cadrelor didactice /alți copii.	Oct-Nov/ Mai-Iunie
2.	Natura și anotimpurile sale !	Concurs de desene Realizarea unei expoziții cu desene și colaje	Ianuarie- Februarie
3.	„Codrul frate cu românul ! „-Luna pădurii <i>Actiune eco –plantare de flori/puieti</i>	Atragerea copiilor/părinților/comunității în realizarea activității	Martie-Aprilie
4.	Locuri pitorești	Excursie mănăstirile din lemn de la Cobia	Iunie-Iulie

Sarcini inițiator proiect:

- Organizarea evenimentelor și acțiunilor
- Popularizarea activităților
- Realizarea materialelor finale
- Pregătirea copiilor
- Promovarea imaginii partenerului, ca sponsor

Sarcini partener(finanțator)

- Finanțarea activităților propuse cu materiale consumabile
- Participarea la activități
- Acordarea sprijinului logistic în anumite cazuri (puieti și unelte/ mijloc de transport)
- Acordarea de premii pentru copiii câștigători în unele concursuri

EVALUARE:

- Discuții libere despre impresiile din excursii/ acțiuni eco/ concursuri;
- Culegerea impresiilor din rândul părinților, copiilor, societate civilă și factori de răspundere de la nivel local.

Director,
Prof. Mușat Maria

Reprezentantul SC ANT-2007 SRL
Manager. Antonie Georgeta

Coordonator proiect,
Prof. Surcel Tănase

Membri în echipa de proiect,
prof. Iorga Cristina

Personalitatea copilului Exemple de activități practice

Prof. Vremăroiu Norica
Școala Gimnazială Nr. 4 Moreni, Dâmbovița

ACTIVITATEA - *Ce este stima de sine?*

Materiale: sfoară, flip-chart sau tablă, marker, hârtie, pixuri

Exercițiul de spart gheața: Se face un cerc cu toți participanții. Cu ajutorul unei mingi de sfoară, se explică fiecărui copil că trebuie să spună o calitate a celuilalt. Atunci când un copil spune o calitate despre altul, acesta, ținând de o parte, va arunca mingea de sfoară spre celălalt. Se repetă acțiunea până când toți participanții au aruncat măcar o dată. Astfel se creează o pânză de păianjen.

Ce înseamnă "stima de sine"?

Se scrie pe tablă cu litere mari STIMA DE SINE sau se precizează expresia, apoi se întreabă fiecare copil ce crede el că înseamnă "Stima de Sine". Se notează pe tablă/flip-chart toate răspunsurile, după care se enunță definiții pe înțelesul tuturor. Este necesar ca după ce

s-au redactat câteva enunțuri, copiii să își exprime părerea despre acestea. Copiii ar trebui să înțeleagă că "stima de sine" este "încredere și satisfacție de sine", însă acest sentiment nu trebuie să devină un scop în sine, să suporte o creștere nejustificată în rândul copiilor.

Apoi, participanții vor scrie (sau vor spune dacă nu știu să scrie) o situație când s-au simțit mândri de ei și/sau când au avut un eșec și n-au avut o stimă de sine foarte bună. Se fac discuții, atent moderate de cadrele didactice, în scopul identificării corecte a trăirilor, sentimentelor, cauzelor, soluțiilor reglatoare. Este foarte bine dacă și cadrele didactice participă la joc, atunci participanții se vor simți mai siguri să se deschidă în fața altor persoane.

Se pot face comparații între diversele situații relatate. În final, este necesar a se sublinia că fiecare dintre noi avem uneori stima de sine foarte bună, fiecare dintre noi avem și calități excelente și este important să ne concentrăm pe partea bună. La fel de important este faptul că trebuie subliniat că orice faptă ce a dus la scăderea stimei de sine trebuie asumată și nu ignorată.

Pentru copiii cu vârste mai mari:

Fiecare participant este provocat să se gândească la calitățile de care sunt mândri. Fiecare participant își scrie numele mic și scrie o calitate cu fiecare literă din numele lor.

Ex:

M	A	R	I	A
Ă	M	A	N	T
M	A	Ț	I	E
O	B	I	M	N
A	I	O	O	T
S	L	N	A	Ă
Ă	Ă	A	S	
		L	Ă	
		Ă		

ACTIVITATEA – *Amprenta*

Materiale: coli A4, acuarele

Cu ajutorul colilor A4 și a acuarelelor, fiecare elev va primi sarcina de a lăsa și personaliza amprenta. Se amestecă foile și fiecare va încerca să găsească a cui este amprenta.

Dupa aceasta, se vor căuta adjective pentru a descrie personalitatea celorlalți, ca de exemplu: amprenta aceasta este a lui Denis deoarece pare mai complicată, frumoasă etc. Apoi se identifică amprentele corecte pentru fiecare participant și aceștia își vor preciza câteva trăsături ce definesc personalitatea lor.

ACTIVITATEA – Cine sunt eu?

Materiale: fișe de lucru, diverse ziare, reviste, foarfece, lipici.

Se explică faptul că fiecare este unic și special. Scopul jocului este de a exprima cine suntem. Se dau fișe de lucru de forma:

FIȘĂ DE LUCRU:

Eu sunt _____ (culoare).

Eu sunt _____ (floare).

Eu sunt _____ (animal).

Eu sunt _____ (fruct).

Eu sunt _____ (pom fructifer).

Eu sunt _____ (calitate).

Eu sunt _____ (defect).

Instrucțiuni: pot fi și mai multe răspunsuri . De eemplu: Eu sunt alb, verde și mov.

După ce fiecare a completat, se citesc fișele. Este foarte importantă puterea exemplului, tocmai de aceea și cadrul didactic poate completa și citi, dar și modera întreaga activitate.

Se concluzionează faptul că suntem unici, avem propria personalitate.

Opțional, se pot da copiilor reviste, ziare de unde pot decupa și lipi pe foaia de lucru pentru a întări trăsăturile personalității fiecăruia.

Bibliografie:

Victoria Shanklin – Manual de activități interactive. Deprinderi de viață, 2010

Jocuri pentru exprimarea emoțiilor

Prof. Chiran Lizuca Marisia

Grădinița Cu Program Normal Glodeni, Dâmbovița

Emoțiile sunt trăiri subiective ce rezultă din acordul sau discrepanța dintre trebuințele sau expectanțele unei persoane sau realitate. Ele sunt trăiri interne caracterizate prin: reacții fiziologice, gânduri specifice și expresii comportamentale. Emoțiile sunt asociate cu modificări la nivelul proceselor fiziologice ce au loc în corpul nostru.

Din categoria proceselor fiziologice amintim: înroșirea feței, transpirație, modificări ale tensiunii musculare, ale pulsului, etc., iar din cea a modificărilor comportamentale: expresii faciale, privirea, postura, gestică, mersul și alte semne ale limbajului trupului. Nivelul fiziologic determină intensitatea trăirii emoționale, în timp ce nivelul cognitiv determină tipul și calitatea emoției. În funcție de calitatea și tipul emoției vorbim de afectivitate pozitivă și afectivitate negativă.

Afectivitatea negativă este efectul repetitiv al trăirilor emoționale negative și se manifestă prin:

- Π anxietate
- Π depresie
- Π iritabilitate
- Π lipsă de speranță
- Π sentiment de neajutorare.

Afectivitatea pozitivă se referă la stările și trăsăturile emoționale care induc percepții pozitive de sine (stima de sine, autoeficacitate), ale lumii și ale viitorului.

Un rol esențial în prevenirea afectivității negative îi revine educației afective. Ea trebuie să formeze copilului abilitatea de a identifica, exprima, controla emoțiile.

În cadrul orelor de dirigenție / consiliere pot fi realizate activități care facilitează procesul de identificare și denumirea emoțiilor, simbolismul lor, de exprimare emoțională, manifestare comportamentală a emoțiilor, sursele emoțiilor, reacții emoționale, consecințele emoțiilor, etc.

1.1. DESIGNUL EMOȚIEI

- **Vârsta:** de la 5 la 10 ani
- **Durata:** 30 minute
- **Obiective:** furnizarea unui vehicul pentru comunicarea simbolică sau indirectă prin:
 - Π desenarea modului în care simți o emoție
 - Π identificarea culorilor care exprimă emoția
- **Abilități cerute:** colorare,
- **Echipament:**
 - Π hârtie de desen mare, culori
- **Desfășurare:**
 - Π Discutarea diferitelor emoții (gelozie, anxietate, frustrare, furie, bucurie, singurătate, teama). Copiii să dea exemple de experiențe proprii cu astfel de emoții.
 - Π Cereți copilului să găsească un cuvânt care descrie cel mai bine cum se simte azi.
 - Π Să închidă ochii și să-și imagineze cum arată emoția. Ce culoare are? Ce formă are?
 - Π Fiecare să selecteze două, trei culori care să descrie cel mai bine emoția pe care o simte.
 - Π Să deseneze simbolic emoția lor.
 - **Variante:**
 - Π 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
 - Π se pot prezenta imagini din reviste cu fețe exprimând diferite sentimente, copiii trebuind să le identifice.

1.2. IDENTIFICAREA SENTIMENTELOR

- **Vârsta:** de la 4 la 8 ani
- **Durata:** 50 minute
- **Participanți:** oricâți

- **Obiective:**

Π Identificarea dispozițiilor, afectelor, sentimentelor și a comportamentelor asociate cu acestea.

Π Identificarea dispozițiilor, sentimentelor altora pe lângă cele personale.

Π Înțelegerea faptului că este important să avem sentimente și să vorbim despre ele.

- **Abilități cerute:**

Π scriere, tăiere, lipire

- **Echipament:**

Π 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:**

Π 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.

Π Cereți copiilor să creeze propria dispoziție sau sentimentele 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.

Π Cereți copiilor să spună care sunt sentimentele lor și comportamentele asociate cu aceste sentimente. Cereți-le să identifice și dispozițiile afective ale altora.

1.3. RECLAMA

- **Vârsta:** de la 4 la 8 ani

- **Durata:** 50 minute

- **Participanți:** maxim 10

- **Obiective:**

Π Exprimarea emoțiilor personale într-o manieră sigură și plăcută

- **Abilități cerute:**

Π scriere, tăiere, lipire

- **Echipament:**

Π Hârtie de împachetat, hârtie de construcție, foarfecă, lipici, creioane colorate,

- **Desfășurare:**

Π Începe prin a discuta cum poate fi utilizată o reclamă pentru a te exprima pe tine însuși. Se va arăta că reclama reprezintă o modalitate prin care o persoană își exprimă propriile valori, opinii politice, preferințele muzicale, și poate fi așezată în diferite locuri (cum ar fi de exemplu, drumul spre școală). Discuția durează aproximativ 10 minute.

Π După discuție se cere participanților să-și creeze propria reclamă (utilizând hârtie de construcție și creioane colorate).

Π Odată ce grupul a terminat de lucrat la afișul personal acesta este lipit pe o coală mare de hârtie de împachetat care are desenată pe spate o mașină.

Π Se discută apoi motivația pentru care diferite mesaje sunt așezate în reclamă, iar apoi plasate pe mașină.

Π Dacă grupul se simte confortabil, se poate crea o sarcină cooperativă, cerându-li-se să decidă care este reclama pe care și-ar dori-o pe mașina comunității (școlii).

Π Terminați activitatea discutând modul în care ne putem exprima pe noi înșine, de ce alegem să exprimăm anumite lucruri și nu altele.

1.4. INIMĂ ZDROBITĂ

- **Vârsta:** 9 – 14 ani

- **Durata:** 40 minute

- **Obiective:**

Π Identificarea modului în care comportamentul nostru afectează sentimentele celorlalți

- **Echipament:**

Π Câte o inimă de culoare roșie decupată dintr-o coală A₄ pentru fiecare participant

- **Desfășurare:**

Π Listați pe tablă 21 de comentarii jignitoare pe care elevii 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.

Π 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.

Π Apoi citiți lista cu cuvinte jignitoare. De fiecare dată când citiți o expresie dureroasă cereți copiilor să îndoiască 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 cicatrice.

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

- **Discuții:**

II Împărtășiți cu clasa faptul că e nevoie de cel puțin 7 lucruri plăcute pentru a șterge o remarcă pozitivă.

II Chiar dacă dezdoim toate pliurile rămân urmele.

Cu speranța că le veți găsi la fel de interesante cum le-am găsit noi, vă lansăm invitația de a parcurge și a lucra cu copiii dumneavoastră aceste jocuri și activități.

BIBLIOGRAFIE:

Hartwell, Elizabeth A. (2001). *Body image*. <http://blueprint.bluecrossm.com>: Blue Cross and Blue Shield of Minnesota, Inc

Hopkins G. (1998). *Fourteen MORE Activities for the First Days of School!* www.education-world.com

www.6seconds.org (1998). *Emotional Intelligence Toolbox: Expression Journals*

www.eric.ed.gov (2000). *Examining Ideas about Body Image*. AskERIC Lesson Plan

Orarul emoțional

**Prof. Duică Anița,
Grădinița cu Program Prelungit Nr.4 Moreni**

"Principala speranță a unui popor constă într-o educație corectă a tineretului său."

ERASMUS

Inteligența emoțională(EQ) presupune în primul rând conștientizare de sine, autodisciplină și empatie. Vestea bună este faptul că inteligența emoțională poate fi îmbunătățită și cultivată de la cea mai fragedă vârstă și până la cea adultă. Copilăria este extrem de importantă în punerea unor baze solide pentru dezvoltarea inteligenței emoționale, iar părinții și profesorii au un rol covârșitor în acest sens.

Deseori, ca părinți ne întrebăm: *"Cum să-mi ajut cât mai mult copilul? Ce să îi cumpăr? Ce să-i spun ca să-l educ frumos?* Răspunsul corect este: *"Înainte de orice, stimulați-i inteligența emoțională."* Acest termen se referă la capacitatea unei persoane de a-și identifica și constientiza emoțiile. În felul acesta, capacitatea celui mic de adaptare la mediu crește. Toți ne naștem cu inteligență emoțională. În copilărie e timpul potrivit pentru părinți să o stimuleze.

"La ce ne ajută EQ?" "Să ne adaptăm", a explicat Adina Dumitrescu, psiholog. Ne adaptăm mai ușor la mediu pentru că legăm informațiile cu ajutorul emoțiilor. Aceste legături se numesc, generic, intuiție.

Inteligența emoțională asigură succesul. Pentru a o cultiva și crește în cazul propriului copil trebuie să ne arătăm vulnerabilitățile. Copiii cred că adulții sunt niște titani, că nu plâng, că nu au probleme și de aceea sunt dezorientați și le este greu să își arate emoțiile în fața celorlalți. Psihologul Adina Dumitrescu ne sfătuiește cum să procedăm dacă ne vărsăm nervii pe copil, și anume să ne recunoaștem greșeala în fața acestuia. *"Trebuie să fim autentici în fața copiilor noștri. Nu am țipat ca tu ai vărsat paharul, am țipat că am eu probleme și îmi pare rău și, după cum am văzut amândoi, n-a ajutat pe nimeni reacția mea"*.

Emoțiile se traduc de la cele mai mici vârste. Plângi pentru că ești obosit, râzi pentru că ne-a plăcut să ne jucăm. Când trebuie să se înceapă cu lecțiile emoționale? Unii cercetători afirmă că nu e prea devreme nici în primii ani de viață. Pediaterul T. Berry Brazelton afirmă că mulți părinți ar putea obține beneficii dacă ar fi instruiți să ajungă mentori emoționali pentru

sugarii și copiii foarte mici, așa cum se întâmplă în unele programe speciale care se țin la domiciliu. Un argument puternic ar putea fi o subliniere mai sistematică a capacităților sociale și emoționale în programele de grădiniță cum ar fi HEAD START. Programul a fost conceput inițial ca un program de învățare de vară care să-i învețe pe copiii cu venituri mici în câteva săptămâni ceea ce aveau nevoie să știe pentru a începe școala elementară. Programele Head Start sprijină creșterea și dezvoltarea copiilor într-un mediu pozitiv de învățare printr-o varietate de servicii, printre care se numără:

-Învățarea timpurie: Pregătirea copiilor pentru școală și în afara ei este stimulată prin experiențe de învățare individualizate. Prin relațiile cu adulții, jocul și instruirea planificată și spontană, copiii cresc în multe aspecte ale dezvoltării.

-Sănătate: Dezvoltarea perceptuală, motorică și fizică a fiecărui copil este susținută pentru a le permite să exploreze pe deplin și să funcționeze în mediul lor. Toți copiii primesc proiecții de sănătate și dezvoltare, mese nutritive, sănătate orală și sprijin pentru sănătatea mintală.

-Bunăstarea familiei: Părinții și familiile sunt sprijiniți în realizarea obiectivelor proprii, cum ar fi stabilitatea locuințelor, educația continuă și securitatea financiară. Programele sprijină și întăresc relațiile părinte-copil și implică familiile în jurul educației și dezvoltării copiilor.

Dispoziția copiilor de a învăța ține în mare măsură de dobândirea unor asemenea capacități emoționale. Anii de grădiniță sunt extrem de importanți pentru punerea bazei acestor calități.

Asemenea intervenții funcționează mai bine atunci când se reușește stabilirea unui orar emoțional al dezvoltării. Copiii au sentimente intense încă de când vin pe lume (plânsul). Repertoriul sentimentel al nou-născutului este relativ primitiv în comparație cu gama emoțională a unui copil de cinci ani, care la rândul ei nu este la fel de complexă ca a unui adolescent. Fiecare emoție are propriul ei moment de apariție, programat dinainte în dezvoltarea copilului.

Programul evoluției emoționale este intersectat de anumite linii de dezvoltare de altă natură, în special cognitive și de maturizarea biologică și de cea a creierului. Capacitățile emoționale cum ar fi empatia și autoreglarea emoțională încep să se formeze practic încă din prima copilărie. Anii de grădiniță fac să se ajungă la o perioadă de vârf a dezvoltării emoțiilor sociale-sentimente precum nesiguranța și umilința, gelozia și invidia, mândria și încrederea. Conform dr. David Hamburg printre capacitățile esențiale ce se pot dobândi în anii de școală se numără: "amânarea recompenselor, responsabilitatea socială în cel mai potrivit mod, menținerea controlului asupra emoțiilor și o privire optimistă- cu alte cuvinte, o formă de inteligență emoțională". Pubertatea este de asemenea un moment foarte important pentru

lecțiile emoționale și sociale. Trecerea la gimnaziu este o mare provocare pe plan emoțional. Hamburg observă că în momentul în care își face apariția adolescența, există o diferență între cei care au urmat cursuri de alfabetizare emoțională și ceilalți. Ei reușesc să-ți stăpânescă abilitățile emoționale dobândite, care îi apără în lupta împotriva vâltorii și tensiunii cărora trebuie să le facă față în timpul vieții.

"Dacă inteligența emoțională ar fi să devină la fel de răspândită ca și IQ-ul și la fel de înrădăcinată în societate ca aceasta drept măsură a calităților umane, eu cred că familiile noastre, școlile, slujbele și comunitățile în care trăim vor fi toate mai umane și mai stimulatoare." Daniel Goleman.

BIBLIOGRAFIE:

- Articol: *Inteligența emoțională trebuie cultivată din copilărie. Cum putem să ne adaptăm la mediul socială în care trăim*, PROTV, data publicării 9 mai 2015.
- *Goleman Daniel*, Inteligența Emoțională, Ed. A 3-a, Editura Curtea Veche Publishing, București, 2008.

Dezvoltarea abilităților socio-emoționale la copiii cu vârste între 5 – 7 ani Programul ” SIMFONIA EMOȚIILOR”

**Prof. înv. preșc. Albișoru Nicoleta
Grădinița nr.191, București**

Dezvoltarea socio-emoțională este unul din aspectele care indică gradul de integrare socială a copiilor în grupurile cu care aceștia intră în contact. O dată cu intrarea în mediul grădiniței copiii prezintă o un nivel mai redus sau mai înalt de adaptare la noile cerințe și la regulile de grup. Unii dintre aceștia manifestă greutate în a intra în contact cu ceilalți copii și cu adulții iar alții se integrează cu ușurință. Din ce în ce mai mult cadrele didactice, cadrele

medicale înregistrează deficiențe la nivelul dezvoltării socio-emoționale ale copiilor care sunt recunoscute sau nu de către familia copilului.

Unul dintre cele mai concrete fapte care determină necesitatea unui asemenea program este determinat de creșterea constatată a copiilor care prezintă tulburări, deficiențe, probleme socio-emoționale manifestate cu precădere în mediul grădiniței.

· 40% din copiii preșcolari au dificultăți emoționale și sociale care reprezintă un risc crescut de sănătate mintală;

· În 2020 depresia va fi principala problemă de sănătate mentală a copiilor și adulților;

(*studiu*, efectuat de Eurydice)

DE CE ABILITĂȚILE SOCIO – EMOȚIONALE?

· Abilitățile sociale și emoționale dezvoltate până la vârsta de 6 – 7 ani sunt principalul predictor pentru performanța și adaptarea școlară până la 10 ani;

· Principala premisă care asigură adaptarea la viața adultă nu sunt notele școlare sau un potențial cognitiv ridicat, ci abilitatea copiilor de a stabili relații cu cei din jur;

Am ales în special nivelulul II de vârstă pentru că activitățile educaționale în această perioadă sunt dedicate cu precădere pentru pregătirea pentru școală și viața socială. Cu cât copiii au posibilitatea de exersare, de utilizare, de recunoaștere a modalităților pozitive de exprimare a emoțiilor și de a intra în contact cu persoanele din jur, cu atât mai ușor inserția socială și contexte diverse se realizează mai facil.

Importanța educației timpurii și a intervenției timpurii în acest domeniu garantează obținerea de beneficii pe termen lung. Intervenția în mediul securizant al grădiniței, cu persoane în care preșcolarul are încredere, în grupul de copii apropiați care încă nu reacționează atât de brutal ca cei de vârstă mai mare sau ca adolescenții, poate corecta, ameliora, elimina aceste deficiențe de dezvoltare socio-emoțională. Având în vedere acest domeniu, educatoarea trebuie să își consolideze relațiile cu părinții, cu personalul didactic de specialitate (consilierul, psihopedagogul) pentru a asigura transmiterea de informații și rezultate ale activității.

Voi prezenta succint **Programul „Simfonia emoțiilor”**, care are patru componente:

-o fișă de evaluare a dezvoltării socio-emoționale a copiilor;

-o programă educațională;

-practici educaționale;

-educație a părinților;

1. Fișa de evaluare - se realizează pentru a evalua nivelul de dezvoltare socio-emoțională a preșcolarilor, ținând cont de cele cinci fundamente cheie indicate de literatura de specialitate

ca fiind direct implicate în formarea capacității de a învăța și a se dezvolta armonios: încrederea, perseverența, organizarea, înțelegerea și rezistența. Educatoarele evaluează capacitatea socio-emoțională și o încadrează în una din următoarele categorii: incipientă, în dezvoltare, atinsă.

2. Programa educațională – va cuprinde jocuri și activități pe domenii experiențiale pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari.

3. Practici educaționale:

- Definirea operațională a abilităților socio - emoționale în termenii unor comportamente observabile;
- Prezentarea unor exemple;
- Predarea efectivă;
- Feedback-ul comportamental specific;

4. Educația părinților - deoarece achizițiile emoționale și sociale trebuie consolidate și acasă, programul „Simfonia emoțiilor!” cuprinde și un modul de activități adresat părinților desfășurat în cadrul consilierii părinților.

GRUP ȚINTĂ:

- Copii preșcolari;
- Educatoare;
- Consilieri psihopedagogici;
- Personalul auxiliar și nedidactic;
- Părinții copiilor implicați în proiect;

DURATA: 1 AN ȘCOLAR BENEFICIARI DIRECTI:

- Copiii preșcolari implicați în proiect
- Personalul didactic și nedidactic înscris în proiect;
- Părinții copiilor;

BENEFICIARI INDIRECTI:

- Cadre didactice din unitate;
- Familiile copiilor;
- Comunitatea ;

SCOPUL

- Dezvoltarea competențelor educatoarelor
- Asigurarea succesului cadrelor didactice în utilizarea practicilor educaționale privind dezvoltarea socio - emoțională a copiilor preșcolari
- Dezvoltarea abilităților sociale și emoționale ale copiilor;

- Formarea și dezvoltarea comportamentului socio - emoțional al preșcolarilor
- Dezvoltarea competențelor părinților; Conștientizarea părinților cu privire la rolul lor în dezvoltarea abilităților sociale și emoționale;

OBIECTIVE DE REFERINȚĂ PRIVIND COPIII PREȘCOLARI:

· EMOȚIONAL:

❖ Să identifice propriile emoții în diverse situații; Să identifice emoțiile altor persoane în diverse situații; Să identifice emoțiile asociate unui context specific; Să recunoască emoțiile pe baza componentei nonverbale: expresia facială și postura; Să transmită verbal și nonverbal mesajele afective; Să numească situații în care apar diferențe între starea emoțională și exprimarea ei externă; Să exprime empatie față de alte persoane; să exprime emoții complexe precum rușine, vinovăție, mândrie; Să identifice cauza emoțiilor; Să numească consecințele emoțiilor într-o situație; Să folosească strategii de reglare emoțională;

· SOCIAL:

❖ Să inițieze și să mențină o interacțiune cu un alt copil; Să asculte activ; Să împartă obiecte și să împărtășească experiențe; să ofere și să primească complimente; Să rezolve în mod eficient conflictele apărute; 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;

OBIECTIVE PRIVIND CADRELE DIDACTICE:

- Să dobândească și să utilizeze tehnici specifice pentru formarea comportamentelor socioemoționale la preșcolari;
- Să implice părinții în vederea realizării obiectivelor propuse în proiect;
- Să selecteze conținuturi adecvate organizării și desfășurării activităților instructiv – educative care să asigure realizarea obiectivelor propuse;
- Să aibă în vedere cultivarea unui tip comportamental și moral care să reprezinte, pentru preșcolari, un model de comportare ca indivizi;

Să asigure un climat socio-afectiv și educativ optim în timpul procesului didactic

OBIECTIVE PRIVIND PĂRINȚII:

Să colaboreze cu educatoarea pentru mai buna cunoaștere a copilului și eficientizarea metodelor educative aplicate;

Să creeze un climat socio-afectiv pozitiv în familie și să aibă o concepție și practică corectă și consecventă în educația copilului;

3. Ateliere educaționale de dezvoltare socio-emoțională (AEDSE) pentru educatoare:

- Formularea unei cereri;
- Așteptarea rândului;
- Exprimarea verbală a furiei;
- Împărțirea jucăriilor;
- Stabilirea și respectarea regulilor;
- Recompense
- Feed-back-ul;
- Rezolvarea conflictelor;

4. Activități zilnice cu copiii conform abilităților dobândite de educatoare

PARTICIPĂ: copiii și educatoarele;

CONȚINUT:

- Jocuri, povestiri, exerciții conform unui curriculum special elaborat, integrat în cel național;

5. Ateliere educaționale de dezvoltare socio-emoțională (AEDSE) pentru părinți:

CONȚINUT:

- Gestionarea crizelor de furie și a comportamentelor agresive; învățarea rutinelor zilnice și Televizorul și influența asupra dezvoltării copilului: cât ne uităm și la ce anume?
- Comportamentele de autonomie personală: încurajarea jocului independent, a comportamentelor de autoservire (copilul mănâncă singur, se îmbracă singur etc.);
- Pregătirea pentru intrarea în grădiniță/școală;
- Fricile copilăriei mici: separarea de părinți, teama de persoane adulte necunoscute; și Gelozia între frați sau cum mă comport când familia se mărește?
- Criza de opoziționism primar sau când copilul spune: Nu; Nu vreau;
- Alte probleme specifice sesizate de părinți;

CONȚINUT:

- Tehnici de modificare comportamentală la copii;

PLANIFICARE:

Pentru preșcolari:

NR. CRT.	DENUMIREA ACTIVITĂȚII	COMPETENȚA DEZVOLTATĂ
1.	“CUM MĂ SIMT AZI...”	Conștientizarea emoțiilor Exprimarea emoțiilor Etichetarea corectă a emoțiilor
2.	“ ROATA EMOȚIILOR”	Conștientizarea emoțiilor Exprimarea emoțiilor Etichetarea corectă a emoțiilor
3.	“ CUTIILE FERMECATE CU EMOȚII”	Conștientizarea emoțiilor Exprimarea emoțiilor Etichetarea corectă a emoțiilor
4.	“ DETECTIVUL DE EMOȚII”	Recunoașterea și etichetarea emoțiilor proprii și ale celorlalți
5.	“ SĂ NE GÂNDIM LA EMOȚIILE CELORLALȚI”	Recunoașterea și etichetarea emoțiilor proprii și ale celorlalți
6.	“ JOC DE CĂRȚI PENTRU EMOȚII”	Conștientizarea emoțiilor Etichetarea corectă a emoțiilor
7.	SĂ NE JUCĂM “ DE - A ASCULTATUL”	Inițierea interacțiunilor cu ceilalți copii
8.	“NE JUCĂM ÎMPREUNĂ”	Dezvoltarea abilităților de cooperare Rezolvarea prin negociere a problemelor care pot apărea într-un grup
9.	LECTURĂ DUPĂ IMAGINI: „CĂȚELUȘUL ȘCHIOP” DE E. FARAGO	Conștientizarea emoțiilor Exprimarea emoțiilor Etichetarea corectă a emoțiilor
10.	„OGLINDA FERMECATĂ”	Exprimarea emoțiilor proprii Recunoașterea emoțiilor

Proiect educațional

" DRUMUL SPRE CREDINȚĂ" - Exemplu de bune practici

Ed. Grigorescu Cristina

Grădinița cu Program Normal Capu Plaiului- Gura Ocnitei

Motto:

“Caci ce ar folosi unui om să câștige toată lumea, dacă și-ar pierde sufletul?”(Matei 16:26)

ARGUMENT:

Educația religioasă începe în familie și continuă în grădiniță, unde copiii sunt sensibilizați prin trăiri religioase puternice, își formează deprinderi de conduită, învață să-și manifeste sentimentele morale specifice unui bun creștin

Educația religioasă are o dubla menire, pe de o parte să anuleze comportamentul negativ și să îl cultive pe cel pozitiv. Acest lucru se realizează în familie, în instituțiile de învățământ și la biserică.

În Vechiul Testament se spune că “Omul se cunoaște după copiii pe care i-a lăsat în urmă”, așadar, să ne străduim să lăsam în urma noastră copii buni, înțelepți, cinstiți și credincioși.

SCOP:

- Formarea sentimentelor religioase prin rugăciune și milostenie, recunoașterea sacralului ca valoare;
- Cultivarea comportamentului moral-religios;
- Însușirea și utilizarea unor termeni religioși accesibili vârstei preșcolare;
- Învatarea comportamentului religios, educarea afectivității și a abilităților de comunicare cu semenii și cu Dumnezeu.

OBIECTIVE:

- Să accepte existența lui Dumnezeu și a Fiului său Iisus ;
- Să identifice pe Iisus ca fiu al lui Dumnezeu ;
- Să recunoască Icoana Maicii Domnului ;
- Să cunoască semnul Sfintei Cruci ca simbol al creștinătății;
- Să respecte pe cei ce-l înconjoară, ducând o viață curată și nobilă ;
- Să folosească corect termenii religioși accesibili vârstei;
- Să citească “imagini din Biblie;
- Să reproducă texte scurte cu caracter religios ;
- Să exerseze deprinderi și obisnuințe de comportament religios ;
- Să respecte normele de comportament religios ;
- Să participe afectiv la activitățile religioase ,precum și la slujbele bisericești, însoțiți de părinți, bunici, educatoare .

RESURSE:

Umane: copii, educatoare, preot, părinți, bunici;

Materiale :Biblia pentru copii, icoane, cărți religioase, casete video și audio, reviste cu conținut religios, imagini reprezentând icoane, alte materiale procurate de învățătoare și de către părinți;

Spatiale: Grădinița cu Program Normal Capu Plaiului- Gura Ocniței, Biserica Gura Ocniței

Financiare: Bugetul proiectului se bazează pe autofinanțare.

PUNCTE TARI (ale aplicării proiectului):

- se vor putea înlătura cel puțin unele dintre cauzele ce au determinat comportamentele indezirabile la copii, precum:
 - antipatia în raport cu școala;
 - izolarea socială a unora;
 - comportamentul impulsiv;
 - ignorarea regulilor;
 - transferul unor comportamente indezirabile prin transfer afectiv din mediu social în grădiniță;
 - anxietatea unor elevi, care poate genera comportamente inadecvate;
 - instabilități psihice și emoționale ale unor subiecți;
 - indiferența față de grădiniță;
 - atitudini extreme din partea unor preșcolari, gen furie, violență, vandalism;
- se vor putea corecta comportamentele copiilor incompatibile cu viața de grup: egoismul, refuzul de a lucra în grup, intoleranța, agresivitatea, nervozitate ;
- părinții își vor putea descoperi copilul sub diferite aspecte pe care le implică ideea de colectivitate;
- părinții își vor corecta anumite conduite nedorite proprii sau pe ale copiilor;
- familia învață să abordeze dintr-o altă perspectivă relația cu copilul;
- va spori încrederea familiei în grădiniță și Biserica;
- va spori eficiența activităților instructiv-educative desfășurate în grădiniță;
- se va promova imaginea grădiniță;

PUNCTE SLABE:

- posibil ca unii părinți să nu trateze cu același interes acest proiect;
- posibil ca timpul să fie uneori un factor ce poate influența desfașurarea unor activități cu întârziere sau decalare de oră;
- posibil ca să existe în grupul de copii preșcolari de alta confesiune decât cea ortodoxă și care să manifeste reticență la acest proiect.

REZULTATE AȘTEPTATE:

- Deprinderi practice de comportament adecvat în diferite situații de viață;
- Îmbogățirea cunostințelor preșcolarilor în domeniul religios (termeni noi, aspecte din viața sfinților, fapte morale);
- Schimbări de comportament ale copiilor în viața de zi cu zi ;
- Schimbări de comportament ale părinților – acordarea unei atenții mai mari copiilor;
- Implicarea părinților în educația religioasă a copiilor;

TEHNICI DE MONITORIZARE: înregistrare video, fotografii, consemnări în jurnal.

EVALUARE: fie, expoziție foto, expoziție cu lucrările copiilor;

MEDIATIZARE: afișierul grădiniței.

DISEMINAREA REZULTATELOR: expuneri în cadrul consiliului profesoral, popularizarea studiului (în sesiuni de comunicări, simpozion, lectorate cu parintii);

FOLLOW-UP: solicitări din partea altor cadre didactice sau parinti de a se implica în proiecte similare

Durata proiectului: an școlar 2016 - 2017 .

DERULAREA ACTIVITATILOR SPECIFICE

Data	Denumirea activitatii	Mijloc de realizare
Octombrie	BISERICA ESTE CASA LUI DUMNEZEU	Vizita la biserica
Decembrie	NASTEREA MANTUITORULUI(colindul)	Lucrari practice Program artistic
Aprilie	HRISTOS A INVIAT!	Expozitie de desene, colaje, picturi
Iunie	„SUNT SI EU UN MIC CRESTIN” - concurs	Intrebari si raspunsuri cu continut religios

BIBLIOGRAFIE:

“Reforma curriculara in gradinita”, coord. Insp inv presc. Rodica Branisteanu si colaboratorii, Bistrita, 2000;

“Lasati copiii sa vina la mine!-Micul Catehism”, preot prof.dr. Sebastian Sebu, Sibiu 1991;

Biblia pentru copii-Vechiul si Noul Testament

PROTOCOL DE PARTENERIAT EDUCATIONAL

Încheiat între:

ȘCOALA GIMNAZIALĂ GURA OCNITEI, reprezentată de doamna educatoare, Grigorescu Cristina, în calitate de educatoare, inițiatoarea proiectului.

PAROHIA GURA OCNITEI, reprezentată preotul parohiei.

Articolul 1. Prezentul protocol are drept obiect colaborarea părților în vederea desfășurării programului de activități extracurriculare, parteneriat cu biserica.

Prezentul protocol s-a convenit a fi încheiat, având în vedere următoarele condiții;

- -respectand Legea Invatamantului, Statutul personalului Didactic si Regulamentul de organizare si functionarea institutiilor implicate;
- -conform recomandarilor MEC(Hotararea Guvernului Romaniei nr.670/1997), privind aplicarea programului de parteneriat educational;

Articolul 2. SCOPUL COLABORARII:

Educarea copiilor în spiritual valorilor moral-religioase și cunoașterea rolului bisericii în comunitatea locală.

Articolul 3. Durata parteneriatului

Parteneriatul se va desfășura în perioada: octombrie 2016- iunie 2017;

Persoane de contact: dna. educatoare Grigorescu Cristina, preotul parohiei Gura Ocnitei.

Articolul 4. Obligațiile părților

Părțile stabilesc împreună strategiile de lucru conforme cu particularitățile de vârstă și nivelul grupei, asigură logistica necesară, mobilizează copiii și părinții pentru realizarea unei legături permanente familie-gradinița-biserica.

Pentru desfășurarea în bune condiții a activităților, partenerii se vor consulta reciproc după caz, își vor acorda sprijin, își vor promova imaginea.

Articolul 5. Alte obligații

Partenerii vor avea în vedere necesitatea consultării cu privire la stabilirea datelor de desfășurare a activităților, pentru a nu-și perturba reciproc programul.

Modificările ce survin pe parcursul derulării programului de activități se vor face cu consultarea ambelor părți.

Parteneriat de voluntariat „DIN SUFLET PENTRU SUFLET”

Prof. Dinulescu Beatrice

Grădinița nr. 273-București, sector 6

Motto: Facem lucruri care contează

Echipa de proiect / Parteneri

- Grădinița nr 273, str Valea lui Mihai nr 1, sector 6 București, tel/fax 0214133842, reprezentată prin director prof. Drăgoi Marilena și prof. Dinulescu Beatrice,
- Asociația P.A.V.E.L. (Primind Ajutor, Viața Este Luminoasă), cu sediul social în București, str Soldat Lica Gheorghe nr. 28, sector 4, punct de lucru în Institutul Oncologic București,

Șoseaua Fundeni nr. 252, sector 2, București, CUI 8956076, tel 021.3112700, reprezentată prin Iuliana Ghidu, director executiv și Alina Mitroi -psiholog și coordonator proiecte.

Voluntari: părinții și preșcolarii grupei mici B din Grădinița nr. 273, conduși de prof. Dinulescu Beatrice

Grup țintă : copii cu vârsta cuprinsă între 0 și 18 ani, internati în secția de oncologie pediatrică a Institutului Oncologic București, beneficiari ai Centrului de Resurse și Servicii P.A.V.E.L.

Obiective :

- revigorarea spiritului civic și a mentalităților comunitare prin promovarea valorilor de solidaritate și generozitate;
- responsabilizarea copiilor, părinților și a cadrelor didactice prin implicarea în acțiuni de voluntariat;
- informarea cadrelor didactice și a părinților prin Work-shop-uri în cadrul Companiei Naționale privind importanța diagnosticului precoce al cancerului la copii și tineri, campanie desfășurată în cadrul programului de cooperare elvețiano-roman.

Rezultate așteptate :

- creșterea stimei de sine în rândul voluntarilor;
- întărirea parteneriatului școală- comunitate locală;

Indicatori de evaluare :

- Participarea/ implicarea preșcolarilor, părinților și a cadrelor didactice pentru colectarea de rechizite, jucării, hăinuțe ce urmează a fi donate, precum și prin prezența la întâlnirile organizate de medic oncolog și psihologul Asociației P.A.V.E.L.
- Strângerea a cel puțin 20 pachete/ acțiuni;

Modalități de monitorizare și evaluare:

- Întâlniri periodice ale echipelor de proiect
- Raport final;

Impactul proiectului

- îmbunătățirea imaginii grădiniței în comunitate;

Modalități de desfășurare :

- ⊗ Echipa de proiect alături de preșcolarii și părinții acestora vor colecta materialele necesare pentru a realiza cel puțin 20 pachete-cadou pentru persoanele defavorizate (copii și tineri), identificate de reprezentanții Asociației P.A.V.E.L
- ⊗ Întâlniri periodice desfășurate de echipa de proiect alături de părinții unității.

Produse ale proiectului: album foto

CALENDARUL ACTIVITĂȚILOR

Nr crt	Activitatea	Data și locul	Resurse		Responsabil
			materiale	umane	
1	Colectarea materialelor ce urmează a fi donate	15.11-15.12	Hăinuțe, jucării rechizite	Preșcolarii // Părinți/ Educatoare	Beatrice Dinulescu
2	Vizitarea Fundației pentru oferirea cadourilor	20.12	Cel puțin 20 de pachete	Voluntari	Beatrice Dinulescu, Meda Iordan
3	Colectarea materialelor ce urmează a fi donate	15.03-5.04	Hăinute, jucării rechizite	Prescolarii Părinți/ Educatoare	Beatrice Dinulescu
4	Vizitarea Fundației pentru oferirea cadourilor	10.04	Cel puțin 20 de pachete	Voluntari	Beatrice Dinulescu, Meda Iordan
5	Work-shop-uri in cadrul Companiei Naționale privind importanța diagnosticului precoce al cancerului	periodic	Broșura proiect și alte material informative	Părinți, medic, educatoare	educatoare medic oncolog și un psiholog din partea Asociației

	la copii și tineri.				P.A.V.E.L
6	Postări de materiale informative pe yahogroup-ul clasei participante la proiect	periodic	Materiale informative	Voluntarii Asociației P.A.V.E.L	Asociația P.A.V.E.L

Programa activității opționale „Poveștile terapeutice vin să ne învețe”

**Prof.înv.preșc. Dan Florina
Grădinița cu P.P. nr 26 „Junior”, Brașov**

TIPUL OPȚIONALULUI: opțional ca temă integratoare la nivelul mai multor arii curriculare (om și societate, limbi moderne)

GRUPA: mijlocie

DURATA: un an școlar

NUMĂR ACTIVITĂȚI PE SĂPTĂMÂNĂ: 1

ARGUMENT

Obiceiul străvechi de a spune povești este o metodă potrivită pentru copii de a explora realitatea. Povestea este accesibilă la orice vârstă și nu este nevoie de niciun „echipament” special pentru crearea imaginii artistice, poate doar cu excepția imaginației și a abilităților de a vorbi și/ sau asculta. Poveștile funcționează ca un mijloc de divertisment și educare prin care se prezintă ascultătorului credințele și tradițiile unui grup de oameni. Totodată, poveștile, atunci când sunt înțelese de copil, au avantajul de a fi privite ca probleme cu care se confruntă personal, cum ar fi persoane, personaje, evenimente, experiențe, dar totodată și ca modalități de a se “rupe” de viața lor personală.

Remarcăm faptul că, în ultimele decenii, emoțiile și comportamentele dezadaptative, manifestate prematur la preșcolari, au cunoscut o creștere semnificativă. Copiii generațiilor

prezente prezintă mult mai multe probleme emoționale decât în trecut, sunt mai singuri și mai deprimați, mai furioși și mai nestăpâniți, mai impulsivi și mai agresivi, fiind vădit înclinați să devină anxioși în mai toate condițiile competiționale.

În același timp, din nefericire, constatăm faptul că, tot mai des, programele școlare lasă la întâmplare dezvoltarea socio-emoțională a copiilor, supralicitând unilateral pregătirea lor academică. Adesea, ei sunt privați chiar și de o minimă alfabetizare emoțională, sistemul educațional lăsându-i dezarmați în confruntarea cu realitatea. Iată de ce se impune o nouă viziune în privința a ceea ce grădinița și, apoi, școala pot face pentru a asigura o formare completă a copiilor, atât academică cât și socio-emoțională, care să le permită o mai bună adaptare la complexitatea vieții cotidiene.

Fiind vorba despre o sintagmă (educația socio-emoțională) mai puțin utilizată în activitatea didactică la grupă, ar putea exista tendința ca obiectivele propuse să fie considerate realizate de la sine în grădiniță sau confundate cu alte aspecte din viața cotidiană a copiilor ceea ce duce la diminuarea semnificației ei didactice. Conștientizând faptul că există mai puține materiale curriculare legate de educația socio-emoțională la preșcolari și pornind de la elementele sugerate de curriculum preșcolar, sperăm ca programa noastră să servească la ameliorarea curriculară a programei preșcolare, în special a sugestiilor privind conținuturile.

Am centrat așadar acest opțional în jurul educației socio-emoționale a preșcolarilor, deoarece aceasta reprezintă totalitatea activităților de învățare în care sunt implicați aceștia în vederea asigurării premiselor și condițiilor de formare a competențelor sociale și emoționale dezirabile la această vârstă. Ne referim aici la dobândirea abilităților emoționale (de a înțelege, a exprima și a-și regla emoțiile) și a celor sociale, precum cele de inițierea și menținerea unei relații pozitive și de integrare într-un grup (altruismul, toleranța, înțajutorarea etc.). Toate acestea vor reprezenta fundamentul comportamentelor lor sociale și emoționale viitoare, precum și al conduitei lor sociale și emoționale.

O importanță deosebită am acordat-o formării și dezvoltării comportamentelor prosociale la preșcolari prin asimilarea unor concepte specifice educației rațional-emotive. Indicatorii de operaționalizare aleși pentru comportamentele prosociale sunt: *a oferi ajutor, a-și accepta și tolera colegii, a colabora, a ierta, a-și cere iertare, a adresa laude, a se încuraja reciproc, a consola, a se împrieteni*. Pentru fiecare dintre aceștia, precum și pentru comportamentele asociate lor, am elaborat activități educative specifice, în cadrul cărora povestea terapeutică are rolul central.

OBIECTIVE CADRU

- Formarea și dezvoltarea unor mecanisme de recunoaștere, acceptare și autoreglare emoțională ca fundament al abilităților sociale;
- Formarea și dezvoltarea comportamentelor prosociale la preșcolari prin asimilarea unor concepte specifice educației rațional-emoțive;
- Educarea trăsăturilor pozitive de voință și caracter și formarea unei atitudini pozitive față de sine și față de ceilalți;
- Dezvoltarea abilităților intra- și interpersonale care să faciliteze reușita în viață;
- Dezvoltarea abilității de recunoaștere, acceptare și respect al diversității;
- Îmbogățirea vocabularului cu cuvinte și expresii specifice educației socioemoționale,

OBIECTIVE DE REFERINȚĂ:

- Să-și îmbogățească vocabularul activ și pasiv pe baza experienței, activității personale și/sau a relațiilor cu ceilalți;
- Să-și adapteze comportamentul propriu la cerințele grupului în care trăiește;
- Să-și formeze și dezvolte comportamentele prosociale (a oferi ajutor,, a-si accepta si tolera colegii, a colabora, a ierta, a-si cere iertare, a adresa laude, a se încuraja reciproc, a consola, a se împrieteni);
- Să-și dezvolte empatia față de colegii de grupă;
- Să participe la decizii comune;
- Să stabilească și să mențină relații pozitive în grupul de copii;
- Să adopte strategii adecvate de rezolvare a conflictelor
- Să-și dezvolte atitudini pozitive față de sine și față de ceilalți;
- Să accepte calitățile și defectele proprii și ale celorlalți;
- Să-și îmbunătățească exprimarea verbală și comunicarea cu ceilalți
- Să-și îmbogățească cunoștințele legate de relațiile sociale și trăirile emoționale desprinse din lectura textelor cu conținut specific;
- Să-și formeze capacitatea de a stabili relații corecte între faptele fiecăruia și consecințele lor;
- Să-și dezvolte capacitatea de a povesti întâmplări reale sau imaginare cu caracter socioemoțional.

COMPETENȚE GENERALE ȘI SPECIFICE

Competențe socio-emoționale dezvoltate în perioada preșcolară

Competența specifică	Exemple de comportamente.
Recunoașterea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> - identifică propriile emoții și pe ale altora în diverse situații; - identifică emoțiile asociate unui context specific; - identifică emoțiile pe baza componentei nonverbale: expresia facială și postura.
Exprimarea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> - transmit verbal și nonverbal mesajele afective; - numesc situații în care apar diferențe între starea emoțională, - exprimă empatie față de alte persoane; - exprimă emoții complexe precum rușine, vinovăție, mândrie; - țin cont de particularitățile fiecărei persoane în cadrul interacțiunilor sociale.
Înțelegerea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> - identifică cauza emoțiilor; - numesc consecințele emoțiilor într-o anumită situație
Reglarea/autoreglarea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> - folosesc strategii de reglare/autoreglare emoțională
Inițierea și menținerea unei relații (relaționarea socială)	<ul style="list-style-type: none"> - inițiază și menține o interacțiune cu un alt copil; - ascultă activ; - împarte obiecte și împărtășește experiențe; - oferă și primește complimente; - invită alți copii să se joace împreună; - rezolvă în mod eficient conflictele apărute.
Integrarea în grupul de prieteni (comportamentul prosocial)	<ul style="list-style-type: none"> - cooperează cu ceilalți când se joacă; - cooperează cu ceilalți în rezolvarea unei sarcini; - oferă și cere ajutorul atunci când are nevoie; - are grijă de jucăriile celorlalți; - are grijă de colegii mai mici ca vârstă sau care prezintă diverse dizabilități;

	<ul style="list-style-type: none"> - ajută în diferite contexte (de ex. împărțirea rechizitelor, împărțirea gustărilor). - iartă și își cere iertare atunci când greșește; - încurajează colegii în diverse situații dificile; - tolerează greșelile colegilor mai mici ca vârstă sau cu diverse dizabilități;
--	--

PLANIFICAREA ANUALA

Nr crt	POVESTEA TERAPEUTICĂ	CONȚINUTUL VIZAT
1.	Detectivul de emoții de Cosa Luminița	Identificarea și exprimarea emoțiilor
2.	Lucian Licurici învață să lumineze de Virginia Waters	Autoreglarea emoțiilor
3.	Aripioare colorate de Mariana Konkoly	Identificarea consecințele emoțiilor într-o anumită situație
4.	Furnicile cu lână de Laura Tripa	Acceptarea propriei sensibilități și exprimarea sentimentelor
5.	Ploaia de Mariana Konkoly	Exprimarea empatie față de alte persoane
6.	Vrăbiuța guralivă de Mihaela Delia Pele	Dezvoltarea comunicării și ascultării active
7.	Mierla Mirela învață cum să nu se năcăjească de Virginia Waters	Dezvoltarea autocontrolului, a toleranței și iertării
8.	VACANTA DE TOAMNA	
9.	Narcisa singuratică de Mariana Konkoly	Acceptarea necondiționată de sine
10.	Pistruiatul de Mariana Konkoly	Acceptarea necondiționată de sine

11.	Frunza de nisip de Pașca Maria Dorina	Acceptarea celorlalți
12.	Povestea piticului clap de Larisa Alexandra	Acceptarea copiilor cu nevoi speciale
13.	Ochiul magic de Lia Carla Butcă	Acceptarea copiilor ce poartă ochelari
14.	Peștișorul prietenos de Mariana Konkoly	Încurajează acceptarea mediilor noi, dezvoltarea relațiilor de prietenie
15.	VACANTA DE IARNA	
16.	Spectacolul de magie de Mariana Konkoly	Stimulează încrederea în forțele proprii
17.	Frumusețea din adâncuri de Nicoleta Mihaela Cramaruc	Dezvoltarea stimei de sine
18.	Ursulețul cafeniu de Natalia Coroiu	Timiditatea și acceptarea celorlalți
19.	Fluturașul alb de Larisa Mihuța	Despre prietenie, formare de prieteni
20.	Prietenia adevărată de Corina Racovițan	Dezvoltarea prieteniei, altruismului și întraajutorării.
21.	VACANTA INTERSEMESTRIALA	
22.	Petrecerea de Halloween de Mariana Konkoly	Înlăturarea timidității în cadrul grupului și în situații sociale
23.	Prea sus pentru mine de Mariana Konkoly	Dezvoltarea încrederii în forțele proprii
24.	Ghiocelul de Mariana Konkoly	Dezvoltarea perseverenței
25.	Visul prințului dorință de Mariana Konkoly	Dezvoltarea perseverenței și a cooperării pentru atingerea unui obiectiv comun

26.	Povestea paharelor de apă de Pașca Maria Dorina	Dezvoltarea solidarității din grup
27.	Cei trei prieteni credincioși de Violeta Kelemen	Importanța muncii în echipă, a cooperării
28.	Prietenii cu adevărat valoroase de Delia Tirla	Asumarea nereușitei și importanța muncii în echipă
29.	Veverițele Mașa, Dașa, Sașa de Pașca Maria Dorina	Rezolvarea problemelor din grup
30.	Trupa de dans de Mariana Konkoly	Rezolvare de conflicte
31.	Cuvântul magic de Melisa Mușatescu	Dezvoltarea capacității de cere iertare și a ierta
32.	VACANTA DE PRIMAVARA	
33.	Împarte cu ceilalți de Ramona Teodora Bogdan	Altruism, dărnicie, împărțirea cu ceilalți
34.	Inimioare din mare de Coca Dely Ienciu	Dezvoltarea plăcerii de a dăru
35.	Învață să dăruiești de Izabella Boriceanu	Dezvoltarea dărnicii
36.	Ajutorul de Pașca Maria Dorina	Dezvoltarea capacității de întrajutorare
37.	Totul e al meu de Mariana Konkoly	Egocentrism/ altruism
38.	Împreună vom reuși de Dan Florina	Dezvoltarea cooperării în atingerea unor obiective comune
39.	Evaluare finală "Poveștile ne învață să ne comportăm"	
40.	Evaluare finală "Povești create de copii"	

METODE DE PREDARE

Opționalul propus se concretizează în plan acțional prin selectarea și îmbinarea armonioasă a unui set de metode și tehnici didactice specifice, în rândul cărora povestea terapeutică ocupă un loc central: povestirea, explicația, conversația, observația, exercițiul,

jocul de rol, studiul de caz, metoda "Povestea Altfel", metoda „Covorul povestitor”, metode activ-participative: explozia stelară, ciorchinele, cubul, piramida, metoda pălăriilor gânditoare, acvariul.

METODE DE EVALUARE

- Observarea curentă a comportamentelor, Aprecieri verbale, Autoevaluare, Repovestiri, Concursuri, Portofolii individuale si de grup.

BIBLIOGRAFIE

1. Curriculum pentru învățământul preșcolar (3-6/7 ani), 2008
2. Cherechianu Ioana (coord): *Poveștile terapeutice vin să ne învețe*, Ed Diana, 2010, Pitești;
3. Konkoly, Mariana : *Povești pentru inimă și suflet – povești terapeutice*, Ed. Aquila Logistic, 2013, Oradea;
4. Pașca Maria Dorina: *Povestea terapeutică*, Ed Adealul, 2004, Biblioteca de psihologie.
5. Paola Santagostino: *Cum să te vindeci cu o poveste*, Editura Humanistas, 2008, București.
6. Program de formare: Dezvoltarea socio-emoțională a copiilor prin programul EREC, Consult Plus si Asociația de Științe Cognitive din România,
7. Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani
8. Virginia Waters: *Povești raționale pentru copii – recomandări pentru părinți și educatori*, Ed. ASCR, 2003, Cluj-Napoca.

Programă pentru disciplina opțională Educație socio-emoțională

„ SĂ NE CUNOAȘTEM MAI BINE !”

Ed. Răican Anda Cătălina

Grădinița Nr. 224 , Bucuresti , Sector 4

CATEGORIA DE ACTIVITATE: Domeniul om și societate

OPȚIONAL: Elemente de educație socio-emoțională

Grup țintă: Preșcolari (grupa mare)

Beneficiari direcți: Preșcolarii, cadrele didactice

Beneficiari indirecti: Părinții, comunitatea

Durata: 1 an

Periodicitate: 1 activitate/săptămână

ARGUMENT

Necesitatea derulării unui astfel de opțional reiese tocmai din importanța pe care inteligența emoțională o are în dezvoltarea oricărei persoane, dar mai ales în ceea ce-i privește pe preșcolari. Cercetările actuale au arătat că un nivel ridicat al abilităților intelectuale, dobândite în urma unei pregătiri strict de ordin cognitiv, nu este suficientă pentru o bună adaptare a individului la mediu, iar un nivel ridicat al abilităților socio-emoționale asigură indivizilor șanse mai mari să fie eficienți în ceea ce fac, să se accepte pe sine, să fie satisfăcuți de ceea ce întreprind și să aibă succes în viață. De asemenea, s-a constatat creșterea numărului de copii care prezintă o serie de probleme emoționale, precum furie, impulsivitate, tristețe și agresivitate. Din păcate, neabordarea corespunzătoare a tuturor acestor probleme de ordin afectiv se reflectă direct în performanțele școlare și nu numai.

În condițiile în care dificultățile comportamentale la vârsta preșcolară își au rădăcina tot într-o gestionare defectuoasă a propriilor emoții, abilitatea de gestionare a reacțiilor la anumiți stresori devine esențială în relațiile cu ceilalți. Copiii care își dezvoltă capacitatea de a empatiza și care învață cum să-și controleze furia vor ști cum să negocieze cu ceilalți fără să-i rănească și fără să renunțe la propriile nevoi.

Întrucât perioada preșcolară este una de intense schimbări, adaptări și achiziții în viața copilului în care emoțiile și sentimentele însoțesc toate manifestările acestuia, o înțelegere

aprofundată a acestora (cum și de ce se manifestă, cum pot fi controlate/îmbunătățite reacțiile) va duce atât la o gestionare eficientă a emoțiilor, cât și la dezvoltarea empatiei și a unui comportament non-violent, a echilibrului, a capacității de autocontrol, a înțelegerii felului în care putem face față frustrărilor pentru a asigura o bună adaptare școlară, o trecere lină de la grădiniță la școală.

Dezvoltarea sensibilității față de diversele expresii emoționale, cunoașterea cauzelor și a posibilelor consecințe ale unui anumit comportament emoțional, dar mai ales cunoașterea unor modalități prin care anumite emoții pot fi gestionate, sunt importante pentru că ajută la formarea și menținerea relațiilor cu ceilalți, ajută copiii să se adapteze la mediul social al grădiniței, prin formarea relațiilor de grup și la situațiile complexe de viață.

Scopul opționalului ”*Să necunoaștem mai bine!*” constă atât în dezvoltarea competențelor socio-emoționale ale copiilor de vârstă preșcolară, cât și a cadrelor didactice, părinților, pentru implicarea în procesul de dezvoltare socio-emoțională a celor mici.

Obiectivele principale ale opționalului sunt:

1. Dezvoltarea capacității de recunoaștere a emoțiilor principale (fericire, tristețe, plăcere, neplăcere, rușine, furie, mândrie, vinovăție, frică, s.a.) manifestate la ei și la cei din jur (să identifice și să numească emoțiile și să le lege de contextele în care apar în mod tipic).
2. Dezvoltarea capacității de empatie și de respect, de înțelegere și acceptare pentru sentimentele celorlalți.
3. Dezvoltarea abilității de a-și exprima emoțiile într-un mod adecvat.
4. Recunoașterea faptului că între evenimente și emoții intervin gânduri raționale, care pot fi controlate pentru a controla emoțiile.

ETAPELE urmărite în cadrul activităților săptămânale desfășurate cu copii:

- Recunoașterea și exprimarea emoțiilor;
- Înțelegerea emoțiilor celorlalți și empatia;
- Respectul pentru părerea și preferințele fiecăruia;
- Elemente incipiente de psihologie cognitivă: realizarea faptului că între evenimentul declanșator și consecința emotivă intervin credințele/convingerile personale (un gând care provoacă emoția);

Materiale utilizate:

- Seminarii de informare organizate împreună cu partenerii noștri (unități de învățământ, instituții de specialitate, specialiști);
- Teorie și exemple pentru educatoare și părinți;

OBIECTIVE CADRU

- I.** Exprimarea într-un mod corect a sentimentelor;
- II.** Cultivarea sentimentului de respect pentru el și pentru apropoale lui ;
- III.** Educarea spiritului de autoprotejare a vieții printr-un comportament adecvat, activ, conștient ;

OBIECTIVE DE REFERINȚĂ

I. Exprimarea într-un mod corect a sentimentelor;

- 1. Să conștientizeze faptul că fiecare e unic și are un nume;
- 2. Să recunoască faptul că preferințele oamenilor sunt diferite;
- 3. Să recunoască emoțiile pe baza componentei nonverbale (expresia facială, postura și modificările fiziologice)
- 4. Să distingă între emoție și modalitatea de exprimare a acesteia.
- 5. Să utilizeze unele tehnici de autoreglare emoțională.

II. Cultivarea sentimentului de respect pentru el și pentru aproapele lui;

- 6. Să identifice cauzele emoțiilor.
- 7. Să numească consecințele emoțiilor într-o anumită situație.
- 8. Să identifice emoțiile altor persoane în diverse situații.
- 9. Să manifeste empatie și grijă față de ceilalți.
- 10. Să transmită verbal și nonverbal mesaje afective.

III. Educarea spiritului de autoprotejare a vieții printr-un comportament adecvat, activ, conștient;

- 11. Să conștientizeze faptul că între context și reacție emoțională intervin gânduri raționale care pot fi controlate.
- 12. Să aplice modalități concrete de autoreglare emoțională în cazuri de frică.
- 13. Să aplice modalități concrete de autoreglare emoțională în cazuri de furie.
- 14. Să rezolve într-un mod amiabil situații conflictuale provocate de exprimarea necorespunzătoare a unor emoții.

CONȚINUTURI

1. NOȚIUNI SPECIFICE INTELIȚENȚEI EMOȚIONALE
2. NOȚIUNI SPECIFICE FORMĂRII ȘI ÎNȚELEGERII
COMPORTAMENTULUI EMOȚIONAL ADECVAT
3. RECUNOAȘTEREA EMOȚIILOR PE BAZA COMPONENTEI
NONVERBALE ȘI A IDENTIFICĂRII TRĂIRILOR INTERIOARE
4. TEHNICI DE AUTOREGLARE EMOȚIONALĂ PENTRU CONTROLAREA
FURIE ȘI A COMPORTAMENTULUI AGRESIV

TEMATICĂ

JOCURI ȘI EXERCII PENTRU DEZVOLTAREA INTELIȚENȚEI EMOȚIONALE :

- „Oglinda, oglinjoara ce vad eu?”
- “Schimbă masca”
- „Cartea emoțiilor”
- “Emoțiile statuilor” , joc-exercitiu;

JOCURI ȘI EXERCII PENTRU ÎNȚELEGEREA CONCEPTULUI DE PRIETENIE

- „Cercul prieteniei”- joc;
- „Ghidul meu, prietenul meu” – joc;
- „Copacul prieteniei”- joc;
- „Ghidul prieteniei” – joc;

JOCURI ȘI EXERCII PENTRU ÎNȚELEGEREA STĂRILOR DE FURIE

- „Vulcanul sentimentelor” – joc
- „Te alungam, furie” – joc exercitiu;
- „Ascunderea in carapace”, - joc;

JOCURI ȘI EXERCII PENTRU REGLAREA COMPORTAMENTULUI AGRESIV

- „Dorinta mea este...” – joc;
- „Naufragiatii” si „Amprente” – joc;

- „Ochiul magic care vindeca”- joc

POVEȘTI ȘI POVESTIRI TERAPEUTICE

- Povestea lui Țupî;
- „Ursul imblanzit” – poveste;
- „Veveritele Masa, Dasa si Sasa”- poveste;
- Broscuța țestoasă Tobias a învățat cum să nu mai fie furioasă – poveste
- „Povestea vulpoiului”- poveste;
- „Povestea peștișorului curcubeu” – poveste;

TEHNICI PENTRU AUTOREGLARE EMOȚIONALĂ

- Tehnica broscuței țestoase ȚUPI

Pasul 1: recunoașterea emoțiilor

Pasul 2: Spune Stop și oprirea activității

Pasul 3: retragerea în carapace și respirație profundă de trei ori.

Pasul 4: ieșirea din carapace când se calmează și căutarea unei soluții.



BIBLIOGRAFIE

Breben , Silvia

-“Jocuri pentru dezvoltarea socială la vârsta preșcolară și școlară mică “, Editura Reprograf, Craiova,2012;

Chateau, Jean

-“Copilul și jocul “, E. D.P,București, 1966;

Rolul educației în dezvoltarea abilităților socio - emoționale

Profesor pentru învă. preșc. Grosu Gena
Grădinița cu P.P nr 6 "Raza de soare" Brăila

DENUMIREA ACTIVITĂȚII: Povestea educatoarei,,POVESTEA LUI ARICEL"-creație proprie(Poveste terapeutică)

TEMA VIZATĂ:EDUCAȚIA EMOȚIONALĂ

SCOPUL:

- educarea comportamentului și a emoțiilor prin imitație;
- recunoasterea, intelegerea si exprimarea emotiilor;
- dezvoltarea abilităților de interacțiune socială pozitivă și stabilirea de relații interpersonale;
- constientizarea efectelor unui comportament negativ prin comparație cu efectele comportamentului pozitiv;

MATERIALE NECESARE: ilustrații care să reprezinte comportamentul negativ și cel așteptat precum și stările emoționale negative/ pozitive

DESFĂȘURARE: Povestea se adresează copiilor cu ADHD, copiilor care sunt tot timpul agitați, neastâmpărați, gata mereu pentru a șicana pe ceilalți și care au probleme emoționale din această cauză, se culpabilizează, sunt introvertiți, își găsesc greu prieteni;

Povestea se va spune cu voce tare, însoțită de ilustrațiile corespunzătoare.Ea se adresează copiilor cu vârste cuprinse între 4- 7 ani. Răspunsurile copiilor se vor nota.

ÎNTREBĂRI FINALE:

- Ți-a plăcut povestea?
- Ce ți-a plăcut cel mai mult? De ce?
- Ce nu ți-a plăcut în poveste? De ce?
- Cu care arici ți-ar plăcea să semeni, cu cel de la începutul poveștii sau cu cel de la sfârșitul ei?
- Ce trebuie să facă cineva pentru a avea prieteni și să nu se simtă singuri?

POVESTEA LUI ARICEL

(Poveste terapeutică- creație proprie)

Vreți să vă spun o poveste despre un pui de arici? Mă ascultați?

Trăia odată într-o pădure o familie de arici. Tatăl, Aricilă, pleca toată ziua prin pădure după hrană pentru familia sa, iar mama, Aricina, avea grijă de cei trei pui ai lor. Erau tare drăgălași cei trei, numai că, unul dintre ei, cel mic, pe nume Aricel, era tare neastâmpărat de aceea i se mai spunea și Aricel Năzdrăvănel. Îi necăjea pe ceilalți frați ai lui dar și pe celelalte animăluțe din pădure. Din această cauză, Aricel, era tare singur, nimeni numai voia să se joace cu el, să îi fie prieten.

(Voi ce părere aveți despre acest lucru? De ce se simțea singur Aricel?)

Când ieșea la joacă, și îl vedea pe Mormi, puiul de urs, și pe Urechiuș, iepurașul, cum se jucau împreună și cât erau de fericiți, îi saluta din fuga: „Salut!”, sărea la ei și îi înțepa, le punea piedică și apoi se ascundea sub o tufă râzând pe săturate de năzdrăvănia lui, fericit că a reușit să le strice joaca. Din cauza aceasta, toate animăluțele fugeau de el când îl vedeau.

(De ce credeți că nimeni nu voia să se joace cu Aricel?)

Aricel era foarte trist pentru că nimeni nu voia să se joace cu el, și nu voiau să îi fie prieteni și se întreba mereu de ce toată lumea îl ocolește. Așa că, de la o vreme se gândea ce să facă, cum să facă ca să nu îl mai ocolească ceilalți. **(Tu ce ai face în locul lui Aricel Năzdrăvănel?)**

Într-o zi, în timp ce stătea la umbra unei frunze de brustur ronțâind dintr-un măr, și se gândea ce să facă și cum să facă, îi apără în față Chiț, un șoricel micuț cu ochii jucăuși. Acesta îi zâmbi, și îl salută: „- Salut Aricel, ce bine îmi pare să te văd azi!” Aricel a făcut ochii mari, i-a zâmbit și i-a răspuns: „- Salut! Și mie îmi pare bine să te văd azi!, apoi au vorbit despre căldura de afară, și despre noua casuță a lui Chiț în care acesta se mutase de curând cu familia sa, Ronțăilă.

După ce a plecat Chiț, pentru că îl strigase mama lui la masă, Aricel a rămas pe gânduri. **(La ce credeți că se gândea Aricel?).** Cum se gândea tot mai mult la conversația cu Chiț, auzi deodată un plânsuț nu departe de locul în care stătea. Apropiindu-se mai mult, a descoperit că plânsuțul era al lui Țestoșel, un pui de broască țestoasă care își prinsese unul din piciorușe între crengile unui copac căzute pe jos de la ultima furtună din pădure. Aricel a văzut lacrimile din ochii bietului pui de broască țestoasă care plângea de durere și a hotărât că trebuie să îl ajute. Cu ajutorul țepilor a tras puțin câte puțin de crengile căzute și astfel l-a eliberat pe Țestoșel. Mai mult decât atât, Aricel s-a gândit să îl ducă pe puiul de broască până acasă astfel că s-a înfășurat într-un pat de frunze și l-a urcat pe puiul de broscuță în

spate . Mama broscuței i-a mulțumit din suflet pentru ajutorul dat și l-a invitat a doua zi la petrecerea zilei de naștere a lui Țestoșel. Aricel a plecat spre casă, obosit dar cu toate acestea se simțea ciudat de bine și toată noaptea i-a visat pe Chiț și pe Țestoșel. **(De ce credeți ca i-a visat?)**

A doua zi, Aricel a venit la petrecere, unde erau invitați Mormi , Urechiuș și Chiț. Odată ajuns acolo, a spus „ Salut prieteni!”. Toate animalele invitate au făcut ochii mari, l-au invitat în joaca lor, au petrecut și s-au simțit bine împreună. Aricel nu i-a mai supărat, nu i-a mai înțepat , nu le-a mai pus piedică și nu le-a mai stricat joaca. La sfârșitul acestei zile ariciul nostru era tare fericit și se simțea atât de bine...! **(Ce credeți, de ce i-a plăcut lui Aricel ziua de astăzi?)**

De atunci , Aricel și-a făcut mulți prieteni. Nu mai este singur și nici trist. Se străduiește în fiecare zi să se poarte frumos, ca să fie acceptat de ceilalți. **(Ce credeți , este ușor pentru Aricel să se stăpânească? De ce face totuși acest lucru?; Ce nume i s-ar potrivi mai bine lui Aricel acum? Ce ți-a placut cel mai mult din povestea noastră?)**

CÂTEVA DIN RĂSPUNSURILE COPILOR:

„Aricel era tare obraznic și de aceea nimeni nu se juca cu el, pentru ca nu îi lăsa în pace pe alții.”

„Aricel se simțea singur pentru că nu mergea la grădiniță”

„Cu Aricel nu se juca nimeni pentru că avea țepi și înțepa toate animalele”

„Eu în locul lui Aricel mi-aș cere scuze de la celelalte animale”

„Aricel se gândea că a făcut o faptă bună și când faci fapte bune toți te iubesc, dar când faci fapte rele toți te ceartă”

„ L-a visat pe Chiț pentru că a vorbit frumos cu el și pe Țestoșel pentru că a făcut o faptă bună”

„Lui Aricel i-a plăcut petrecerea pentru că s-a făcut cuminte și toți s-au jucat cu el”

„Cred că mama lui Aricel i-a făcut o hăinuță mai rezistentă ca să nu îl mai înțepa animalele”

„Aricel a făcut o faptă bună și acum este cel mai fericit că are mulți prieteni,,

„Cred că Aricel nu va mai face fapte rele, pentru că va rămâne iar singur”

„ Cred că acum pe Aricel îl cheamă Aricel cel cumișel”

„Mie mi-a plăcut povestea asta pentru că Aricel s-a făcut mai cuminte”

Proiect de activitate integrată „Copil ca tine sunt și eu!...”

Prof.Scarlatescu Elena
Grădinița cu PP nr. 4 Moreni
Jud. Dâmbovița

GRUPA : mare

TEMA ANUALA DE STUDIU : „Cu ce și cum exprimăm ceea ce simțim”

TEMA ZILEI: „Copil ca tine sunt și eu!...”

TIPUL DE ACTIVITATE: consolidare

FORMA DE REALIZARE: Activitate integrată

FORME DE ORGANIZARE: Frontal, pe grupuri, individual

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

- Dezvoltarea competențelor/abilităților emoționale și sociale esențiale pentru adaptare la viață;
- Educarea/dezvoltarea sentimentelor de toleranță, prietenie, empatie, compasiune, grijă față de ceilalți;

CATEGORII DE ACTIVITATI:

ADP:

Întâlnirea de dimineață: - „Bună dimineața, copii fericiți, prietenoși!”

Salutul, prezența, calendarul naturii.

Rutine: Servirea micului dejun – deprinderi de igienă și autoservire

„Ajutăm cu drag” - deprinderea de a ajuta și de a face bucurii

Tranziții: Cântec „Copilărie fericită” ”

Joc cu cântec „dacă vesel...”

I. A.L.A. I

1.ȘTIINȚĂ: Joc – „Așa da ! Așa nu !”

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să selecteze imaginile cu aspecte din viața copiilor și să le aranjeze în tablou;

- Să precizeze care drepturi ale copiilor au fost respectate și care au fost încălcate;
- Să enumere îndatoririle ce revin copiilor (pentru fiecare drept precizat);
- Să participe activ la joc, să pună întrebări, să găsească răspunsuri la întrebări.

MATERIAL DIDACTIC: Imagini cu aspecte din viața copiilor din lume; două panouri (forma globului pământesc) – pe unul scrie: „Așa da !”, pe altul: „Așa nu !”

2.ARTĂ: a) Activitate practică: „Stegulețe ale UE” (confecționare)

„Flori pentru copiii lumii” (confecționare)

Album: „Copilăria în imagini”

b) Activitate artistico-plastică: „Ilustre pentru copiii lumii” (pictură)

„Copii veseli – copii triști” (desen)

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să selecteze, să decupeze și să alcătuiască un album cu imagini ce reprezintă viața copiilor din lume; să selecteze imaginile cu copiii ale căror drepturi au fost respectate și să alcătuiască albumul „AȘA DA !”, și încălcate și să alcătuiască albumul „AȘA NU !”; să motiveze alegerea făcută;
- Să plieze, să asambleze și să lipească corect materialele în vederea realizării florilor și stegulețelor;
- Să exprime, prin intermediul elementelor de limbaj plastic cunoscute, emoțiile traite, sentimentele pe care le au pentru copiii lumii.

MATERIAL DIDACTIC: Acuarele, foi de desen (formă de soare, hârtie creponată, hârtie glace, lipici, stegulețe ale țărilor UE, bețișoare din lemn, reviste, atlase, ziare, foarfece, foi pentru album (chipuri de copii).

II. ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERIENTIALE

1. DOMENIUL LIMBA SI COMUNICARE

EDUCAREA LIMBAJULUI: Convorbire (după ilustrații) „Pretutindenii trăiesc copii”

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să descrie imaginile prezentate în propoziții corecte din punct de vedere gramatical și cu sens logic;

- Să recunoască ce drepturi au fost încălcate în imaginile prezentate;
- Să precizeze care sunt drepturile de care beneficiază copiii lumii, indiferent de culoarea pielii, țara de origine, religie (care reies din imagini);
- Să enumere îndatoririle pe care le au copiii, acțiunile pe care le pot desfășura în ajutorul celor nedreptățiți.
- Să manifeste toleranță, pritenie, grijă față de ceilalți;
- Să accepte și să respecte diversitatea copiilor;

MATERIAL DIDACTIC: tablouri ce ilustrează viața copiilor din lume (copii care se distrează cu familia la munte, la mare, în parcuri; copii care merg la grădiniță, în tabere; copii care sunt obligați să muncească și să cerșească)

2.DOMENIUL ESTETIC SI CREATIV

EDUCAȚIE MUZICALĂ: Cântec – „Toți copiii au dreptul la soare” (predare)

Joc cu cântec – „Dacă vesel se trăiește” (repetare)

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să interpreteze corect un cântec (să respecte linia melodică, ritmică, dozarea respirației, preluarea tonului, pronunțarea clară a textului);
- Să realizeze concordanța între textul cântecului și mișcările impuse de text;
- Să precizeze, în propoziții coerente și corecte, care este mesajul educativ al cântecului.

III. A.L.A. II

1.JOC CU STEGULEȚE: „Oda bucuriei”

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să învețe să atribuie funcționalitate fiecărui obiect realizat (steagurile și florile realizate la artă)
- Să execute corect, în ritmul muzicii, exercițiile stabilite.

METODE ȘI PROCEDEE DIDACTICE: conversația, problematizarea, brainstorming, turul galeriei, exercițiul, învățarea prin descoperire.

MATERIAL BIBLIOGRAFIC:

- Viorica Preda (coordonator) -Metoda proiectelor la vârstele timpurii, Ed. Miniped, Buc. 2002
- Magdalena Dumitrana -Didactica preșcolara,Ed. Integral,Buc.1998

- Programă activității instructiv-educative în grădinița de copii, ediția a doua revizuită, Buc 2005

SCENARIUL DIDACTIC

Ziua debutează cu întâlnirea de grup între copii și educatoare, prin intermediul teatrului de păpuși.

Educatoarea invită copiii să participe la un mic „spectacol”.

Apar două păpuși, cu piele albă, îmbrăcate frumos, care se joacă, cântă și dansează. De ele se apropie o fetiță (păpușă îmbrăcată cu haine peticite). Cu o voce abia șoptită spune: „- Mă primiți și pe mine să mă joc cu voi?”

„-Nu, răspund tare fetițele, în același timp. Tu nu vezi cum arăți? Uite ce haine rupte ai!”

„-Dar hainele mele, deși sunt rupte, sunt curate. Părinții mei nu au bani să-mi cumpere unele noi. Va rog, primiți-mă și pe mine, o să mă port frumos!”

„-Nu vrem să ne jucăm cu tine!” . Și fetițele îi întorc spatele.

Fetiței cu hainele rupte îi dau lacrimile și pleacă rușinată.

După puțin timp, apare o altă fetiță cu pielea neagră. Și ea se îndreaptă spre cele două fetițe și le roagă să o primească în joc.

Fetițele iar o alungă și pe ea spunându-i că este urâtă, are pielea neagră. Fetița cu pielea neagră își șterge lacrimile pe furiș, apoi se îndepărtează.

Atunci, apare „Îngerul Păzitor” al copiilor, o fetiță îmbrăcată în alb, cu aripi de înger și aură argintie deasupra capului.

„-Nu este frumos cum vă purtați, fetelor! Cu ce este vinovată fetița cu rochie ruptă? Dar cea cu pielea neagră? De ce nu vă jucați și cu ele? Și ele sunt copii, chiar dacă una este tristă pentru că părinții nu-i pot cumpăra lucruri noi, iar cealaltă are pielea neagră așa cum o au toți copiii din țara ei. Hainele și culoarea pielii nu le fac fetițe rele, și ele au dreptul să se joace, să se bucure, să aiba prieteni, să meargă la școală, în tabere, numai că ele, pentru a fi fericite au nevoie de voi, de ajutorul, de iubirea și prietenia voastră.”

Cele două „fetițe” își recunosc greșala, își cer iertare pentru faptele lor, le invită, pe fetița cu rochia ruptă și pe cea cu pielea neagră, să se joace cu ele. Se iau toate de mână și pleacă cântând „Imnul păcii”.

După încheierea „micului spectacol” port o discuție cu copiii:

„Au procedat corect cele două fetițe? De ce?”

„Ce ar fi trebuit să facă?”

„Culoarea pielii sau hainele purtate îl fac pe un copil mai bun sau mai rău?, Ce ați simțit voi?, Cum ați fi procedat?”

„Îngerașul” precizează copiilor că noi, cei care avem de toate, avem îndatorirea, de a-i respecta, trebuie să-i înțelegem pe cei cu necazuri, să-i ajutăm oferindu-le daruri, prietenia și dragostea noastră.

„Îngerasul” îi anunță pe copii că va sta toată ziua în mijlocul lor pentru a-i observa cum se comportă, iar la sfârșitul zilei, pe cei buni îi va face „ajutor de îngerăș” ca să-l ajute în munca sa, aceea de a ocroti și proteja copiii triști, cu necazuri.

În continuare activitatea se va desfășura pe centre de interes, voi anunța tema zilei, voi prezenta obiectivele ce vor fi urmărite.

Voi prezenta copiilor sectoarele unde vor lucra, materialele puse la dispoziție și temele activităților din sectoare.

Repartizarea pe sectoare se va realiza în funcție de dorințele, interesele fiecărui copil.

Evaluarea va fi continuă, individuală și frontală, orală sau prin fișe de lucru și activități practice.

Activitatea de educație muzicală se va desfășura frontal.

Pentru valorificarea produselor activităților și pentru a le arăta copiilor că tot ceea ce ei realizează este important și valoros, voi desfășura în partea a treia a zilei, jocul cu stegulețe și flori realizate la „Artă” după melodia „Oda Bucuriei”, Beethoven (Imnul Europei).

EVENIMENTE DIDACTIC	CONȚINUTUL ȘTIINȚIFIC	STRATEGII DIDACTICE	EVALUARE (forme și metode)
<p>MOMENTUL ORGANIZATORIC</p> <p>Captarea atenției și reactualizarea cunoștințelor dobândite anterior</p>	<p>Voi pregăti sala de grupă pentru activitate, voi distribui materialele la sectoare.(Activitati de dezvoltare personala-Rutine si tranzitii).</p> <p>Întâlnirea de grup, între copii și educatoare se va realiza prin intermediul teatrului de păpuși.</p>		

	<p>Port o scurtă conversație cu copiii despre cele întâmplate la teatru de păpuși și despre drepturile și îndatoririle copiilor.</p> <p>„Îngerașul” anunță copiii ca va sta cu ei toată ziua să vadă cum se poartă, cum se descurcă la activități și, dacă-i place, îi va face „ajutor de îngerăș”.</p>	<p>-întâlnire de grup</p> <p>-conversația</p> <p>-explicația</p> <p>-problematizare</p>	<p>Orală (a cunoștințelor despre drepturi și îndatoriri</p>
Enunțarea temei, a scopului și obiectivelor activității	Anunț scopul activităților de astăzi, obiectivele pe care le au de realizat în cadrul sectoarelor, temele activității din fiecare sector.	-explicația	
Prezentarea optima a conținutului	Voi prezenta sectoarele de activitate, materialele, sarcinile pe care fiecare copil le are de realizat în cadrul sectorului ales.	-explicația	
Obținerea performanței și realizarea feed-back-ului	<p>Fiecare copil își alege sectorul în cadrul căruia dorește să lucreze.</p> <p>*„ARTA”* Copiii confecționează stegulețe ale țărilor UE (din hârtie glacee pe care o vor decupa pe contur, o lipesc pe o coadă albă pentru a realiza, după model, steagul țării dorite).</p> <p>*Alt grup de copii realizează flori diferite din hârtie glacee, colorată diferit, hârtie creponată, paie, lipici (pliere,</p>	-exercițiul	

	<p>asamblare, lipire).</p> <p>*Copiii realizează albumul „Copilăria în imagini” (decupează din reviste, ziare, atlase imagini cu copii, le lipesc pe filele albumului – file ce au forma și culoarea globului pământesc – în final, așează filele una peste cealaltă, le capsează și le leagă cu șnur.</p> <p>*ARTĂ – PICTURĂ – Copiii realizează, cu ajutorul elementelor de limbaj plastic învățate anterior, ilustrații pentru copiii lumii.</p> <p>*ȘTIINȚĂ – JOC: „AȘA DA ! AȘA NU !”</p> <p>Copiii vor selecta, dintre imaginile de pe masă, imaginile cu copii ale căror drepturi sunt respectate și le așază la panou, partea cu ”AȘA DA !” (copii cu familiile în parc, la distracție, copii la școală, copii care cântă și dansează), iar imaginile cu copii ale căror drepturi nu au fost respectate le vor așeza la panoul „AȘA NU !” (copii care muncesc, copii care cerșesc, copii cu haine rupte pe ei...).</p> <p>În timp ce copiii de la sectorul „BIBLIOTECĂ” vor lucra pe fișe, eu voi analiza cu copiii de ce au așezat imaginile la panouri „AȘA DA !” sau „AȘA NU !” (le voi cere să motiveze alegerea).</p> <p>„BIBLIOTECĂ” – Voi desfășura cu</p>	<p>-exercițiul</p> <p>-problematizare</p> <p>-munca în echipă</p>	
--	---	---	--

	<p>copiii convorbirea după ilustrații: „Pretutindeni trăiesc copiii”.</p> <p>Voi prezenta, pe rând, planșe cu aspecte din viața copiilor (copii cu părinți la munte, la mare; copii la școală și la grădiniță; copii la spectacole; copii în parc; copii care muncesc și copii care cerșesc).</p> <p>Voi preciza, cu ajutorul copiilor, ce drepturi au fost respectate și ce drepturi au fost încălcate.</p> <p>Voi discuta cu copiii, pe baza ilustrațiilor.</p> <p>Voi insista asupra exprimării corecte din punct de vedere gramatical, dar și pe recunoașterea, exprimarea emoțiilor proprii, ale copiilor din imagini.</p> <p>Voi accentua ideea că toți copiii, deși sunt diverși, au drepturi egale.</p> <p>Voi insista și pe cunoașterea îndatoririlor ce le revin.</p> <p>Pentru sinteza finală, le voi da copiilor câte o fișă în mijlocul căreia este desenat un cap de copil (de naționalitate diferită). Le voi cere să deseneze, în jurul chipului de copil ce cred ei că trebuie să aibă fiecare copil, ce doresc ei să le ofere. Voi solicita toți copiii să propună soluții pentru a-i ajuta pe cei cu nevoi, pentru ca toți copiii să fie veseli, fericiți.</p> <p>În final lucrările lor vor fi afișate la</p>	<p>-explicația</p> <p>-problematizare</p>	<p>-orală</p>
--	---	---	---------------

	<p>panoul de la „ȘTIINȚĂ”.</p> <p>Copiii se vor ridica de la mese, vor merge pe la fiecare sector să vadă ce au realizat copiii de la celelalte sectoare.Cei de la „ARTĂ” vor așeza chipurile de copii veseli la panoul „AȘA DA !” și chipurile de copii triști la panoul „AȘA NU !”.</p> <p>În continuare, copiii vor fi așezați pe scăunele, in semicerc.Voi anunța tema activității de educație muzicală.</p> <p>ANUNȚAREA CÂNTECULUI FAMILIARIZAREA CU TEXTUL EXERCIȚII DE OMOGENIZARE A VOCILOR</p> <p>EXECUTAREA CÂNTECULUI – model EXECUTAREA CÂNTECULUI împreună cu copiii, mai întâi cu toți copiii, apoi pe echipe (fete și băieți).Voi desfășura și un mic concurs.</p> <p>Executarea melodiei jocului cu cântec; mai întâi de către mine, model, apoi împreună cu copiii.</p> <p>Executarea jocului cu cântec împreună cu copiii.</p>	<p>-conversația</p> <p>-explicația</p> <p>-brainstorming</p>	<p>-evaluarea modului de exprimare</p> <p>-evaluarea modului in care au înțeles ce drepturi și ce îndatoriri au copiii (evaluare individuală pe fișe).</p>
--	---	--	--

		-turul galeriei	-evaluare frontală
		-exercițiul	-concurs
<p>Evaluarea performanței.</p> <p>Asigurarea retenției și a transferului</p>	<p>„Îngerașul” apreciază activitatea copiilor din fiecare sector.Se declară mulțumit de activitatea copiilor, le oferă ecusoane și îi face „ajutor de îngeraș”.Îi solicită sa-l ajute să aibă grijă de copiii cu nevoi, să-i ajute, să-i respecte, să le ofere prietenia și dragostea lor.Le propune, ca de 1 IUNIE să meargă la centrul „Pinocchio” și să le ofere daruri copiilor din centru.</p>	-expunerea	-evaluare frontală

III. DANS CU FLORI SI STEGULEȚE: „ODA BUCURIEI”

IV. FINALITATEA ZILEI: EVALUAREA ACTIVITĂȚII

„Îngerașul” prezintă concluziile : ”Toți copiii au drepturi egale; au un nume, familie, jucării, merg la școală, au emotii, sentimente, se bucura/se intrsteaza, iubesc natura, merg la spectacole, se joacă, au o casă și o țara.”

În lume sunt și copii triști pentru că familiile lor sunt sărace și nu au bani să le ofere jucării și îmbrăcăminte, nu-i trimit la școală, sunt nevoiți sa muncească sau, și mai rău sa cerșească.

„Ingerașul” le oferă copiilor ecusoane și îi face „ajutor de îngerăș”,ca sa-l ajute să ocrotească, protejeze și ajute toți copiii cu probleme.

Le propune ca de ! IUNIE, să meargă in vizită la Centrul Pinocchio și să le ofere daruri copiilor din centru.

Toți copiii au dreptul la soare

Prof. Răducă Elena

Grădinița cu PN nr. 1 Poiana, Dâmbovița

MOTTO: „Lumea mare mi-a rostit drepturi, încă de pe când eram o speranță:

1. Dreptul de a avea o țară, o familie, un grai, în care să pot rosti duios „mama”, „tata”
2. Dreptul de a mă juca, de a visa;
3. Dreptul de a deschide cartea de înțelepciune, numită cultură;
4. Dreptul de a rosti gândul meu, de a fi respectat;
5. Dreptul de a trăi in dragoste, adevăr, pace, credință.

Tot lumea mare a rostit cuvintele ce-mi amintesc că am și îndatoriri.”

COPII (Din Drepturile copilului)

Pornind de la cele de mai sus, am inițiat și desfășurat în săptămâna 26 mai – 1 iunie, PROIECTUL TEMATIC: „Drepturi și îndatoriri ale copiilor” al cărui inventar de activități îl prezentăm în continuare:

Nr. Crt.	Ziua/ Tema zilei	Activități comune Activități pe arii de stimulare	Tema Mijloc de realizare	Obiective prioritare
1.	LUNI Dreptul la viață, a identitate	<ul style="list-style-type: none"> • BIBLIOTECĂ • JOC DE MASĂ • JOC DE ROL • CUNOAȘTEREA MEDIULUI • ACTIVITATE ARTISTICO- PLASTICĂ 	<p>Joc didactic: „Cine sunt? Cine ești?” „Ce e bine, ce e rău?” „Să facem cunoștință!”</p> <p>Observare: „Fata și băiatul” (prezentare acte identitate)</p> <p>Autoportret (pata de culoare)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -dezvoltarea capacității de autocunoaștere -formarea unei imagini de sine pozitivă -înțelegerea importanței numelui, a actelor de identitate -să prețuiască viața, s-o respecte -cunoașterea și respectarea normelor necesare integrării în viața socială
2.	MARȚI Dreptul la familie	<ul style="list-style-type: none"> • JOC DE ROL • JOC DE MASĂ • ARTĂ 	<p>„De-a familia” „Copiii ajută părinții” (puzzle)</p> <p>„Familia mea” (album cu fotografii de familie, desene</p>	<ul style="list-style-type: none"> -cunoașterea membrilor familiei, a drepturilor și îndatoririlor fiecărui membru; -cunoașterea și respectarea regulilor de comportare în familie; -educarea dragostei și respectului pentru familie;

		<ul style="list-style-type: none"> • EDUCAREA LIMBAJULUI • ACTIVITATE MATEMATICĂ 	<p>pentru familie)</p> <p>Poezie: „Acasă”</p> <p>Joc didactic: „Alcătuim buchete cu flori pentru părinți”</p>	<p>-cultivarea dorinței de a-i ajuta pe părinți, bunici, frați</p>
3.	MIERCURI Dreptul la educație	<ul style="list-style-type: none"> • BIBLIOTECĂ • JOC DE ROL • EDUCAȚIE PENTRU SOCIETATE • ACTIVITATE PRACTICĂ 	<p>„Cărticica mea” (exersare semne grafice pregătitoare pentru scriere</p> <p>„De-a grădinița”</p> <p>Vizită la școală</p> <p>„Semne de carte pentru școlari”</p>	<p>-înțelegerea importanței educației în viața copilului;</p> <p>-cunoașterea unor aspecte din viața copiilor la grădiniță și școală;</p> <p>-cultivarea dorinței de a învăța pentru a deveni oameni importanți în viitor;</p> <p>-cultivarea dragostei și respectului pentru grădiniță și școală;</p> <p>-respectarea celor care se ocupă cu educația copiilor</p>
4.	JOI Dreptul la cetățenie, la țară	<ul style="list-style-type: none"> • BIBLIOTECĂ • JOC DE MASĂ • ACTIVITATE MATEMATICĂ 	<p>„Decorăm cu semne grafice ob. de artă populară”</p> <p>Puzzle:Stema și harta României</p> <p>Joc didactic: „Numără și potrivește!” (imagini din țară)</p>	<p>-cunoașterea numelui țării, a capitalei, a localității natale;</p> <p>-cunoașterea unor obiective socio-culturale și istorice din țară, a reliefului specific;</p> <p>-cunoașterea și respectarea însemnelor țării;</p> <p>-cunoașterea și respectarea unor tradiții și obiceiuri naționale</p>

		• EDUCAȚIE FIZICĂ	Dans popular: „Hora”	
5.	VINERI Egalitatea în drepturi ”Toți copiii au dreptul al soare”	• ȘTIINȚĂ • ARTĂ • EDUCAREA LIMBAJULUI • EDUCAȚIE MUZICALĂ • DANS CU STEGULEȚE	Joc: „Așa da! Așa nu!” „Stegulețe UE” „Flori” Album: „Copilăria” Convorbire: „Pretutindeni trăiesc copiii” Cântec: „Toți copiii pământului” Joc cu cântec: „Dacă vesel se trăiește” „Odă bucuriei”	-să cunoască și să respecte drepturile și îndatoririle copiilor; -să înțeleagă ideea că drepturile și îndatoririle sunt aceleași pentru toți; -să manifeste toleranță și grijă față de ceilalți; -să înțeleagă și să accepte diversitatea copiilor.

Proiect de activitate

CĂLĂTORIE ÎN ÎMPĂRĂȚIA EMOȚIILOR

Prof. învă. preșcolar Popescu Raluca
Grădinița cu P.P. Nr. 9 Vaslui

GRUPA: mare

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: „Cu ce și cum exprimăm ceea ce simțim?”

TEMA SĂPTĂMÂNII: „Spune ce simți”

TEMA ACTIVITĂȚII: „Călătorie în Împărăția emoțiilor”

FORMA DE REALIZARE: Activitate integrată

TIPUL ACTIVITĂȚII: Formare și consolidare de cunoștințe, priceperi, deprinderi.

MIJLOCUL DE REALIZARE: joc didactic/ desen

SCOPUL ACTIVITĂȚII :

- Dezvoltarea abilităților de a înțelege corect informații cu încărcătură emoțională.
- Cunoașterea și comportarea normelor de dezvoltare și comportare civilizată în societate.

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

- Să recunoască comportamentele care facilitează stabilirea și menținerea relațiilor de prietenie;
- Să recunoască și să eticheteze corect emoțiile de bază;
- Să diferențieze emoțiile plăcute de cele mai puțin plăcute;
- Să identifice contextele în care se manifestă anumite emoții și posibilele cauze ale acestora;
- Să exerseze strategii de negociere pentru rezolvarea problemelor din grup.
- Să redea plastic elemente din povestea ascultată.

SARCINA DIDACTICĂ :

- Recunoașterea și etichetarea emoțiilor proprii și ale celorlalți;
- Conștientizarea emoțiilor ;

ELEMENT DE JOC : surpriza, cubul,mânuirea materialelor,recompense,ecusoane, creionul fermecat, aplauze.

REGULILE JOCULUI : Jocul se desfășoară sub formă de concurs pe echipe: echipa albinelor și echipa buburuzelor. Fiecare echipă are de rezolvat anumite sarcini. Câștigă echipa care a adunat cele mai multe zâmbete de la Prințesa Sofia.

STRATEGII DIDACTICE :

- a) Metode și procedee: conversația, exercițiul, descoperirea, metoda cubului,explicatia, exemplificarea, tehnica visului, R.A.I. povestirea;
- b) Resurse Materiale: panouri, laptop, ecusoane,cub,jetoane ilustrand comportamente dezirabile/indezirabile(prietenosae/neprietenosae), Foi de desen, carioci, floare/ roată, machetă.
- c) Forme de organizare: frontal, pe grupe, individual.

DURATA : 50 min

<i>EVENIMENT UL DIDACTIC</i>	<i>CONȚINUTUL INSTRUCTIV-EDUCATIV</i>
<i>1.</i>	<i>2.</i>
<i>1. Moment organizatoric</i>	Se pregătește sala de grupă și materialul necesar pentru buna desfășurare a activității.
<i>2. Captarea atenției</i>	Educatorea o prezintă copiiiilor pe Printesa Sofia, care și-a pierdut emoțiile și pentru a le recupera trebuie să ajungă La Palatul Emoțiilor. Drumul către acest tărâm este presărat cu obstacole, peste care prințesa va putea trece doar dacă preșcolarii vor răspunde corect la sarcini
<i>3. Anunțarea temei și a obiectivelor activității</i>	Deoarece emoțiile sunt importante pentru noi si pentru a o ajuta pe Printesa Sofia să își recapete aceste trăiri, vom juca jocul „Călătorie în Împărăția emoțiilor”. În cadrul jocului: <ul style="list-style-type: none"> - vom trăi și exprima emoții; - vom identifica emoțiile exprimate într-o situație dată; - vom povesti despre despre emoții; - vom desena emoțiile;

<p>4. Dirijarea învățării</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explicarea și demonstrarea regulilor jocului: <ul style="list-style-type: none"> - Descrierea clară a acțiunii jocului; - Indicații cu privire la folosirea materialului; <p>Activitatea se va desfășura sub formă de concurs. Copiii vor fi împărțiți în două grupe: grupa buburuzelor și grupa albinuțelor. Vom lucra pe echipe. Fiecare echipă va avea același număr de sarcini de rezolvat. Fiecare sarcină rezolvată corect va fi premiată cu câte un zâmbărici. Echipa care va însuma cele mai multe zâmbete va câștiga concursul. Reprezentantul numit din fiecare echipă va veni în față și va realiza sarcina propusă.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Executarea jocului de probă: <p>Se urmărește:</p> <ul style="list-style-type: none"> - respectarea regulilor și implicit înțelegerea acestora; - să se sprijine copiii care nu reușesc să îndeplinească corect sarcinile; - să se îmbine armonios elementele de joc cu cele educative; - să se antreneze cât mai mulți copii în derularea jocului; <ul style="list-style-type: none"> • Executarea jocului de către copii <p>Voi supraveghea derularea jocului și voi desemna reprezentanții echipelor care vor îndeplini sarcinile conform regulilor.</p> <p>Sarcina 1 "Roata emoțiilor"</p> <p>Câte un reprezentant din cele două echipe învârti roata și va denumi emoția indicată de aceasta după care o va imita. Coechipierii vor numi situații în care au avut emoția respectivă.</p> <p>Sarcina 2 „Cubul prieteniei”</p> <p>Copiii vor arunca cubul și vor rezolva sarcina descrisă pe fațeta.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Descrie doi prieteni. - Compară două perechi de prieteni. - Asociază cuvântul „prietenie” cu: o culoare, un anotimp, un animal, o floare și un fruct. - Analizează imaginile și descrie cele două tipuri de sentimente. - Aplică: Cum poți să păstrezi o relație de prietenie în situația în care prietenul tău refuză frecvent să împartă jucăriile cu tine și nu vrea să se joace nimic din ce vrei și tu? - Argumentează proverbele: „Prietenul la nevoie se cunoaște!” „Prieten e cel ce-ți
--------------------------------------	--

	<p>știe defectele și te acceptă așa cum ești!”</p> <p>Sarcina 3 „Emoțiile personajelor din povești”</p> <p>Fii atent la propozițiile enunțate și completează cu emoția specifică:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mama vitrega o pe Alba ca Zapada. - Lui Jerry îi este.....de Tom. - Când lupul i-a mâncat fratiilor, iedul cel mic era..... - Când greierele îi cere furnicii de mâncare, ea este..... - Scufita se....când este salvată de vânător. - Când lupul bate la ușă, purcelușii sunt..... <p>Sarcina 4 “Mimează și du-te la echipă așa cum îți transmiți mesajul ”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ai aflat că ai câștigat concursul de desene. - Ai văzut un urs în pădure. - Un coleg îți ia ciocolata din mână. - Părinții pleacă la cumpărături fără tine.
<p>5. Obținerea performanței</p>	<p>Prin metoda R.A.I.(Răspunde-Aruncă- Interoghează) copiii vor răspunde la întrebarea „Ce te face fericit?”</p> <p>Incheierea jocului –se fac aprecieri globale și individuale asupra modului în care s-a desfășurat jocul didactic.</p> <p>Se evidențiază echipa câștigătoare, care va fi recompensată cu aplauze, iar Prințesa Sofia ajunge la Palatul Emoțiilor, le mulțumeste preșcolărilor și se arată încântată de faptul că a fost ajutată de grupa Piticilor.</p> <p>Tranziție „Dacă vesel se trăiește!”</p>
<p>5. Asigurarea retenției, a transferului de cunoștințe</p>	<p>Grupa mare, prințesa Sofia obosită după atâta drum, adoarme și începe să viseze.</p> <p>Voaă va place să visați? Vă invit într-o călătorie imaginară.Ne prefacem că dormim.</p> <p>Stați cu ochii închiși, respirați ușor, lăsați corpul să se relaxeze, să fie moale. Eu am să vă povestesc ce visăm. În timp ce eu povestesc, voi vă imaginați visul:</p> <p>„Ne adunăm și plecăm în călătorie prin Împărăția Emoțiilor. Ajungem în Ținutul Bucuriei. În Ținutul Bucuriei, soarele strălucește neîncetat pe bolta cerului. Acest ținut are doar două anotimpuri: primăvara și vara. Câmpiile sunt pline de flori multicolore, una mai frumoasă decât cealaltă, fluturașii zboară veseli, iar din pădure se aude ciripitul păsărelor, dar și strigăte de bucurie. Atât stăpâna acestor ținuturi, cât și viețuitoarele și plantele de aici sunt tot timpul vesele... nu renunță la chipul și zâmbetul lor luminos nici măcar atunci când lucrurile nu se întâmplă așa cum ar dori</p>

ele.

Ne continuăm călătoria. Ajungem în Ținutul Tristeții. Ținutul Tristeții este un ținut al anotimpului toamna; un ținut unde soarele stă tot timpul ascuns după nori, un ținut unde plouă foarte mult și este foarte frig. Din pădurile acestui ținut se aud cântece triste și uneori plânsete. Viețuitoarele și plantele de aici sunt tot timpul triste. La fel și stăpâna acestui ținut. Chipul ei este tot timpul trist, iar ochii înlăcrimați.

Ne continuăm călătoria imaginară și ajungem în Ținutul Furiei. Ținutul Furiei este un ținut în care natura se dezlănțuie: vântul bate cu o viteză foarte mare, tunetele bubuie cu putere, fulgerele luminează cerul ca un foc de artificii, plouă foarte mult. Atât Furia, stăpâna acestui ținut, cât și viețuitoarele de aici sunt tot timpul furioase: țipă, se ceartă, plâng...

Deoarece este târziu și începe să se lase seara, ne întoarcem acasă.

Este timpul să ne trezim. Deschidem ochii, întindem brațele și picioarele. Ne-am trezit! V-a plăcut visul?"

Anuntarea temei și a obiectivelor

Anunț copiii tema activității: "Călătorie în Împărăția Emoțiilor"

- Intuirea materialelor și a planșei model / planșei demonstrative

Se intuiesc materialele de pe măsuțe: carton decupat sub formă palat și carioci.

- Explicarea și demonstrarea modului de lucru

Se va explica modul de realizare a temei propuse utilizând tehnicile de lucru învățate.

- Exerciții pentru încălzirea mușchilor mici ai mâinii

Se vor executa exerciții pentru încălzirea mușchilor mici ai mâinii, pentru a facilita execuția cât mai precisă și rapidă a lucrării.

- Realizarea lucrărilor de către copii

Se va atrage atenția asupra poziției corecte a corpului în timpul executării lucrărilor, precum și anumite precizări care să faciliteze executarea lucrărilor cât mai corecte, estetice și creative.

Pe un fond muzical adecvat preșcolarii își vor da frâu liber imaginației creatoare, ținând cont de indicațiile primite cu privire la utilizarea tehnicilor de lucru.

În timpul executării lucrărilor voi supraveghea modul de executare și voi aduce lămuriri și explicații acolo unde este necesar.

Rutine „Suntem harnici!”- exersarea unor deprinderi de a face ordine/de a păstra

	lucrurile în ordine;
6.Evaluarea activității	Preșcolarii își vor prezenta desenele în fața colegilor și vor explica elementele redade plastic. Utilizând metoda Turul galeriei vor fi remarcate lucrările cele mai reușite care au fost realizate conform cerințelor și criteriilor.Se vor face atât evaluări cât și autoevaluări. Tranziție: Am o căsuță mică!

BIBLIOGRAFIE:

1. Activitatea integrată din grădiniță- ghid pentru cadrele didactice din învățământul preșcolar, Didactica Publishing House, București, 2008;
2. Maria Bojneag -"Ghid pentru învățământul preșcolar", Editura Tehno-Art, 2007;
3. Georgeta Botez, Dana Solovăstru -"Atlas cu elemente de limbaj plastic - îndrumător pentru educatoare", Editura Aramis, 2007

Proiect didactic
“ Emoții de toamnă “

Prof.înv.preșcolar Asandei Elena
Grădinița nr.7 Târgoviște

GRUPA: Mare

TEMA ANUALĂ: Când, cum și de ce se întâmplă?

SUBTEMA: “ Fructe buclucașe “

TEMA ZILEI: “ Emoții de toamnă “

MIJLOC DE REALIZARE: Activitate integrată (ALA, ADE)

FORMA DE ORGANIZARE: frontal, pe grupuri

TIPUL ACTIVITĂȚII: Mixtă

CATEGORII DE ACTIVITĂȚI:

ADP

- Rutine: Întâlnirea de dimineață, Salutul, Prezența, Calendarul naturii
- Tranziții: Cântec " **Fructele** "

ADE

- **DOS** – Lectura educatoarei " **Un păr și un măr** "
- **DEC** – Pictură " **Fructe vesele** "

ALA

- Manipulative: Puzzle " **Fructe personalizate** "
- Joc de rol: De-a gospodinele - " **Salata de fructe** "
- Nisip și apă: „ **Livada cu meri și peri** "
- Construcții: " **Casa moșului și a babei** "

SCOP:

Dezvoltarea capacității de recunoaștere și exprimare corectă a emoțiilor și conștientizarea lor

OBIECTIVE DE REFERINȚĂ:

- Identificarea corectă a emoțiilor și etichetelor verbale corespunzătoare
- Exersarea abilităților de cooperare și relaționare în joc – relaționarea lor în viața reală

OBIECTIVE OPERAȚIONALE

ADE: DOS – Lectura educatoarei " **Un păr și un măr** "

- să identifice emoțiile personajelor din poveste în diverse situații prezentate;
- să asocieze emoțiile extrase din context cu situații reale;
- să trăiască în relațiile cu cei din jur stări afective pozitive;

ADE: DEC - Pictură " **Fructe vesele** "

- să exprime creativ, în lucrări, sentimentele trăite de personajele din poveste prin conturarea emoțiilor;
- să analizeze și să evalueze lucrările, folosind un limbaj adecvat

ALA

- Manipulative: Puzzle ” **Fructe personalizate** ”
 - să îmbine piesele corect pentru a reface întregul
- Joc de rol: De-a gospodinele - “ **Salata de fructe** “
 - să cunoască rețeta după care se prepară salata de fructe;
 - să respecte etapele parcurse până la realizarea produsului finit;
- Nisip și apă: „ **Livada cu meri și peri** ”
 - să sorteze fructele și frunzele după formă și culoare;
 - să realizeze livada prin punerea fructelor și frunzelor pe „ ramurile ” pomilor;
- Construcții: “ **Casa moșului și a babei** “
 - să construiască prin alăturare, suprapunere și îmbinare o casă;
 - să își aleagă materiale necesare (din cele puse la dispoziție) pentru realizarea temei

STRATEGII DIDACTICE

Metode și procedee

- Conversația, explicația, observația, exercițiul, problematizarea, lucrul individual sau în echipă, Turul galeriei,

Mijloace de învățământ

- **ADE** – planșe cu imagini reprezentative din poveste, jetoane cu diferite emoții, 2 ramuri mari care să reprezinte un măr și un păr, mere și pere din zăpadă artificială, acuarele , pensule,
- **ALA** – puzzle de diferite mărimi și dificultăți, fructe (mere și pere), șorțulețe, șervețele, cuțite de plastic, pahare plastic, frișcă, crenguțe de pom, jetoane cu mere și pere vesele, jetoane frunze, cuburi de mărimi și forme diferite

Material bibliografic

- *** Curriculum pentru învățământul preșcolar (3-6/7 ani), M.E.C. -2008;
- *** Revista Învățământul Preșcolar, Editura Arlequin, Nr.3/4 2009

- Silvia Breben, Elena Gongea - “ *Metode interactive de grup*”, Editura Arves, București, 2002

SCENARIUL ACTIVITĂȚII

Salutul: Dimineața a sosit
 Toți copiii au venit
 În cerc să ne adunăm
 Frumos să ne salutăm.

Noutatea zilei (surpriza) o constituie primirea unui colet de la Zâna Toamnă care conține o scrisoare, povestea și planșele reprezentative pentru poveste, materialele pentru celelalte centre. Citesc scrisoarea, exprimând stările emoționale în concordanță cu conținutul acesteia. Apoi se desfășoară activitatea propusă: lectura educatoarei ” Un păr și un măr ”.

Tranziție – Cântecul „ Fructele ”

După intonarea cântecului, copiii merg pe la fiecare centru unde descoperă materialele trimise de Zâna Toamnă și ascultă cerințele ce trebuie rezolvate:

- La centrul *Artă* copiii au de pictat merele și perele din zăpadă artificială redând emoțiile depistate în cadrul poveștii audiate, după care acestea sunt agățate ramurile ce reprezintă pomii fructiferi, astfel încât, la sfârșitul activității să avem un măr și un păr plini de fructe vesele
- La centrul *Matematică / Manipulative*, copiii vor avea de rezolvat puzzle cu fructe personalizate de diferite mărimi și de diferite dificultăți, avându-se astfel în vedere particularitățile de vârstă ale fiecărui copil
- La centrul *Joc de rol*, copiii vor pregăti, după o rețetă ilustrată, salată de fructe (mere și pere), punându-se accent pe importanța consumului de fructe pentru sănătatea omului;
- La centrul *Nisip și apă*, copiii vor sorta fructe (mere și pere) și frunze după formă și culoare, după care le vor pune în „ pomii fructiferi ”, în vederea realizării unei livezi;
- La centrul *Construcții*, copiii vor construi din cuburi, prin alăturare, suprapunere și îmbinare o casă pentru personajele din poveste (un moș și o babă);

La sfârșitul activității, copiii trec pe la fiecare centru să vadă ce s-a realizat. Se face evaluarea activității din fiecare centru. La sfârșitul activității, copiii vor mânca salată de fructe.

EVENIMENTE DIDACTICE	CONȚINUTUL ȘTIINȚIFIC	STRATEGII DIDACTICE		EVALUARE
		METODE ȘI PROCEDEE	MIJLOACE ÎNVĂȚĂMÂNT	
Moment organizatoric	Se vor asigura condițiile necesare pentru desfășurarea optima a activității: - Aerisirea sălii de grupă - Amenajarea centrelor în care se va desfășura activitatea - Întâlnirea de dimineață - Salutul, Prezența - Calendarul naturii	Conversația Exercițiul	Materialele distribuite în centre Fotografiile copiilor	Observarea comportamentului inițial al copiilor
Captarea și orientarea atenției copiilor	Se va realiza prin prezentarea coletului primit de la Zâna Toamnă. Citesc scrisoarea din colet, exprimând stările emoționale în concordanță cu conținutul acesteia.	Explicația Conversația	Coletul și scrisoarea primită	Observarea comportamentului nonverbal
Anunțarea temei, enunțarea obiectivelor	Anunț tema zilei: “ Copii, astăzi, noi o vom ajuta pe Zâna Toamnă, rezolvând ceea ce ne cere”	Explicația Conversația		
ADE-DOS Prezentarea optimă a conținutului	Citesc povestea ” Un păr și un măr ” expresiv, nuanțat pentru a le stârni interesul și curiozitatea, dar și pentru a-i emoționa pe copii. Aceștia ascultă cu atenție, reținând „emoțiile” trăite de păr, care este un copac, înalt, falnic,	Povestirea Explicația	Scrisoarea primită (povestea)	Observarea comportamentului nonverbal al copiilor

<p>Obținerea performanței</p>	<p>îndrăgit de cei doi bătrâni, dar și de trecători. Odată ce a fost plantat cel de-al doilea pom – mărul, viața părului s-a schimbat, pentru că nu se mai bucură de atenție totală din partea bătrânilor. Părul se străduiește să fie din nou în centrul atenției, dar nu reușește și astfel ajunge să se răzbune pe măr, având un comportament urât față de acesta: îl jignește spunându-i prostuț, plângăcios, că nu dă rod și că nu vorbește. Ba încearcă să-i țină și umbră pentru a nu mai crește. Abia atunci când moșul îl laudă și îi spune că îl iubește la fel de mult ca și pe măr, părul înțelege că a greșit și are în continuare un comportament normal. De atunci, au avut grijă unul de celălalt tot timpul.</p> <p>În timpul lecturii am grijă să explic toate cuvintele noi .</p> <p>După lectura poveștii, voi prezenta copiilor planșe cu imagini reprezentative pentru fiecare moment principal. Copiii au sarcina de a așeza în ordine planșele, apoi de a povesti, în propoziții corecte din punct de vedere grammatical, ceea ce au reținut. Adresez întrebări referitoare la conținutul poveștii, insistând pe stările emoționale ale personajelor:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cum s-a schimbat viața părului, după ce a fost plantat mărul? - Ce a simțit el? 	<p>Conversația</p> <p>Explicația</p> <p>Problematizarea</p>	<p>Planșe reprezentative pentru momentele principale</p>	<p>Evaluare orală</p>
--------------------------------------	--	---	--	-----------------------

<p>Evaluarea performanței</p>	<p>- Cum te-ai simțit când a venit pe lume frățiorul / surioara tău/ta? - Ce a făcut moșul la finalul poveștii? - Dar părul?</p> <p>Fac aprecieri asupra modului în care au răspuns la activitate, copiii primind drept recompense jetoane cu mere și pere ce au conturate diferite emoții</p>	<p>Conversația</p>	<p>Jetoane / recompense</p>	<p>Observarea comportamentului copiilor</p>
<p>ADP</p>	<p>Tranziție: Cântecul “ Fructele “ Copiii vor interpreta cântecul, apoi vor trece pe la fiecare centru, vor intuit materialele trimise în colet și vor alfa sarcinile de lucru. Apoi își aleg centrul unde vor să lucreze</p>	<p>Observația Explicația</p>	<p>Versurile și melodia cântecului Materialele din centre</p>	<p>Evaluare orală</p>
<p>Prezentarea optima a conținutului</p>	<p>La centrul <i>Artă</i> copiii descoperă materialele trimise de Zâna Toamnă: mere și pere din zăpadă artificială, acuarele, tablouri reprezentative pentru poveste. Ei au sarcina de a picta merele și perele conturând emoțiile personajelor din poveste, iar apoi le agață pe crengile pomului corespunzător. Când termină de șezat fructele în pomi, pot picta câte un tablou.</p> <p>La centrul <i>Matematică / Manipulative</i>, copiii vor avea de rezolvat puzzle (cu fructe personalizate) de diferite mărimi și de diferite dificultăți, avându-se astfel în vedere</p>	<p>Explicația Exercițiul Munca independentă Munca în echipă sau individual</p>	<p>Crengi mari de pom Mere și pere din zăpadă artificială Acuarele și pensule Tablouri cu desene inspirate de textul poveștii Puzzle</p>	<p>Observarea comportamentului copiilor Evaluarea comportamentului copiilor</p>

	<p>particularitățile de vârstă ale fiecărui copil</p> <p>La centrul <i>Joc de rol</i>, copiii vor pregăti, după o rețetă ilustrată, salată de fructe (mere și pere), punându-se accent pe importanța consumului de fructe pentru sănătatea omului;</p> <p>La centrul <i>Nisip și apă</i>, copiii vor sorta fructe (mere și pere) și frunze după formă și culoare, după care le vor pune în „pomii fructiferi”, în vederea realizării unei livezi;</p> <p>La centrul <i>Construcții</i>, copiii vor construi din cuburi, prin alăturare, suprapunere și îmbinare o casă pentru personajele din poveste (un moș și o babă);</p>	<p>Explicația</p> <p>Exercițiul</p>	<p>Fructe</p> <p>Frișcă</p> <p>Pahare, cuțite și linguri de plastic</p>	<p>Observarea interesului copiilor pentru joc</p>
		<p>Explicația</p> <p>Exercițiul</p> <p>Lucrul în echipă</p>	<p>Jetoane cu mere roșii și galbene</p> <p>Jetoane cu pere galbene și verzi</p> <p>Frunze de forme diferite</p>	<p>Observarea copiilor</p>
Obținerea performanței	<p>Fiecare copil lucrează la centrul pe care și l-a ales. Când dorește, poate să se mute la alt centru.</p>	<p>Exercițiul</p> <p>Lucrul individual sau în echipă</p>		<p>Observarea activității copiilor</p>
Evaluarea	<p>Când se termină lucrul în toate centrele, se trece la evaluarea activității copiilor. Se trece pe la fiecare centru și se prezintă rezultatele. Copiii se autoevaluează, dar își evaluează și colegii</p>	<p>Turul galeriei</p> <p>Conversația</p>		<p>Aprecierile copiilor</p> <p>Aplauze</p>
Încheierea activității	<p>Fac aprecieri asupra modului în care au lucrat și s-au comportat la activitate. Copiii mănâncă salată de fructe.</p>	<p>Conversația</p>	<p>Salata de fructe</p>	<p>Aprecieri verbale</p>

Proiect didactic ”Omul vesel, omul trist”

Prof. Ana Nicoleta
Grădinița Lăculețe-Glodeni, Dâmbovița

Grupa: mare

Tema : „Cu ce și cum exprimăm ceea ce simțim ?”

Denumirea: DLC: Educarea limbajului

Tema activității: Joc didactic:”Omul vesel, omul trist”– formare de propoziții;

Tipul activității: consolidare de cunoștințe și deprinderi

Scopul activității: consolidarea capacităților de a alcătui propoziții utilizând cuvinte sugerate de imagini; stimularea inteligenței emoționale;

OBIECTIVE OPERAȚIONALE:

-să denumească imaginea de pe jeton identificând emoțiile sugerate;

-să formuleze propoziții corecte gramatical relatând propriile emoții;

-să completeze propoziția începută cu mai multe cuvinte;

-sa precizeze, comparând durerile fizice si cele sufletești, emoțiile plăcute și cele neplăcute.

Sarcina didactică: alegerea jetonului, denumirea imaginii acestuia identificând emoția, alcătuirea de propoziții, așezarea acestuia la locul potrivit.

Elemente de joc: mânuirea materialului, mimarea emoțiilor, surpriza, încurajarea, recompensa, aplauze.

Regulile jocului: Pe rând, fiecare preșcolar, anunțându-se va extrage un jeton, va denumi imaginea, va identifica emoția sugerată, va forma o propoziție și va așeza jetonul la locul potrivit.

Pentru răspunsul corect, va primi, drept recompensă, o față veselă.

Complicarea jocului se va realiza prin completarea propoziției începute cu mai multe cuvinte.

STRATEGII DIDACTICE:

METODE ȘI PROCEDEE: explicaȚia, exerciȚiul, jocul, lucrul individual, lucrul în grup, lucrul în perechi, observaȚia, turul galeriei.

MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT: jetoane cu imagini, imagini cu feȚe vesele, feȚe triste, fotografiile și imagini cu persoane și personaje vesele și triste, cântece vesele și triste, calculator, fișe de lucru, cariocă, fragmente literare, stimulente.

Forma de organizare: frontală

MATERIAL BIBLIOGRAFIC:

- *Curriculum pentru învățământul preșcolar (3 – 6/7 ani)*, MEC. – 2008
- Elias, Maurice J., Tobias, Steven E., Friedlander , Brian S., (2007). *Inteligența emoțională în educaȚia copiilor*. București. Editura Curtea Veche
- Ștefan, C. A., Kallay E. (2010). *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari*. Cluj-Napoca. Editura ASCR.

DEMERSUL DIDACTIC

EVENIMENTE DIDACTICE	CONȚINUTUL ȘTIINȚIFIC	STRATEGII DIDACTICE			EVALUARE
		METODE ȘI PROCEDEE	MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT	FORMA DE ORGANIZARE	
1. Moment organizatoric	Vor fi asigurate condiȚiile necesare desfășurării optime a activității: - se vor pregăti mijloacele de învățământ necesare desfășurării activității necesare desfășurării activității;	ConversaȚia		Frontal	Observarea comportamentului inițial.

<p>2. Captarea atenției copiilor</p>	<p>Se prezintă copiilor un cd. Rulează prezentarea PPT cu mesajul unui copil trist.</p>	<p>Conversația Explicația</p>	<p>cd</p>		<p>Răspunsurile date Observarea comportamentului nonverbal</p>
<p>3. Anunțarea temei și a obiectivelor</p>	<p>Se anunță sarcinile și modul de realizare al acestora: copiii vor trebui să formeze propoziții corecte, să identifice emoția specifică fiecărei imagini, să o așeze la locul potrivit.</p>	<p>Conversația Explicația</p>			<p>observarea comportamentului</p>
<p>4. Dirijarea învățării (a procesului de consolidare a cunoștințelor și deprinderilor)</p>	<p>La centrul Bibliotecă se va desfășura jocul „Omul vesel, omul trist”. Pe rând, fiecare preșcolar, anunțându-se va extrage un jeton, va denumi imaginea, va identifica emoția sugerată, va forma o propoziție și va așeza jetonul la locul potrivit. Pentru răspunsul corect, va primi, drept recompensă, o față veselă. În cadrul jocului de probă, educatoarea prezintă copiilor o imagine cu un personaj trist</p>	<p>Explicatia Conversația Exercițiul Explicația Conversația</p>	<p>jetoane, imagini stimulente.</p>	<p>În grupuri mici În perechi</p>	<p>Observarea comportamentului</p>

	<p>(Fetița cu chibriturile) și un personaj vesel(Cenusareasa la bal)și analizează împreună starea sufletească pe care acestea o exprimă.</p> <p>Se va solicita așezarea imaginilor în drepul omului vesel sau omului trist, după caz, motivând alegerea făcută :</p> <p>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.</p> <p>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 , după care urmează executarea propriu-zisă a jocului, fiecare copil așezând pe tablă sau panou imaginea pe care a primit-o argumentând alegerea.</p> <p>Complicarea jocului se va realiza prin completarea propoziției începute cu mai multe cuvinte.</p>	<p>Demonstra-ția</p> <p>Exercițiul</p> <p>Explicația</p>		<p>În grup</p> <p>Individual</p> <p>În perechi</p>	<p>Observarea comportamentului</p>
<p>5. Obținerea performanței</p>	<p>După finalizarea sarcinilor propuse, se vor oferi preșcolărilor fișe.</p>	<p>Explicatia</p> <p>Exercițiul</p>	<p>Fișe de lucru</p>	<p>În perechi</p>	<p>Analiza produselor activității</p>

					ii
6. Evaluarea activității	<p>Evaluarea se realizează simulând anumite stări : bucuria si tristețea.(Exemplu: Esti Scufița Roșie si te întâlnești cu lupul), prin adresarea unor întrebări de genul:</p> <p>-Ce trebuie sa facem pentru a transforma tristețea în bucurie?</p> <p>-Ce culori s-ar potrivi pentru bucurie? Dar pentru tristețe?</p> <p>-Copiii primesc două contururi de fețe omenești și vor desena o față veselă și una tristă.</p> <p>Vor fi raportate rezultatele obținute urmărind sarcinile și obiectivele propuse.</p>	Explicația	Lucrările realizate	Frontal	<p>Aprecieri scrise</p> <p>Analiza produselor activității</p>
7. Aprecieri și recomandări	<p>Se vor emite aprecieri asupra felului în care copiii preșcolari au participat la activitate, se fac aprecieri asupra jocului, se realizeaza o expozitie cu fețe vesele si triste, copiii primesc stimulente.</p>	Conversația	Stimulente		<p>Aprecieri verbale.</p>

Proiect de activitate "Prietenii ursulețului cafeniu"

Ed. Iacob Adriana Alexandra
Grădinița Tărtășești, Dâmbovița

GRUPA: MIJLOCIE

TEMA ANUALĂ: CÂND, CUM ȘI DE CE SE ÎNTÂMPLĂ?

TEMA SĂPTAMÂNII: PRIETENI FĂRĂ GRAI-ANIMALE SĂLBATICE

TEMA ACTIVITĂȚII: PRIETENII URSULEȚULUI CAFENIU

FORMA DE REALIZARE: ACTIVITATE INTEGRATĂ

TIPUL ACTIVITĂȚII: lecție mixtă

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

- Educarea trăsăturilor pozitive de voință și de caracter și formarea unei atitudini pozitive față de sine și față de ceilalți, de identificare și exprimare a emoțiilor.
- Consolidarea priceperilor și deprinderilor de a folosi ca element de limbaj plastic pata de culoare în realizarea unor picturi.

ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE PERSONALĂ:

Întâlnirea de dimineață: Salutul ,Prezența,Calendarul naturii, "Ce știi despre...?"

Tranziții: Cântec - " Ursuleții s-au trezit", "Haideți să călătorim /Și apoi să ne oprim/Surprize să pregătim ,/Despre ele să vorbim"

JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI DIDACTICE ALESE (ETAPA I)

JOC DE MASĂ: Prietenii Ursulețului Cafeniu- mozaic

BIBLIOTECĂ: Cărticica prieteniei -elemente ale limbajului scris.

JOC DE ROL: De-a cofetarii-surprize dulci pentru prieteni (bomboane Raffaello)

JOCURI ȘI ACTIVITĂȚI DIDACTICE ALESE (ETAPA a-III-a):

PROGRAM ARTISTIC: Dansul prieteniei cu baloane-"Ursulețul Bombonel"

JOC LINIȘTITOR: Plimbă ursulețul

ACTIVITĂȚI PE DOMENII EXPERIENȚIALE:

DOMENIUL OM SI SOCIETATE – “Povestea ursului cafeniu” de Vladimir Colin -lectura educatoarei

DOMENIUL ESTETIC SI CREATIV: EDUCAȚIE ARTISTICO-PLASICĂ

Tema plastică-pata de culoare

“Prietenii ursului cafeniu” - pictură cu ajutorul șabloanelor

OBIECTIVE: La sfârșitul activității, copiii vor fi capabili :

- să identifice stările emoționale de bucurie și de tristețe ale Ursului Cafeniu;
- să manifeste cu cei din jur stări afective pozitive: prietenie, toleranță, armonie concomitent cu învățarea autocontrolului;
- să obțină efecte plastice, forme spontane prin tehnici specifice picturii folosind ca element de limbaj plastic pata de culoare ;
- să utilizeze efectiv instrumentele de scris, stăpânind deprinderile motrice elementare necesare folosirii acestora;
- să îmbine corespunzător piesele mozaic pentru a obține întregul;
- să denumească ingredientele folosite prin “citirea” rețetei ilustrate.
-

METODE ȘI PROCEDEE: explicația ,conversația, demonstrația,exercițiul, problematizarea, jocul, lucrul individual, în grup, metoda “RAI”, “Turul Galeriei”, ”diamantul”.

MATERIAL DIDACTIC: apă, pahare,acuarele,pensule, servetele umede, CD cu povestea Ursulul Cafeniu, videoproiector, animale din pluș (urs alb, urs brun, focă, pinguin), panou polistiren, mozaic cu piese din lemn, șabloane din plastic cu animale, coli, cărțile cu semene grafice , **Ingrediente bomboane** (lapte praf integral, zahar pudra, praf nuca de cocos , unt nesarat la temperatura camerei, o foaie de napolitana, migdale prajite), șorțulețe, stimulente.

DURATA: 1 zi

BIBLIOGRAFIE:

1. "Curriculum pentru învățământul preșcolar 3-6/7 ani", Ministerul Educației Cercetării și Tineretului, 2008;
2. "Revista Învățământului preșcolar" NR. 1-2/2012, Editura Arlequin;
3. Georgeta Ruiu, Breben Silvia, Gongea Elena - "Metode interactive de grup-ghid metodic pentru Învățământul preșcolar" Editura Arves, 2007.
4. Vernon, Ann, "Consilierea în școală. Dezvoltarea inteligenței emoționale prin educație rațional- emotivă și comportamentală", Ed. ASCL, Cluj-Napoca 2002;
5. *** "Culegere de texte literare pentru copii" - 1994, EDP, București

SCENARIUL ACTIVITĂȚII

Activitatea debutează cu întâlnirea de dimineață marcată printr-un salut. Copiii stau așezați în semicerc. Are loc salutul: "Bună dimineața animăluțe frumoase și jucăușe". Toată grupa o salută pe doamna educatoare și apoi se salută între ei. Se face prezența. "Haideți să ne adunăm, / Un semicerc să formăm, / Invitații să-i salutăm: Bună dimineața! / Un gând bun noi le urăm: Bine ati venit! / După ce ne-am adunat / Și frumos ne-am salutat / Colegii ne-am întâlnit / Oare cine n-a venit?". Se va completa calendarul naturii cu datele necesare verbalizând acțiunea "Suntem în anotimpul..., data..., luna... Copiii vor preciza starea vremii și vor așeza imaginea corespunzătoare. Apoi vor primi un cub cu imagini în care sunt animale sălbatice, iar prin metoda RAI ei vor adresa întrebări despre animalul aflat pe cub "Ce știi despre...?" Se va interpreta cântecul "Ursuleții s-au trezit".

Noutatea zilei:

La finalul cântecului, se va auzi un zgomot în ușă. Este poștașul care a adus o cutie mare pe care este adresa noastră și un plic cu o scrisoare. Voi invita copiii să desfacă cutia în care vor descoperii un urs polar, un urs cafeniu, un pinguin și o focă alături de un DVD. Educatoarea va citi scrisoarea în care ursul Fram de la Polul Nord ne invită să aflăm de ce au venit ei în vizită la noi.

Dragi copii,

Sunt ursul polar Fram și v-am trimis acești prieteni minunați pentru a descoperii de ce sunt ei atât de fericiți și doresc să împărtășească cu voi peripețiile prin care au trecut. Dar

pentru a rămâne la fel de fericiți vă invit și pe voi să urmăriți filmul cu prietenii mei, să ne scrieți o scrisoare pe cărticelele trimise de mine, să realizați animalele din piesele de lemn și să faceți bomboane pentru prietenii mei de la Polul Nord, deoarece și lor le place dulciurile la fel ca și vouă. Sper că o să vă placă această poveste din care toți am avut de învățat lucruri interesante. Ursul Fram îi așteaptă pe prietenii săi la Polul Nord cu imagini și produse ale activității noastre. (Doriți ca ei să participe alături de noi la activități și să ne împrietenim?)

*Cu drag,
Ursul Fram*

Introducerea în activitate: În cadrul **Domeniului Om și Societate**, educatoarea va citi **povestea Ursului Cafeniu** copiii vor viziona povestea în format PPT, descoperind că prietenia este un lucru minunat pentru oameni, prietenii au grijă unii de alții, ei sunt mereu împreună atunci când au nevoie unii de alții și vor mai descoperii că indiferent de culoarea pielii prietenii sunt pretutindeni.

Educatoarea îi va anunța pe copii că astăzi le va spune povestea „Ursului Cafeniu” în care este vorba despre un urs cafeniu care a dorit să-și facă prieteni noi și a ajuns la Polul Nord unde nu a fost întâmpinat tocmai cum se aștepta, iar pentru a fi acceptat de prietenii de la Pol a trecut prin mai multe peripeții pe care dorește să le împărtășească cu voi.

Expunerea poveștii de către educatoare se va realiza cât mai expresiv. Vocea și tonul vor fi potrivite cu importanța faptelor, de asemenea, o mimică și gestică corespunzătoare; se va schimba ritmul vorbirii în funcție de momentul poveștii. Explicarea cuvintelor grele se va face pe parcursul poveștii, insistându-se pe acele momente care scot în evidență trăsăturile de voință și der caracter.

Momentele principale ale poveștii sunt: ANEXA 1

Fixarea mesajului poveștii.

Pentru a identifica emoțiile pe care Ursul Cafeniu le-a trăit de-a lungul întregii povești, copiilor li se propune desfășurarea unui joc prin folosirea metodei interactive”Diamantul”.

Copiii indentifică și numesc pas cu pas emoțiile pe care ursul cafeniu le trăiește de-a lungul întregii povești:

1. Identifică emoția pe care ursul cafeniu a trăit-o la începutul poveștii, în momentul în care a fost exclus-**TRISTEȚE**

2. Identifică două personaje din povești care nu l-au acceptat pe MARTIN.
3. Identifică emoțiile pe care le-a trăit ursul pe parcursul întregii povești: **TRISTEȚE, CURAJ, BUCURIE;**
4. Identifică două personaje care l-au ajutat pe urs să-și învingă tristețea: **URSOAICA și PINGUINUL;**
5. Identifică emoția pe care ursul a trăit-o la finalul poveștii atunci când a fost acceptat și primit în mijlocul celorlalți urși- **FERICIRE.**

În urma jocului propus, copiii vor aprecia în situații concrete unele comportamente și atitudini, dar și unele stări emoționale: tristețe, bucurie. Copiii își vor manifesta bucuria, deoarece MARTIN și-a făcut noi prieteni.

Tranziție: Copiii vor porni în descoperirea materialelor pregătite în centre printr-o tranziție: Haideți să călătorim /Și apoi să ne oprim/Surprize să pregătim /Despre ele să vorbim.

La centrul **ARTĂ** copiii vor desfășura activitatea plastică cu tema "Prietenii Ursulețului Cafeniu", având ca element de limbaj plastic, **pata de culoare**. Copiii vor crea tablouri cu ajutorul șabloanelor.

Activitatea va debuta cu **prezentarea și intuirea materialelor de lucru**. Educatoarea le va prezenta copiilor materialele de lucru. Copiii vor intui materialele și le vor denumi, precizând împreună cu educatoarea utilitatea lor. Aceștia vor avea la dispoziție coli de hârtie pe care vor pune șabloanele și vor aplica cu pensula guașă. Ei vor picta diferite animale de la poli realizând creații originale.

Prin **demonstrarea și explicarea modului de lucru**, educatoarea le va aminti copiilor cum vor folosi instrumentele de lucru, explicându-le acestora cum să le mânuiască pentru a realiza lucrări originale. Li se va aminti copiilor că vor picta cu guașă și de aceea trebuie să folosească mai multă culoare și mai puțină apă.

Educatoarea și copiii vor **executa exerciții de încălzire a mușchilor mici ai mâinilor**: „Degețelele dansează!”, „Cântăm la pian!”, „Prindem mingea/Îi dăm drumul!”, „Șerpișorul”, „Aplauze”, „Scuturăm mânuțele”.

Va urma **executarea temei de către copii**. În realizarea acesteia, educatoarea va supraveghea modul în care sunt realizate picturile și îi va ajuta pe copii, dacă este cazul.

La centrul **BIBLIOTECĂ**, copiii vor realiza "Cărticica prieteniei", formată din copertă și file. Ei vor trasa semne grafice și vor colora imaginile.

La centrul **ȘTIINȚĂ** copiii vor îmbina piesele de mozaic pentru a reda imaginea animalului sălbatic.

La centrul **JOC DE ROL** copiii vor pregăti bomboane RAFFAELLO pentru prietenii de la POL, denumind ingredientele folosite prin citirea rețetei ilustrate.

Copiii intuiesc materialele de la fiecare centru, ascultă cerințele educatoarei și sarcinile pentru fiecare dintre centre.

După încheierea activităților la centre, copiii vor trece în grup pe la fiecare centru. Ei vor aprecia activitatea proprie și pe cea a colegilor.

Apoi, se vor așeza pe pernuțe pentru un joc liniștitor „Plimbăm ursulețul”, desfășurat prin metoda R.A.I. (Răspunde, Aruncă, Interoghează), Copilul care are ursulețul, adresează o întrebare despre activitatea desfășurată pe parcursul zilei. Cel care primește ursulețul, va răspunde la acea întrebare și va adresa, la rândul său, o întrebare altcuiva.

Activitatea se încheie într-o atmosferă de bună dispoziție creată prin intermediul dansului: copiii vor executa **dansul prieteniei** cu baloane pe melodia „**Ursulețul Bombonel**”.

ETAPELE ACTIVITĂȚII	CONȚINUTUL ACTIVITĂȚII	STRATEGII DIDACTICE
1.MOMENT ORGANIZAT ORIC	<p>Se vor asigura condițiile necesare pentru desfășurarea optimă a activității. Se va aerisi sala de grupă. Mijloacele de învățământ vor fi distribuite în centre.</p> <p>Copiii vor fi introduși în sala de grupă, unde vor participa la întâlnirea de dimineață, marcată prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salutul; • Prezența; • Stabilirea coordonatelor temporale (anotimp, an, lună, ziua săptămânii); • Completarea calendarului naturii; • Copiii vor primi un cub pe fețele căruia se află animale sălbatice. Ei vor rostogoli cubul și în funcție de animalul care se află pe fața cubului ei vor adresa întrebări, prin metoda RAI “Ce știi despre...?” • Se va interpreta cântecul “Ursuleții s-au trezit”. 	<p>Întâlnirea de dimineață</p> <p>Conversația</p> <p>Metoda RAI</p> <p>Cântec</p>
2.CAPTAREA ATENȚIEI	<p>La finalul cântecului, se va auzi un zgomot în ușă. Este poștașul care a adus o cutie mare pe care este adresa noastră și un plic în</p>	<p>Conversația</p>

	care se află o scrisoare. Voi invita copiii să desfacă cutia în care vor descoperii un urs polar, un urs cafeniu, un pinguin și o focă alături de un DVD. Educatoarea va citi scrisoarea în care ursul Fram de la Polul Nord ne invită să aflăm de ce au venit ei în vizită la noi .	
3.ANUNȚARE A TEMEI ȘI A OBIECTIVELOR	Educatoarea îi va anunța pe copii că astăzi le va spune povestea „Ursului Cafeniu”, în care este vorba despre un urs cafeniu care a dorit să-și facă prieteni noi și a ajuns la Polul Nord unde nu a fost întâmpinat tocmai cum se aștepta, iar pentru a fi acceptat de prietenii de la Pol a trecut prin mai multe peripeții pe care dorește să le împărtășească cu voi. Astăzi vom picta, vom scrie prietenilor de la Poli, vom îmbina piesele de mozaic realizând animale sălbatice și le vom pregăti bomboane, deoarece le place foarte mult la fel cum vă place și vouă.	Explicația Conversația Explicația
4.DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII	Introducerea în activitate: În cadrul Domeniului Om și Societate, educatoarea va citi povestea Ursului Cafeniu copiii vor viziona povestea în format PPT, descoperind că prietenia este un lucru minunat pentru oameni, prietenii au grijă unii de alții, ei sunt mereu împreună atunci când au nevoie și vor mai descoperii că indiferent de culoarea pielii prietenii sunt pretutindeni. Expunerea poveștii de către educatoare se va realiza cât mai expresiv. Vocea și tonul vor fi potrivite cu importanța faptelor, de asemenea, o mimică și gestică corespunzătoare; se va schimba ritmul vorbirii în funcție de momentul poveștii. Explicarea cuvintelor grele se va face pe parcursul poveștii, insistându-se pe acele momente care scot în evidență trăsăturile de voință și de caracter. Momentele principale ale poveștii sunt: ANEXA 1 Fixarea mesajului poveștii. Pentru a identifica emoțiile pe care Ursul Cafeniu le-a trăit de-a lungul întregii povești, copiilor li se propune desfășurarea unui joc prin folosirea metodei interactive ”Diamantul”. Copiii identifică și numesc pas cu pas emoțiile pe care Ursul Cafeniu le trăiește de-a lungul întregii povești: 1. Identifică emoția pe care ursul cafeniu a trăit-o la începutul poveștii, în momentul în care a fost exclus-TRISTEȚE;	Conversația Explicația Expunerea Conversația Explicația Metoda

	<p>2. Identifică două personaje din poveste care nu l-au acceptat pe MARTIN;</p> <p>3. Identifică emoțiile pe care le-a trăit ursul pe parcursul întregii povești: TRISTEȚE, CURAJ, BUCURIE;</p> <p>4. Identifică două personaje care l-au ajutat pe urs să-și învingă tristețea: URSOAICA și PINGUINUL;</p> <p>5. Identifică emoția pe care ursul a trăit-o la finalul poveștii atunci când a fost acceptat și primit în mijlocul celorlalți urși- FERICIRE.</p> <p>În urma jocului propus, copiii vor aprecia în situații concrete unele comportamente și atitudini, dar și unele stări emoționale: tristețe, bucurie. Copiii își vor manifesta bucuria, deoarece MARTIN și-a făcut noi prieteni.</p>	<p>„Diamantul”</p> <p>Munca în echipă</p> <p>Problematizarea</p>
<p>5.OBȚINERE A PERFORMANȚEI</p>	<p>Tranziție: Copiii vor porni în descoperirea materialelor pregătite în centre printr-o tranziție: Haidetei să călătorim /Și apoi să ne oprim/Surprize să pregătim /Despre ele să vorbim.</p> <p>La centrul ARTĂ copiii vor desfășura activitatea plastică cu tema “Prietenii Ursulețului Cafeniu”, având ca element de limbaj plastic, pata de culoare. Copiii vor crea tablouri cu ajutorul șabloanelor.</p> <p>Activitatea va debuta cu prezentarea și intuirea materialelor de lucru. Educatoarea le va prezenta copiilor materialele de lucru. Copiii vor intui materialele și le vor denumi, precizând împreună cu educatoarea utilitatea lor. Aceștia vor avea la dispoziție coli de hârtie pe care vor pune șabloanele și vor aplica cu pensula guașă . Ei vor picta diferite animale de la poli realizând creații originale.</p> <p>Prin demonstrarea și explicarea modului de lucru, educatoarea le va aminti copiilor cum vor folosi instrumentele de lucru, explicându-le acestora cum să le mânuiască pentru a realiza lucrări originale. Li se va aminti copiilor că vor picta cu guașă și de aceea trebuie să folosească mai multă culoare și mai puțină apă.</p> <p>Educatoarea și copiii vor executa exerciții de încălzire a mușchilor mici ai mâinilor: „Degețelele dansează!”, „Cântăm la pian!”, „Prindem mingea/Îi dăm drumul!”, “Șerpișorul”,</p>	<p>Explicația</p> <p>Explicația</p> <p>Demonstrația</p> <p>Exercițiul</p> <p>Muncă independentă</p>

	<p>“Aplauze”, “Scuturăm mânuțele”.</p> <p>Va urma executarea temei de către copii. În realizarea acesteia, educatoarea va supraveghea modul în care sunt realizate picturile și îi va ajuta pe copii, dacă este cazul.</p> <p>La centrul BIBLIOTECĂ, copiii vor realiza “Cărticica prieteniei”, formată din copertă și file. Ei vor trasa semne grafice și vor colora imaginile .</p> <p>La centrul ȘTIINȚĂ copiii vor îmbina piesele de mozaic pentru a reda imaginea animalului sălbatic.</p> <p>La centrul JOC DE ROL copiii vor pregăti bomboane RAFFAELLO pentru prietenii de la POL denumind ingredientele folosite prin citirea rețetei ilustrate.</p> <p>Copiii intuiesc materialele de la fiecare centru, ascultă cerințele educatoarei și sarcinile pentru fiecare dintre centre.</p>	
6.ASIGURAREA RETENȚIEI ȘI A TRANSFERULUI	<p>După încheierea activităților la centre, copiii vor trece în grup pe la fiecare centru. Ei vor aprecia activitatea proprie și pe cea a colegilor.</p> <p>Apoi, se vor așeza pe pernuțe pentru un joc liniștitor „Plimbăm ursulețul”, desfășurat prin metoda R.A.I. (Răspunde, Aruncă, Interoghează), Copilul care are ursulețul , adresează o întrebare despre activitatea desfășurată pe parcursul zilei. Cel care primește ursulețul , va răspunde la acea întrebare și va adresa, la rândul său, o întrebare altcuiva.</p>	<p>Turul galeriilor</p> <p>Metoda R.A.I.</p>
7.ÎNCHEIEREA ACTIVITĂȚII	<p>Activitatea se încheie într-o atmosferă de bună dispoziție creată prin intermediul dansului: copiii vor executa dansul prieteniei cu baloane pe melodia „Ursulețul Bombonel”.</p>	<p>Dans</p> <p>Conversația</p>

Proiect de activitate „Jocurile copiilor iarna”

Dumitrescu Mariana
Grădinița cu P.P. ”Inocența” Găești

GRUPA: Mare

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: „Când, cum și de ce se întâmplă”

TEMA ACTIVITĂȚII: „Jocurile copiilor iarna”

FORMA DE REALIZARE: activitate integrată

TIPUL ACTIVITĂȚII: consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi

COMPONENȚA ACTIVITĂȚII:

- **Activități de dezvoltare personală** (*Întâlnirea de dimineață-Ce-i atâta gălăgie*);
- **Jocuri și activități didactice alese (etapa I);**

-Joc de rol: "De-a cofetarii"

-Joc de construcții -macheta „Jocurile copiilor iarna"

-Manipulative - ”Jocurile copiilor iarna” - puzzle

- **Activități pe domenii experiențiale:**

Domeniul limbă și comunicare : Joc didactic- „A, al, ai, ale cui sunt?” (substantive în cazul genitiv);

Domeniul Om și Societate - Activitate practică: tăiere după contur și lipire „Omul de zăpadă”;

- **Jocuri și activități didactice alese (etapa III);**

- Joc de mișcare - "Hai copii cu săniuța".

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

- consolidarea deprinderii de a folosi corect din punct de vedere gramatical substantivul în cazul genitiv;

- consolidarea deprinderii de a tăia și îmbina prin lipire elemente într-un spațiu dat pentru a realiza un om de zăpadă

OBIECTIVE: La sfârșitul activității copiii vor fi capabili să:

- să utilizeze, corect din punct de vedere gramatical, substantivul în cazul genitive, în propoziții dezvoltate;

- să adreseze întrebări utilizând substantive în cazul genitiv;

- să taie după contur hârtia;

- să lipească hârtia și diferite materiale pentru a forma un om de zăpadă;

- să utilizeze creativ materialele puse la dispoziție în centre.

METODE ȘI PROCEDEE: RAI, conversația, explicația, exercițiul, jocul didactic, lucrul individual, în grup, demonstrația, problematizarea, jocul.

MATERIAL DIDACTIC: panou de prezentă, bulgare de zăpadă din hârtie, calendarul naturii, lipici, hârtie colorată, magneți, jetoane cu imagini, puzzle, bomboane, cocă, șorțuri, bonete, vase de bucătărie, tăvi, vată, polistiren, aracet, crenguțe de brad, scobitori, siluete de copii, nucă de cocos.

DURATA: 1 zi

BIBLIOGRAFIE:

***Activitatea integrată în grădiniță,DPH București,2008

***Curriculum pentru învățământul preșcolar (3-6/7 ani), M.E.C. - 2008

Laborator preșcolar, Ghid metodologic, Ed. V&I Integral, București 2002

SCENARIUL ACTIVITĂȚII

Ziua debutează cu **Întâlnirea de dimineța.**

După tranziția „Dimineța a sosit/ Toți copiii au venit/ Haideți să ne adunăm /Cu toții să ne salutăm” urmează rutina - **Salutul**. Acesta pornește de la educatoare care salută copilul aflat în partea dreaptă, apoi copiii își vor saluta, pe rând, colegii din dreapta și din stânga cu formula „Bună dimineța, (numele copilului)!

Prezența – un copil extrage de la panou fotografiile copiilor absenți.

Calendarul naturii – se realizează prin metoda RAI (răspunde – aruncă – interoghează). Va fi folosit un bulgare de zăpadă din hârtie care va fi aruncat de educatoare către un copil. Acestuia i se adresează o întrebare legată de calendarul naturii. Dacă preșcolarul va răspunde corect întrebării, va avea dreptul să completeze calendarul naturii și să arunce bulgărele altui copil căruia îi va adresa o altă întrebare tot legată de acest subiect. Jocul va continua până când este completat calendarul naturii.

Noutatea zilei – se realizează prin prezența în sala de grupă a unei fetițe ce o reprezintă pe Zâna Iarnă și care recită următoarele versuri: "Iarna sunt și am venit/ Cu steluțe-n frunte,/ Zăpadă am presărat/ Sus în vârf de munte / Florile le-am presărat, /Cu albă plăpumioară,/ Gerul rece a sosit/ Vai ce frig e afară."

Prin **tranziția** „Dacă vrem să fim voinici,/ Facem sport încă de mici,/ Alergam ca norișorii,/ Și zburăm ca fulgișorii./ Iute, iute ne așezăm, /Și începem să lucrăm”, preșcolarii se așază pe scăunele la centrul **Alfabetizare** unde se va desfășura frontal **ADE –Domeniul limbă și comunicare**. Preșcolarii vor participa la jocul didactic „A, al, ai, ale cui sunt?”.

Sarcina didactică: denumirea obiectelor ilustrate pe jetoane și formularea unor propoziții în care substantivul să fie în cazul genitiv.

Regulile de joc: Jocul se desfășoară cu jetoane ce sugerează diferite obiecte de îmbrăcăminte sau obiecte utilizate în jocurile de iarnă. Fiecare copil va lua un jeton, va denumi obiectul de pe acesta și va spune cui aparține utilizând substantivul la cazul genitiv.

Elemente de joc: surpriza, aplauze, mânuirea materialului, stimulente, Zâna Iarnă.

Jocul de probă: se desfășoară un joc de probă.

Desfășurarea jocului propriu-zis: Fiecare copil va extrage câte un jeton din multimea de pe masa, va denumi obiectul de pe jeton și va spune cui aparține.

Complicarea jocului: Educatoarea spune propoziții în care sunt utilizate substantive în cazul genitiv, iar câțiva copii vor adresa întrebări al căror răspuns să fie propozițiile educatoarei.

Tranziție „După ce am terminat/, Copiii de îmbrăcat/, Noi ca fulgii să zburăm/, Către centre ne-ndreptăm/, Mainile le scuturăm/, Cu degetelele noi cântăm/, Cu palmele aplaudăm”.

Educatoarea și prescolarii trec pe la fiecare centru pentru a întui materialele.

La centrul *Artă* se desfășoară *ADE – Domeniul Om și Societate – Activitate practică* unde copiii realizează prin tăierea după contur a hârtiei și lipirea acestora și a diverselor materiale un om de zăpadă.

La centrul *Manipulative* copiii reintregesc imagini (puzzle) cu jocurile copiilor iarnă.

La *Joc de rol* copiii vor interpreta rolul de cofetari care pregătesc oameni de zăpadă din cocă pe care le vor orna cu bomboane colorate.

La *Joc de construcții* vor realiza o machetă „Jocurile copiilor iarnă” cu diferite materiale de construcții.

După finalizarea activității pe centre produsele finale vor fi evaluate în cadrul unei miniexpoziții.

Tranziție: "Noi cu toții am lucrat / Și lucrul l-am terminat,/ Bucuroși se ne distram,/ Pentru că stim să ne distram".

Pentru că au îndeplinit sarcinile propuse copiii vor participa la jocul de mișcare „**Hai copii cu saniuța**".

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

ETAPELE ACTIVITĂȚII	CONȚINUTUL ACTIVITĂȚII	STRATEGII DIDACTICE
Moment organizatoric	Se vor asigura condițiile necesare pentru desfășurarea optimă a activității: - aerisirea sălii de grupă. - mijloacele de învățământ vor fi distribuite pe sectoare. Întâlnirea de dimineață: Salutul: Bună dimineața, (numele copilului)! Prezența, Calendarul naturii: prin metoda R.A.I.	Conversația Metoda R.A.I
Captarea atenției	Se realizează prin prezenta Zanei Iarna in sala de grupa.	Conversația Explicația
Anunțarea temei și a obiectivelor	Se vor anunța tema, obiectivele, modul de desfășurare al activității integrate/	Explicația
Desfășurarea activității	La centrul <i>Artă</i> se desfășoară <i>ADE – Domeniul Om și Societate – Activitate practică</i> unde copiii realizează prin tăierea hartziei dupa contur si lipirea diverselor materiale puse la dispoziție un om de zapada. La centrul <i>Manipulative</i> copiii reintregesc imagini (puzzle) cu elemente specifice jocurilor copiilor iarna. La <i>Joc de rol</i> copiii vor interpreta rolul de cofetari care pregătesc prăjituri din cocă pe care le vor orna cu bomboane colorate. La <i>Joc de construcții</i> vor realiza o macheta –"Jocurile copiilor iarna" cu diferite materiale de constructii.	Observarea Conversația Explicația Demonstrația Jocul Lucrul individual și grup
Obținerea performanței	Pe măsură ce finalizează lucrările copiii le expun într-o miniexpoziție.	Exercițiul Conversația
Asigurarea retenției și al transferului	Dupa tranziția "Noi cu totii am lucrat / Si lucrul l-am terminat,/ Bucurosi se ne distram,/ Pentru ca stim sa ne distram", acestora li se propune participarea la jocul de miscare „ Hai copii cu saniuta ”.	Conversația Explicația Demonstrația Jocul

	<p>În sala sunt așezate scaune în cerc, cu unul mai puțin decât numărul preșcolarilor. Un preșcolar nu se așează pe scaun, în timp ce colegii lui se vor așeza pe scaune.</p> <p>Se alege o melodie potrivită și îndemn copiii să danseze.</p> <p>Prescolarul care nu are scaun, stă la margine și la un moment va striga: - "<i>Unde e saniuta fermecata?</i>"</p> <p>La auzul acestor cuvinte prescolarii trebuie să se așeze pe scaunele puse în cerc cât mai repede posibil.</p> <p>Cel care a rămas fără scaun va sta pe margine și jocul se continua după regulile stabilite.</p> <p>La fiecare sfârșit de rundă se scoate câte un scaun din joc. Dansul continuă până când rămâne un singur scaun, câștigător fiind copilul care reușește să se așeze primul pe ultimul scaun.</p>	
<p>Încheierea activității</p>	<p>Sunt emise aprecieri asupra desfășurării activității și asupra respectării regulilor jocului, asupra comportamentului individual și colectiv al preșcolarilor.</p>	<p>Explicația</p>

Proiect de activitate „Ajutoarele lui Moș Nicolae”

Prof. Mărculescu Mirela
Grădinița cu PP ”Inocența”Găești

GRUPA: Mare „Piticilor”

TEMA ANUALĂ DE STUDIU: „Cu ce și cum exprimăm ceea ce simțim?”

TEMA ACTIVITĂȚII: „Ajutoarele lui Moș Nicolae”

FORMA DE REALIZARE: activitate integrată

TIPUL ACTIVITĂȚII: consolidare de cunoștințe, priceperi și deprinderi

COMPONENȚA ACTIVITĂȚII:

- Activități de dezvoltare personală (*Întâlnirea de dimineață*) "Noi suntem ajutoarele lui Moș Nicolae" – salutul, prezența, calendarul naturii;

- Jocuri și activități didactice alese (etapa I și etapa III)

Alfabetizare: "Citim imagini cu Moș Nicolae"

"Scriem scrisori lui Moș Nicolae" – semne grafice

Joc de rol: "De-a cofetarii"

Materiale de construcții: "Atelierul lui Moș Nicolae"

Joc distractiv: "Clopoțelul"

- Activități pe domenii experiențiale:

Domeniul Științe - Activitate matematică – Joc didactic „Ajută-l pe Moș Nicolae!”

Domeniul Om și Societate - Activitate practică – tăiere și lipire „Ghetuțe pentru cadouri de la Moș Nicolae”

SCOPUL ACTIVITĂȚII:

- consolidarea deprinderii de a forma grupe de obiecte cu 1-5 elemente, de a număra în limitele 1-5, de a realiza corespondența cifră-cantitate de obiecte și invers;

- consolidarea deprinderii de a lipi și tăia într-un spațiu dat.

OBIECTIVE: La sfârșitul activității copiii vor fi capabili să:

- să formeze grupe de obiecte în limitele 1-5;

- să numere crescător în limitele 1- 5;

- să realizeze corespondența cantitate de obiecte – cifră și invers;

- să taie pe contur hârtia pentru a realiza decorațiuni;

- să lipească diferite materiale într-un spațiu dat;

- să utilizeze creativ materialele puse la dispoziție în centre.

METODE ȘI PROCEDEE: RAI, Amestecă – îngheață - formează perechi, conversația, explicația, exercițiul, jocul didactic, lucrul individual, în grup, demonstrația, problematizarea.

MATERIAL DIDACTIC: panou de prezență, minge, calendarul naturii, planșe despre Moș Nicolae, fișe de lucru, creioane, lipici, foarfece, hârtie, aplică, cizme din pâslă, jetoane cu cifre, cu elemente legate de Moș Nicolae, masă luminoasă, bomboane, săculeți din voal, cocă, șorțuri, vase de bucătărie, tăvi, cuburi din lemn, elemente din spumă, pietre, conuri de brad, brazi din polistiren, bețișoare din lemn

DURATA: 1 zi

BIBLIOGRAFIE:

***Activitatea integrată în grădiniță,DPH București,2008

***Curriculum pentru învățământul preșcolar (3-6/7 ani), M.E.C. - 2008

***Laborator preșcolar, Ghid metodologic, Ed. V&I Integral, București 2002

SCENARIUL ACTIVITĂȚII

Ziua debutează cu **Întâlnirea de dimineața**.

După tranziția „Dimineața a sosit/ Toți copiii au venit/ Haideți să ne adunăm /Cu toți să ne salutăm” urmează rutina - **Salutul**. Acesta pornește de la educatoarea care salută copilul aflat în partea dreaptă, apoi copiii își vor saluta, pe rând, colegii din dreapta și din stânga cu formula „Bună dimineața, spiriduș (numele copilului)!”

Prezența – un copil extrage de la panou fotografiile copiilor absenți, după care îi va număra.

Calendarul naturii – se realizează prin metoda RAI (răspunde – aruncă – interoghează). Va fi folosită o minge care va fi aruncată de educatoarea către un copil. Acestuia i se adresează o întrebare legată de calendarul naturii. Dacă preșcolarul va răspunde corect întrebării, va avea dreptul să completeze calendarul naturii și să arunce mingea altui copil căruia îi va adresa o altă întrebare tot legată de acest subiect. Jocul va continua până când este completat calendarul naturii.

Prin metoda „Amestecă – îngheață - formează perechi” copiii povestesc în perechi ce doresc să primească de la Moș Nicolae, apoi câțiva copii vor povesti ce au aflat de la colegii lor.

Noutatea zilei – pornește de la o discuție despre apropiata sosire a lui Moș Nicolae în casele lor. Educatoarea anunță faptul că în clasa a poposit unul din ajutoarele acestuia și anume Spiridușul ”Zgribulici”. Acesta povestește că o vrăjitoare rea a distrus atelierul de jucării, casa lui Moș Nicolae și scrisorile primite de la copii de către acesta, iar spiridușii nu pot pregăti la timp cadourile pentru seara ce va urma, de aceea a venit să îi roage pe aceștia ca pentru o zi să fie ajutoarele lui Moș Nicolae, iar sala de grupă să devină un atelier al acestuia.

Prin **tranziția** „Câte unul pe cărare/ Mergem în atelierul mare” preșcolarii merg pe la fiecare centru (atelier) pentru a vedea ce trebuie să realizeze pentru Moș Nicolae.

La centrul **Alfabetizare** copiii „citesc” imagini despre Moș Nicolae și scriu „scrisori” către Moș Nicolae prin completarea unei cizme desenate cu semne grafice învățate. La final vor număra câte rânduri are „scrisoarea” fiecăruia.

La centrul **Știință** copiii se vor juca cu ajutorul mesei luminoase și a unui material închis la culoare „de-a ziua și noaptea” și vor sorta elementele specifice sărbătorii dedicate lui Moș Nicolae.

La **Joc de rol** copiii vor interpreta rolul de cofetari care pregătesc prăjituri din cocă pe care le vor orna cu bomboane colorate.

La **Materiale de construcții** vor realiza „Atelierul lui Moș Nicolae” unde se confecționează jucării, cu ajutorul cuburilor din lemn, conurilor din brad, pietricelelor etc.,

La centrul **Artă** se desfășoară **ADE – Domeniul Om și Societate – Activitate practică** unde copiii realizează prin tăierea hârtiei pe contur pentru realizarea unor decorațiuni și lipirea diverselor materiale puse la dispoziție, ghetuțe în care Moș Nicolae va dăruia cadouri copiilor.

La **Matematică/Manipulative** se desfășoară **ADE – Domeniul Știință – Activitate matematică**, unde copiii vor juca jocul didactic „Ajută-l pe Moș Nicolae!”.

Sarcina didactică: formarea unor grupe de obiecte, numărarea în limitele 1-5 și realizarea corespondenței cantitate de obiecte – cifră și invers și formarea șirului numeric crescător în limitele 1-5.

Regulile de joc: fiecare copil va forma grupe de obiecte, după care va număra obiectele și va așeza în dreptul lor cifra corespunzătoare. Fiecare copil va număra crescător în limitele 1-5.

Elemente de joc: surpriza, aplauze, mânuirea materialului, stimulente

Jocul de probă: se desfășoară un joc de probă.

Desfășurarea jocului propriu-zis: Fiecare copil va forma grupe de obiecte, va număra obiectele, va alege cifra corespunzătoare numărului de obiecte. După ce va fi format șirul numeric copiii vor număra crescător în limitele 1-5.

Complicarea jocului: fiecare copil va primi câte un săculeț pe care se află o cifră și în care trebuie să așeze tot atâtea elemente cât indică cifra.

După finalizarea activității pe centre produsele finale vor fi evaluate în cadrul unei miniexpoziții.

Tranziție: ghicitoare „Fuguța, fuguța/ Lustruim frumos ghetuța/ Și o punem la intrare/ S-o umple...(Moș Nicolae).

Pentru că au îndeplinit sarcinile propuse copiii vor participa la jocul distractiv „Clopoțelul”.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

ETAPELE ACTIVITĂȚII	CONȚINUTUL ACTIVITĂȚII	STRATEGII DIDACTICE
Moment organizatoric	Se vor asigura condițiile necesare pentru desfășurarea optimă a activității - aerisirea sălii de grupă - mijloacele de învățământ vor fi distribuite pe sectoare Întâlnirea de dimineață: Salutul: Bună dimineața, spiriduș (numele copilului)! Prezența, Calendarul naturii: prin metoda R.A.I	Conversația Metoda R.A.I Amestecă-îngheață-formează perechi

<p>Captarea atenției</p>	<p>Se realizează prin sosirea în sala de grupă a spiridușului „Zgribulici” care explică copiilor motivul pentru care se află acolo.</p>	<p>Conversația Explicația</p>
<p>Anunțarea temei și a obiectivelor</p>	<p>Se prezintă tema zilei „Ajutoarele lui Moș Nicolae”. Se vor anunța tema, obiectivele, modul de desfășurare al activității.</p>	<p>Explicația Conversația</p>
<p>Desfășurarea activității</p>	<p>Educatorea împreună cu preșcolarii intuiesc materialele de la centre și explică sarcinile de lucru.</p> <p>Astfel la centrul <i>Alfabetizare</i> copiii „citesc” imagini despre Moș Nicolae și scriu „scrisori” către Moș Nicolae prin completarea unei cizmei desenate cu semne grafice învățate.</p> <p>La centrul <i>Știință</i> copiii vor realiza cu ajutorul mesei luminoase și a unui material închis la culoare „ziua și noaptea” și vor sorta elementele specifice sărbătorii lui Moș Nicolae.</p> <p>La centrul <i>Joc de rol</i> vor interpreta roluri de cofetari care pregătesc prăjituri din cocă ornate cu bomboane colorate.</p> <p>La centrul <i>Materiale de construcții</i> vor realiza „Atelierul lui Moș Nicolae” în care se confecționează jucării.</p> <p>La centrul <i>Artă</i> se desfășoară <i>ADE – Domeniul Om și Societate – Activitate practică</i> unde copiii realizează prin tăiere și lipire, ghetuțe în care Moș Nicolae va dărui cadouri copiilor.</p> <p>La <i>Matematică/Manipulative</i> se desfășoară <i>ADE – Domeniul Știință – Activitate matematică</i>, unde copiii vor juca jocul didactic „Ajută-l pe Moș Nicolae!”. La acest centru copiii trebuie să formeze grupe de obiecte (cadouri, brazi, mingii, căsuțe etc) cu 1-5 elemente, trebuie să numere câte elemente sunt în fiecare grupă, să realizeze corespondența cantitate de obiecte – cifră. Fiecare copil va număra în limitele 1-5.</p> <p>Jocul de probă: un copil va forma o grupă de obiecte indicat de educatoare, va număra obiectele și va alege cifra</p>	<p>Observarea Explicația Conversația Exercițiul Demonstrația Jocul didactic Lucrul individual sau în grup</p>

	<p>corespunzătoare cantității de obiecte.</p> <p>Desfășurarea jocului propriu-zis: Fiecare copil va forma grupuri mici de 4-5 obiecte, va număra obiectele, va alege cifra corespunzătoare numărului de obiecte. După ce va fi format șirul numeric crescător în limitele 1-5 fiecare copil va număra crescător în limitele 1-5.</p>	
Obținerea performanței	<p>Complicarea jocului: fiecare copil va primi săculeți pe care se află o câte o cifră din concentrul 1-5 în care trebuie să așeze tot atâtea elemente cât indică cifra.</p> <p>Pe măsură ce finalizează lucrările copiii le expun într-o într-o miniexpoziție.</p>	<p>Exercițiul</p> <p>Problematizarea</p> <p>Jocul didactic</p>
Asigurarea retenției și al transferului	<p>După tranziția în care educatoarea spune copiilor o ghicitoare, acestora li se propune participarea la jocul distractiv „Clopoșelul”</p> <p>Copiii sunt așezați în formație de cerc, umăr la umăr, cu mâinile la spate. Educatoarea dă unui copil un clopoșel pe care, la începerea jocului trebuie să-l treacă pe la spate, din mână în mână, într-o anumită direcție. În mijlocul cercului stă un copil care, la semnalul educatoarei, trebuie să spună la cine se află clopoșelul. Copilul bănuie că are clopoșelul trebuie să ducă mâinile în față, și, dacă are clopoșelul, schimbă rolul; dacă acesta nu a ghicit, jocul continuă în același fel. Se repetă jocul de 3 ori.</p>	<p>Conversația</p> <p>Explicația</p> <p>Demonstrația</p> <p>Jocul</p>
Încheierea activității	<p>Sunt emise aprecieri asupra desfășurării activității și asupra respectării regulilor jocului, asupra comportamentului individual și colectiv al preșcolarilor.</p>	<p>Explicația</p> <p>Conversația</p>

CUPRINS

1. Bădeanu Laura -, „Inteligența emoțională”	6
2. Tudora Ana -, <i>Dezvoltarea abilităților socio-emoționale la vârsta preșcolară mică</i>	8
3. Badea Sorina -, <i>Valorile emoționale exprimate în conduita copiilor</i>	11
4. Barboni Sorina, Mihăilă Mirela -, <i>Gestionarea inteligenței emoționale</i>	15
5. Repta Elena, Răduț Elena Mihaela -, <i>Dezvoltarea abilităților emoționale la preșcolari</i> ...	17
6. Ghiculescu Gabriela -, <i>Inteligența emoțională și beneficiile pe termen lung</i>	22
7. Tudor Daniela, Tudor Ramona -, <i>Vocea rațiunii sau glasul inimii?</i>	24
8. Damian Alexandra -, <i>Premisele inteligenței emoționale la vârsta preșcolară</i>	29
9. Ogrezeanu Cristina -, <i>Rolul inteligenței emoționale în dezvoltarea unor caractere frumoase la preșcolari</i>	34
10. Popescu Mioara -, <i>Dezvoltarea inteligenței emoționale – premisa a creșterii performanței” școlare</i>	38
11. Ezaru Tatiana -, <i>Stimularea încrederii de sine la copiii preșcolari</i>	40
12. Muresan Gabriela–Delia, Lădar Rodica- Lucretia -, <i>Dezvoltarea socio – emoțională a copiilor preșcolari</i>	45
13. Haiduc Laura -, <i>Inteligenta emoțională</i>	48
14. Ioniță Tatiana -, <i>Importanța educației emoționale la vârsta preșcolară</i>	53
15. Nagy Monica -, <i>Inteligenta emoțională în educația copiilor</i>	56
16. Matei Gheorghita -, <i>Dezvoltarea abilităților emoționale la vârsta preșcolară</i>	59
17. Brezeanu Bianca, Tudose Margareta -, <i>Deficiențe socio-emoționale la preșcolari</i>	63
18. Ionescu Iuliana -, <i>Inteligenta emoțională sau cum să creștem oameni mari fericiți și impliniți</i>	68
19. Asănache Maria-Magdalena -, <i>Rolul inteligenței emoționale în reușita școlară a copilului</i>	73
20. Țintă Irina Liliana -, <i>Inteligenta emoțională</i>	77
21. Mihaela Dogărel -, <i>Despre predarea inteligenței emoționale</i>	80
22. Oláh Andrea -, <i>Gestionarea inteligenței emoționale</i>	82
23. Roșoiu Nicoleta -, <i>Familia - prima școală a emoțiilor</i>	85
24. Balica Elisabeta -, <i>Dezvoltarea socio-emoțională la copilul mic</i>	88
25. Șomtelecan Ligia Alina -, <i>Dezvoltarea inteligenței emoționale la vârstă preșcolară și școlară mică</i>	92

26. Tocan Monica, Ene Ana Maria -, <i>Modalități de educare a inteligenței emoționale la copiii de vârstă preșcolară</i>	97
27. Ionică Cristina -, <i>Dezvoltarea inteligenței emoționale la preșcolari</i> ”	102
28. Trucă Ionela Gabriela -, <i>Dezvoltarea inteligenței emoționale – premisă a creșterii performanței școlare</i> ”	105
29. Pătrașcu Diana-Andreea, Dinu Mariana - , <i>Dezvoltarea emoțională a copiilor prin joc</i> ”	110
30. Botka Ildikó -, <i>Jocul didactic în educarea inteligenței emoționale la copii</i> ”	113
31. Hîncu Irina -, <i>Dezvoltarea abilităților de rezolvare de probleme relaționale la vârsta preșcolară</i> ”	118
32. Mușat Maria - , <i>Managementul emoțiilor</i> ”	122
33. Tănase Surcel – , <i>Proiect pentru dezvoltării inteligenței emoționale</i> ”	124
34. Vremăroiu Norica -, <i>Personalitatea copilului - Exemple de activități practice</i> ”	127
35. Chiran Lizuca Marisia -, <i>Jocuri pentru exprimarea emoțiilor</i> ”	130
36. Duică Anița - , <i>Orarul emoțiilor</i> ”	135
37. Albișoru Nicoleta - , <i>Dezvoltarea abilităților socio-emoționale la copiii cu vârste între 5 – 7 ani - Programul ” SIMFONIA EMOȚIILOR</i> ”	137
38. Grigorescu Cristina - <i>Proiect educațional ” DRUMUL SPRE CREDINȚĂ”- Exemplu de bune practici</i>	143
39. Dinulescu Beatrice -, <i>Parteneriat de voluntariat „DIN SUFLET PENTRU SUFLET”</i> . 146	
40. Dan Florina - <i>Programa activității opționale „Poveștile terapeutice vin să ne învețe”</i> .149	
41. Răican Anda Cătălina - <i>Programă pentru disciplina opțională Educație socio-emoțională „ SĂ NE CUNOAȘTEM MAI BINE !”</i>	157
42. Grosu Gena -, <i>Rolul educației în dezvoltarea abilităților socio – emoționale</i> ”.....	162
43. Scarlatescu Elena -, <i>Proiect de activitate integrată „Copil ca tine sunt și eu!...”</i>	165
44. Răducă Elena -, <i>Toți copiii au dreptul la soare</i> ”.....	175
45. Popescu Raluca - <i>Proiect de activitate - „CĂLĂTORIE ÎN ÎMPĂRĂȚIA EMOȚIILOR”</i> .179	
46. Asandei Elena - <i>Proiect didactic „ Emoții de toamnă”</i>	184
47. Ana Nicoleta - <i>Proiect didactic „Omul vesel, omul trist”</i>	192
48. Iacob Adriana Alexandra - <i>Proiect de activitate „Prietenii ursulețului cafeniu”</i>	197
49. Dumitrescu Mariana- <i>Proiect de activitate „Jocurile copiilor iarna”</i>	206
50. Mărculescu Mirela - <i>Proiect de activitate „Ajutoarele lui Moș Nicolae”</i>	210

