Aspecte ale inteligenței emoționale în dezvoltarea copilului preşcolar

CERCETARE EMPIRICĂ

Petre Luminița, Stoica Loredana,

Grădinița cu Program Prelungit Nr. 4 Buzău

Ipotezele cercetării :

Plecăm de la ipoteza că preșcolarii au nevoie de Inteligenţa emoționala :

- pentru a reuşi în viaţă
- pentru a avea încredere în ei, în abilităţile lor
- pentru a se cunoaşte mai bine şi pentru a-i cunoaşte şi pe ceilalţi;
- pentru a-şi transforma emoţiile negative, pentru a ştii să se manifeste în siguranţă atunci când se simt furioşi, supăraţi, îngrijoraţi, obosiţi, trişti.
- Dacă oferim copiilor cât mai multe experiențe de viață cu o puternică încărcătură emoțională pozitivă atunci crește capacitatea lui de adaptare și reușită socială.
- **Dacă** vom reuși să integrăm aceste jocuri de dezvoltare emoţională în cadrul activităților integrate de aplicarea a noului curriculum, **atunci** copiii își vor descoperi propriile emoții și le vor recunoaște și în comportamentul altora; aceştia vor descoperi atât emoțiile pozitive, cât și pe cele negative, pentru a înțelege emoțiile declanșate în situații de conflict sau de relaționare reușită, dar și rolul acestora în reglarea propriului comportament a emoțiilor, sentimentelor și dezvoltarea capacității de controlare și dirijare conștientă.
- **Dacă** în învăţământul preşcolar se va pune accentul pe dezvoltarea inteligenţei emoţionale, **atunci** perioada preşcolară va fi una cu intense schimbări în viaţa afectivă a copilului.
- **Dacă** învăţăm să identificăm şi să etichetăm corect emoţiile, **atunci** acestea vor contribui la succesul copiilor în viaţă.

Obiectivele cercetării sunt :

- Optimizarea capacităților de cunoaștere și gestionare a propriilor emoții la vârsta preșcolară;

- Exersarea unor stări emoționale pozitive și a diversității acestora pe parcursul unei zile, unei întâlniri, în timpul cooperării etc ;

- Exprimarea directă și constructivă a gândurilor și sentimentelor prin analiza unor situații de viață trăite de copil și a celor desprinse din opera literare, filme de animație sau din imagini.

- Organizarea unor activități/ jocuri al căror conținut îi învaţa cum pot să evite astfel de situații, trăiri, conflicte, dezamăgiri.

- Instruirea părinților pentru viața de părinte în scopul evitării greșelilor emoționale și cultivarea priceperii de a acționa, simți, trăi, de a descifra stările prin care trece copilul în anumite situații ;

Perioada preşcolarităţii este esenţială, deoarece atunci învaţă copiii vocabularul emoţiilor, asocierea dintre emoţii şi contextele de viaţă, exprimarea facială a emoţiilor (de pildă, învaţă să decodifice o frunte încruntată ca fiind semn de îngrijorare sau supărare, un zâmbet ca semn al bucuriei etc.), modalităţi de reacţie la emoţiile celor din jur. La vârsta de 6 ani termenii utilizaţi pentru descrierea emoţiilor cresc în diversitate şi cantitate. Copiii devin capabili să poarte discuţii cu alţii despre emoţiile lor interne sau pot să asculte ce spun ceilalţi despre emoţiile lor. Școala și familia trebuie să devină un loc în care copilul se simte iubit, apreciat, respectat, iubit. Având inventariate stările emoționale negative și pozitive pe care le trăiesc copiii, se poate implementa un program de consiliere pentru educarea socio-emoțională și se cheamă ,, Detectivul de emoții".

Variabilele cercetării:

-variabila independentă- programul opțional pe tema de educație socio- emoțională
-variabila dependentă- nivelul de cunoștințe referitoare la educația socio- emoțională; atitudinea potrivită față de educația socio-emoționala.

Coordonatele majore ale cercetării:

Locul de desfășurare al cercetării: Grădiniţa cu Program Prelungit Nr. 4 Buzău din localitatea Buzău, judeţul Buzău, educatoare, Stoica Loredana, Petre Luminița.

Perioada: An școlar 2016/ 2017

Eșantionul de participanți pentru a afla nivelul de cunoștințe al copiilor referitoare la receptarea unor noțiuni despre educarea socio-emoțională, am investigat un număr de 21 de preșcolari, de la grupa mare ,, Ciupercuțele”.

Investigarea a avut la baza observarea curentă a preșcolarilor în cadrul programului de dezvoltarea socio-emoțională „Detectivul de Emoții”.

4.2 Programul de consiliere pentru dezvoltarea inteligenței emoționale

Pentru a putea stimula dezvoltarea inteligenței emoționale am aplicat la grupa mea de preșcolari un program de dezvoltare emoțională numit ,, Detectivul de emoții”. Educatoarea este liderul și poate să își ia un nume atractiv, sugestiv pentru reușita acestor provocări.(de ex. Zâna Rouă, Detectivul de emoții, Prințul Soarelui, etc)

„Detectivul de emoții” reprezintă un program psihoeducațional preventiv de dezvoltare a inteligenței emoționale.

Scop :

- Dezvoltarea abilităților emoționale și sociale la preșcolari
- Dezvoltarea la preşcolari a unor atitudini sanogene fata de sine şi ceilalţi prin autocunoaştere şi interrelaţionare pozitivă
- Formarea de abilităţi şi deprinderi eficiente pentru a putea gestiona relaţiile afective.

Jocurile urmărite prin programul ,, Detectivul de emoții” au avut drept obiective:

- să conştientizeze emoţiile ;
- să eticheteze emoţiile
- să identifice corect reacţiile emoţionale
- să manifeste empatie
- să rezolve conflictele prin strategii adecvate vârstei
- să gestioneze emoţiile pozitive
- să înţeleagă corect informaţiile cu încărcătură emoţională.

GRAFIC ACTIVITĂŢI

- **Cine sunt eu? Cine sunt ceilalţi?** (prin activităţi precum: “ colajul „ Eu sunt”, „Poftiți în vagoane ”)
- **Emoţii** (prin activităţi precum: „ Schimbă ‚masca”, "Ce sunt emoţiile?","Cum le spunem celorlalţi despre emoţiile noastre?", "Ordonează crescător emoţiile după intensitatea lor", " Oglinda, oglinjoara ce văd eu?”, „Cartea emoţiilor”, "Broscuţa ţestoasă Tobias a învăţat cum să nu mai fie furioasă", **„**Te alungam, furie”, Povestea perstisorului curcubeu”, Ochiul magic care vindeca”- joc; „ Inimioara mea ‘’- joc, etc.)
- **Rezolvarea problemelor şi luarea deciziilor** (“E acum momentul potrivit?”, “Detectivul Ţupi ”, „Din ce cauză se întâmplă?” „Care e efectul?” etc.

Ședința 1: Joc „ Poftiți în vagoane”-

Obiectiv: adunarea informațiilor necesare pentru cunoașterea copilului și problemele acestuia

Metodă terapeutică: desenul

Materiale folosite: carton colorat, foarfece,lipici, creioane colorate, lipici pentru a confecționa trenul.

Etape: După ce va confecționa trenul, se va trece la desenarea unor imagini specifice în fiecare vagon în parte, inclusiv în locomotivă, după cum urmează:

-În locomotivă va fi desenat copilul;

-In vagonul 1 vor fi desenați membrii familiei;

-In vagonul 2 va desena ceea ce îi place sa facă în timpul liber;

-In vagonul 3 va desena ce îi place să urmărească la TV.

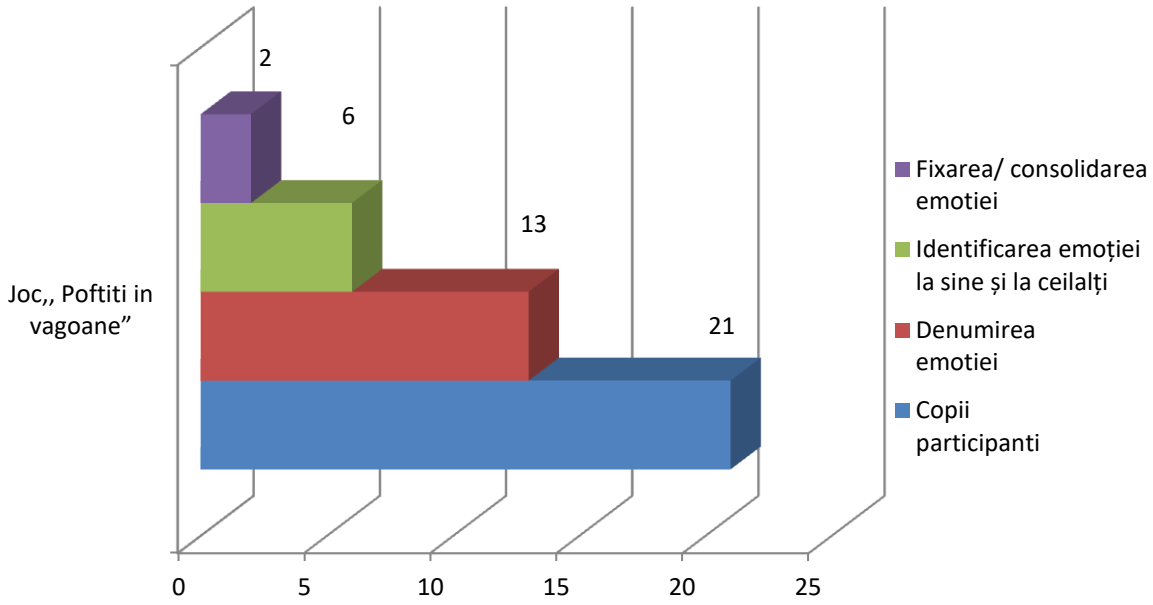
Asamblarea trenulețului prin unirea celor patru vagoane și atașarea lor de locomotivă.

Același joculeț l-am desfășurat și pentru dezvoltarea emoțională.(în fiecare vagon se va desena o emoție specifică care va fi asociată cu ceea ce reprezintă vagonul: familia, timpul liber, școala și televizorul), astfel copilul în vagonul „familia” o poate desena pe mama, în vagonul „ timp liber” poate să deseneze prietenii care îi vin în ajutor, în vagonul școala o poate desena pe educatoare, unul dintre colegii lui, în vagonul emisiunii TV poate să deseneze ce anume ar vedea la televizor și l-ar putea ajuta în a trece peste o problemă.

Tabel 4.1- Joc „ Poftiți în vagoane”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, Poftiti in vagoane”	13	6	2

Figura 4.1 Joc „ Poftiți în vagoane”



Ședința 2: Joc “Schimbă masca” – joc pentru dezvoltarea inteligenţei emoţionale;

Obiective: -sa conştientizeze fluctuaţiile stărilor emoţionale;

-sa accepte schimbarea stărilor negative cu cele pozitive;

Materiale: un panou cu măşti ce înfăţişează tristeţe, furie, bucurie, iubire, fericire, mulţumire, sfiala, curaj; cartoane, materiale refolosibile, foarfeci, autocolant, şabloane, aracet.

Mod de desfăşurare: Timp de trei minute copiii privesc cu atenţie maximă fizionomiile unor măşti care reprezintă stările emoţionale de o mare diversitate: tristeţe, furie, bucurie, iubire, fericire, mulţumire, sfiala, curaj, etc. Şi în perechi îşi exprima părerile, impresiile personale.

În ateliere de lucru deja pregătite copiii îşi confecţionează câte o mască cu fizionomia aleasă şi descriu starea emoţională pe care o exprima şi experienţa de viaţa trăită de ei într-un anumit context. La un semnal se transforma în statui timp de un minut.

La comanda “Schimba perechea”, copiii schimbă între ei măştile rostind: “Schimb tristeţea cu bucuria” sau “Schimb frică cu curajul”.

La final copiii prezintă răspunsurile personalizate la întrebările:

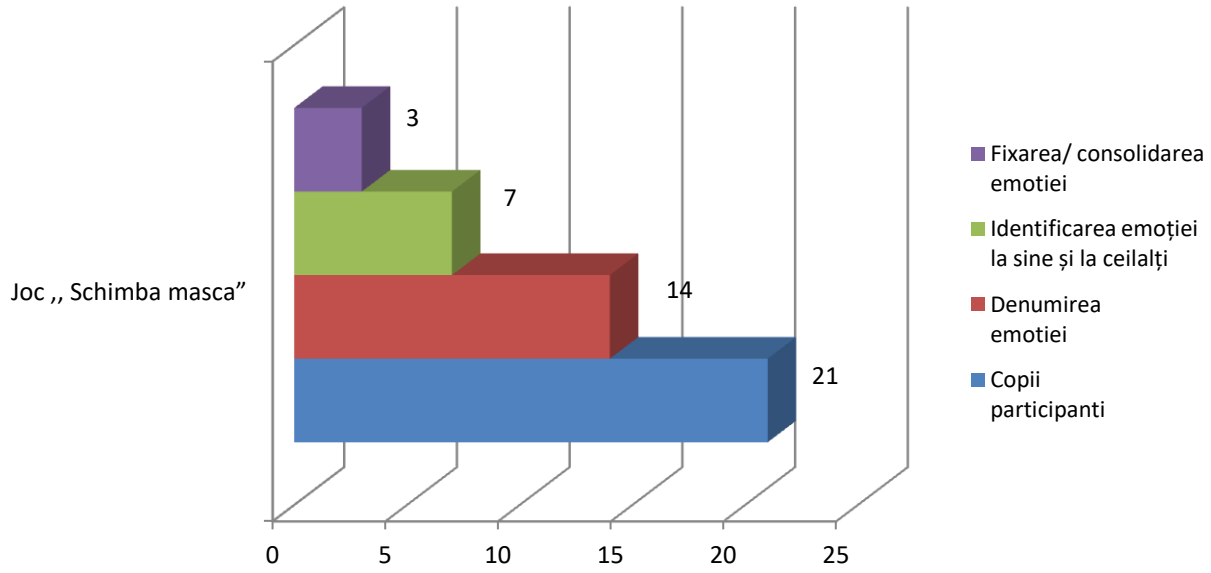
Când au trăit cele mai frumoase sentimente?

Ce stări emoţionale nu ar dori să mai trăiască? (ex. furie, tristeţe, umilinţa)

Tabel 4.2 „ Schimbă masca”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, Schimbă masca”	14	7	3

Grafic 4.2 „ Schimbă masca”



Ședința 3: **Joc-exerciţiu „ Ce sunt emoțiile”**

Obiectiv: -să identifice emoţiile de bază şi emoţiile complexe ca (mândria, jena, ruşinea, vinovăţia);

- să dea exemple de sitaţii în care a trăit aceeaşi emoţie ca şi personajul din imagine;

Materiale: cartonaşe care ilustrează emoţii;

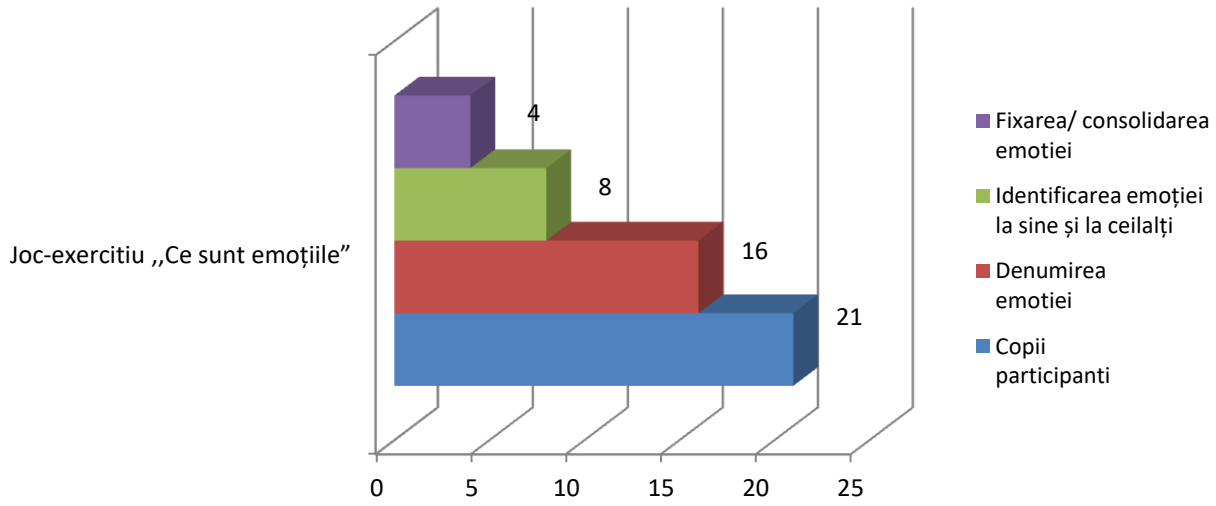
Mod de desfăşurare: Copiii vor extrage dintr-o pălărie câte o imagine. Vor trebui să descrie imaginea şi să spună cum se simte personajul. (trist, furios, speriat, vesel, mândru, jenat, ruşinat, vinovat).

Fiecare copil poate să exemplifice cu o situaţie din viaţa lui în care s-a simţit la fel ca personajul din imaginea aleasa (vezi anexa 2).

Tabel 4.3 „ Ce sunt emoțiile”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, Ce sunt emoțiile”	16	8	4

Figura 4.3 „ Ce sunt emoțiile”



Ședința 4 - Joc„Oglinda, oglinjoara ce văd eu?”

Obiectiv:- să recunoască emoţiile de bază pe baza compomentei nonverbale: expresia facială şi postura

Descrierea activităţii: Educatoarea va ţine în mână o oglindă şi uitându-se la ea va spune **“Oglindă oglinjoară ce văd eu?”**

Imediat va exprima nonverbal o emoţie iar apoi va spune**”Văd o educatoare veselă, uitându-se la mine”.**

Pe rând fiecare copil va lua oglinga , va privi în ea şi va repetă cu ajutorul educatoarei cuvintele “Oglindă oglinjoară ce văd eu?”

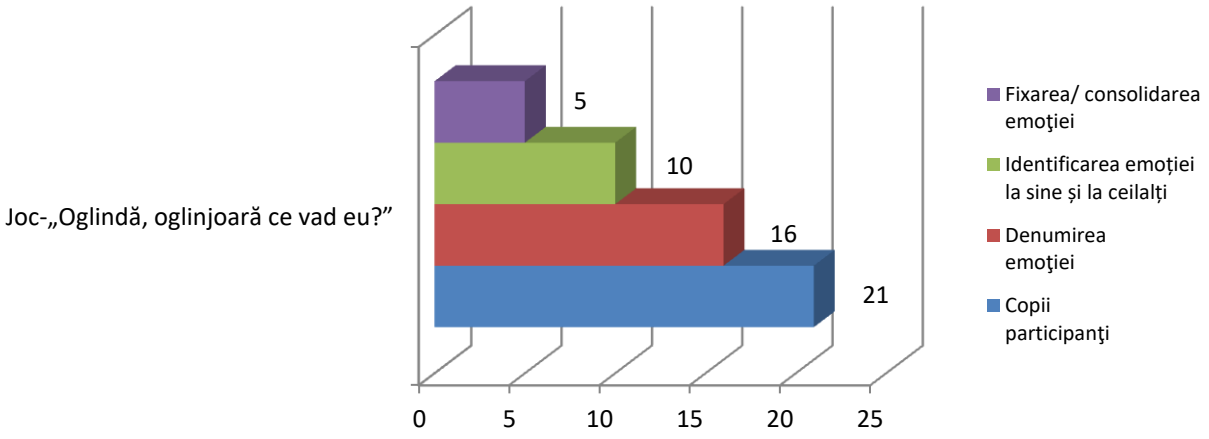
Fiecare copil va fi încurajat să mimeze o anumită emoţie după care (cu ajutorul educatoarei dacă este nevoie) va răspăunde folosind proproziţia “Văd pe veselul **(numele copilului)** uitându-se la mine”.

Jocul se termină după ce fiecare copil a mimat o emoţie.

Tabel 4.4 „ Joc- Oglindă, oglinjoară ce văd eu”.

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, Oglindă, oglinjoara ce văd eu”	16	10	5

Figura 4.4 „ Joc- Oglindă, oglinjoară ce văd eu”.



Ședința 5 : Joc-exercitiu - „Cartea emoţiilor”

Obiective:

-să numească emoţiile de bază pe care el le trăieşte în diverse situaţii

-să identifice emoţiile altor persoane în diverse situaţii

-să identifice emoţiile de bază (bucurie, tristeţe, furie, frică)

Materiale: creioane, hârtie, lipici, fotografii ale fiecărui copil

Descrierea activităţii

Educatoarea confecţionează cu copiii o carte pentru fiecare emoţie “cartea bucuriei, cartea tristeţii, cartea fricii, cartea furiei”

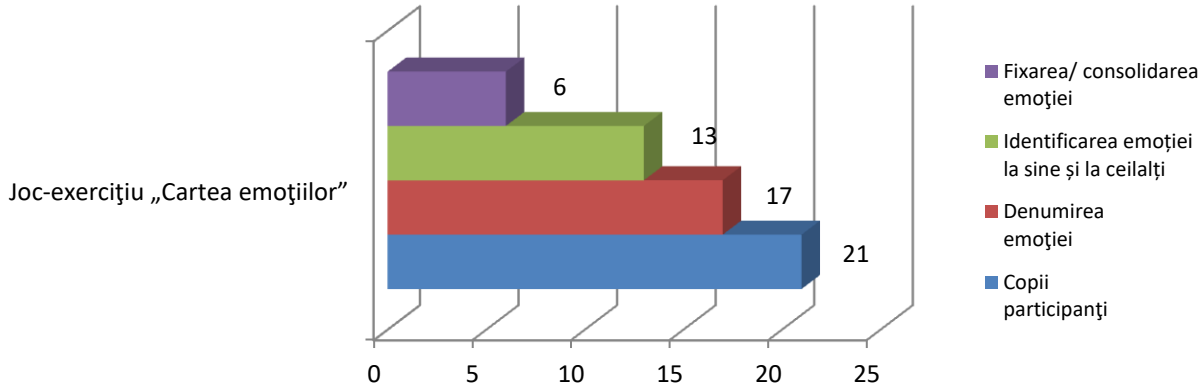
În “Cartea Bucuriei” se pot lipi fotografii de-ale copilului în care el exprimă emoţia de bucurie în anumite contexte, imagini cu personajele preferate din desene animate care trăiesc emoţia de bucurie în anumite contexte.

O altă abordare ar fi să se conceapă o carte care să ilustreze toate emoţiile de bază (feţe care exprimă emoţiile de bază şi pentru fiecare copil educatoarea să noteze contextele pe care el le menţionează că fiind asociete emoţiei respective).

Tabel 4.5 Joc-exercitiu - „Cartea emoţiilor”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc exerciţiu „ Cartea emoțiilor”	17	13	6

Figura 4.5 Joc-exercitiu„ Cartea emoțiilor”



Şedinţa 6 : Joc „Cercul prieteniei”;

Obiective: - să trăiască stări emoţionale diferite: curiozitate, curaj, neliniște, bucuri a reuşitei;

-sa aleagă cu responsabilitate doi colegi care ar putea deveni prieteni;

-sa motiveze alegerea denumind cel puţin trei calităţi: curaj, simplitate, sinceritate, etc.

Materiale: ecusoane cu cifre, cercuri colorate de diametrul 70 cm, câte un ghem pentru fiecare cerc format.

Mod de desfăşurare: copiii primesc ecusoane de la 1 la 3. Cei care poarta ecusonul cu cifra 3, vor primi câte un cerc şi un ghem de aţă.

La un semnal copiii vor rostogoli ghemul către unul din colegii preferaţi care poarta ecusonul cu 1 sau 2. Acesta va rostogoli ghemul la alt coleg preferat de el pe care îl prefera în grupul celor trei prieteni. Acesta va strânge ghemul până va ajunge la cel de-al doilea copil, acesta va prelua ghemul şi îl va strânge până ajunge în cercul prietenilor. Pe rând vor rosti „ Prietenii mei sunt Ioana şi Gabi."

Ghemele se pot intersecta şi se vor încurca stârnind amuzament.

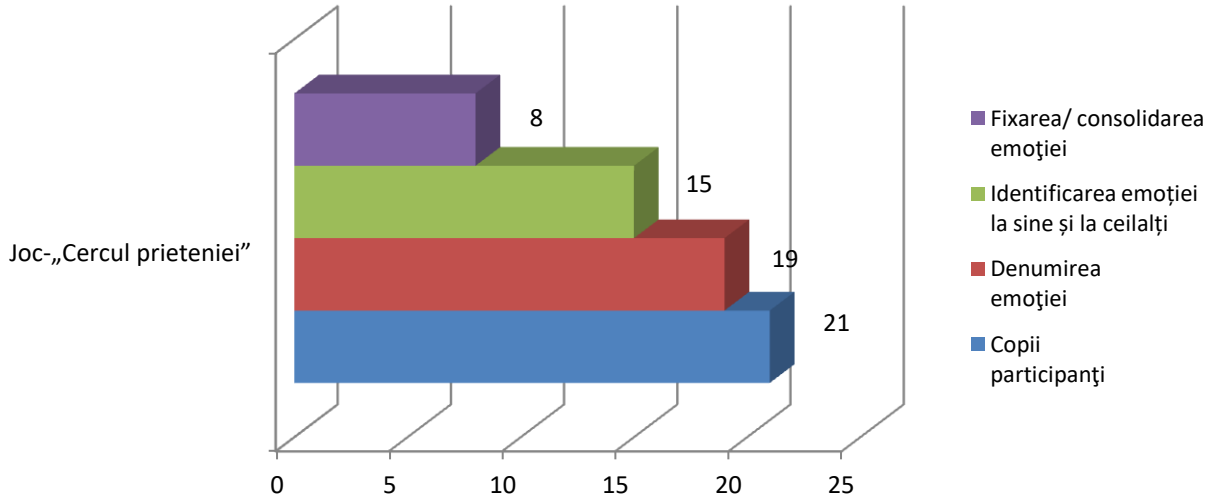
Câştigă întrecerea echipa care a reuşit să se formeze şi să se aşeze în cercul colorat.

Pe rând îşi vor povesti experienta completându-se, amuzându-se, retrăind emoţiile prin care au trecut: nerăbdare, nelinişte, curiozitate, furie, neîncredere, curaj, bucurie, fericire, dezamăgire, dorinţa de a învinge.

Tabel 4.6 – Joc „Cercul prieteniei"

Nr.total copii	Denumirea activităţii	Denumirea emoţiei	Identificarea emoţiei la sine şi la ceilalţi	Fixarea/ consolidarea emoţiei
21	Joc „Cercul prieteniei"	19	15	8

Figura 4.6 - Joc „ Cercul prieteniei"



Şedinţa 7: Tehnica broscuţei ţestoase ŢUPI

Oferiţi copiilor modelul menţinerii calmului.

Învăţaţi copilul paşii controlului emoţional şi al calmarii ("gândind că o broască")

- Pasul1: recunoaşterea emoţiilor
- Pasul 2: Spune Stop şi oprirea activităţii
- Pasul 3: retragerea în carapace şi respiraţie profundă de trei ori.
- Pasul 4: ieşirea din carapace când se calmează şi căutarea unei soluţii.

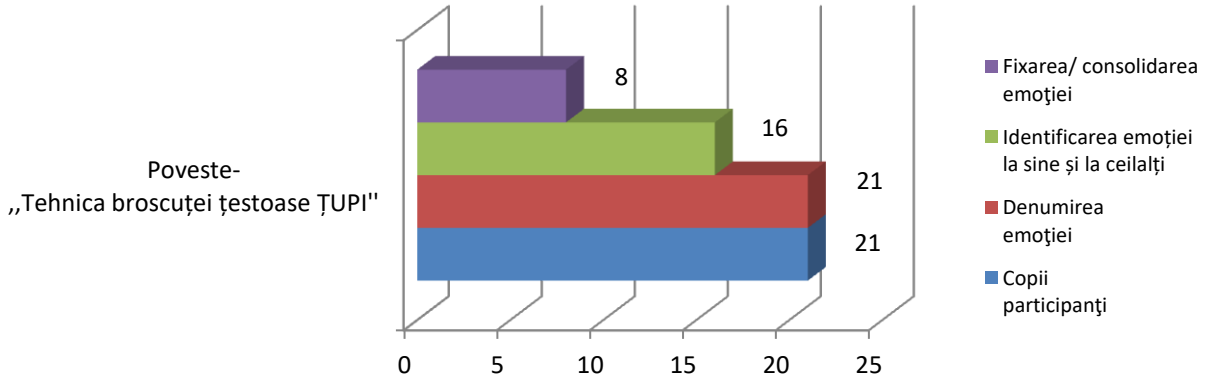
Ajutaţi copilul să se gândească la o soluţie posibilă:

- Solicitarea ajutorului ”Am nevoie de ajutor!”
- Folosirea formulelor adecvate de adresare a unei cereri ”te rog, mulţumesc”
- Ignorarea
- Implicarea adecvată în joc prin dezvoltarea jocului copiilor (vine cu o idee nouă de joc)
- Exprimarea emoţiilor în cuvinte - spune, “te rog, opreşte-te nu-mi place”
- Împărţirea jucăriilor.

Tabel 4.7 -Poveste, Tehnica broscuţei ţestoase ȚUPI”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Tehnica broscuţei ţestoase ȚUPI	21	16	8

Figura 4.7 - Poveste, Tehnica broscuţei ţestoase ȚUPI”

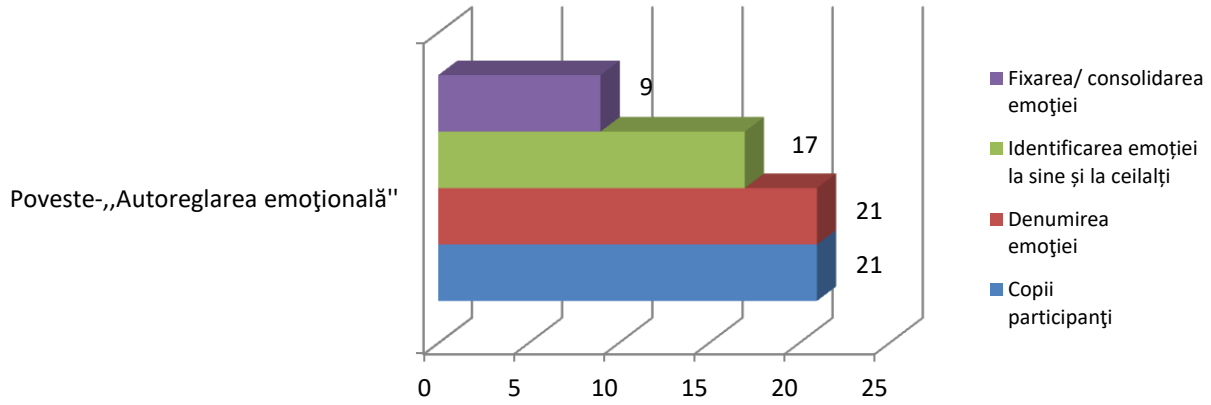


Ședința 8- Poveste (autoreglarea emoţională) **,,Broscuţa ţestoasă Tobias a învăţat cum să nu mai fie furioasă”**

Tabel 8 „ Broscuţa ţestoasă Tobias a învăţat cum să nu mai fie furioasă”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Poveste” Broscuţa Tobias a învăţat să nu mai fie furioasă	21	17	9

Figura 8 „ Broscuţa ţestoasă Tobias a învăţat cum să nu mai fie furioasă”



Ședința 9: Joc exercițiu „Te alungam, furie”(vezi anexa 10**);**

„Nu ţine în tine furia, jignirea sau durerea” (Leo Buscaglia)

Obiective:

- Să conştientizeze consecinţele furiei;
- Să descrie trăirile interioare determinate de furie;
- Să numească cel puţin două motive care provoacă furia şi tot atâtea soluţii de înlăturare a acesteia.
- să înveţe modalităţi adecvate de a-şi controla emoţia de furie

Materiale:buline mari sau cercuri roşii şi albastre.

Scenariul: Se observă comportamentul copiilor timp de 3-4 zile.Se reţine pe o bulină roşie numele copiilor care fac crize de furie, iar pe o bulină albastră numele celor care prin comportamentul lor reuşesc să înfurie alţi copii.

La sfârşitul fiecărei zile copiii vor fi rugaţi să precizeze motivul pentru care au manifestat un anumit comportament.

Aceşti copii se vor grupa în cele două cercuri corespunzătoare culorilor de pe buline.

Copiii care au rămas în afara celor două cercuri se vor grupa într-un semicerc.

„De ce aţi ajuns pe bulina roşie sau albastră?Cum credeţi voi că s-au simţit colegii voştri?Ce sfaturi le puteţi da?

Ce părere aveţi despre voi?Dar voi, colegii lor?

Ce întrebări doriţi să le adresaţi?”

Vor veni cu explicaţii, soluţii, păreri personale şi păreri ale grupului, sfaturi, întrebări, provocări.

La un semnal cercurile sunt aruncaterostind cu toţii.”Te alungăm, furie!”

În grupă se instalează liniştea, ordinea şi încrederea în toţi copiii.

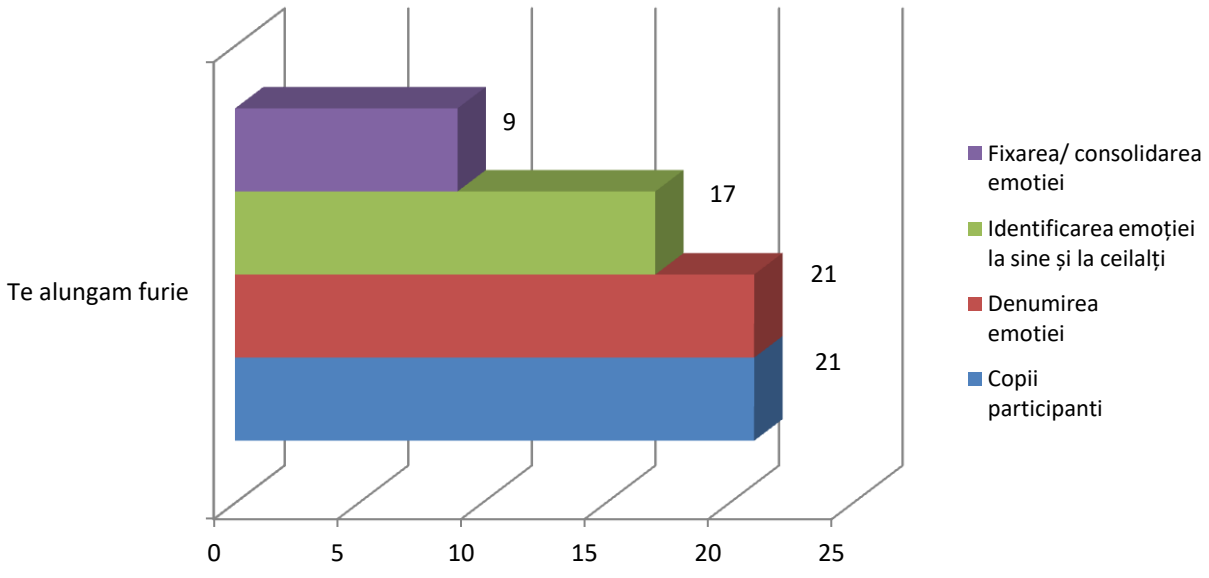
Concluzile vor fi formulate de fiecare grup ajutat de educatoare prin întrebări.

Acest exerciţiu se termină cu întrebarea: Ce am învăţat din această experienţa?

Tabel 4.9- Joc exercițiu „Te alungam, furie”;

Nr.total copii	Denumirea activităţii	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, Te alungam furie”	21	19	11

Figura 4 .9 -Joc exercițiu „Te alungam, furie”;



Ședința 10 „Povestea vulpoiului”- poveste;

Obiectiv: să înveţe modalităţi adecvate de a-şi controla emoţia de furie;



Dragi copii!

Ştiţi cine sunt eu? Eu sunt vulpoiul cel isteţ! Oare nu se vede dacă vă uitaţi la mine? Am o figură isteaţă, sunt rapid ca o săgeată şi cunosc multe şmecherii! De exemplu, când sunt într-o situaţie dificilă, în mod sigur ştiu cum să ies din ea! Dar lucrurile nu au stat aşa întotdeauna! Când eram mic nu ştiam că fac parte din familia vulpilor viclene. De multe ori când eram supărat, trist sau când nu-mi ieşea ceva şi îmi era teamă, nu mai ştiam ce să fac.

În situaţii dificile mă pierdeam, aşa că am hotărât să-l vizitez pe bătrânul vulpoi viclean. El a văzut imediat că ceva nu era în regulă cu mine. I-am povestit problemele mele, că mă înfurii foarte uşor şi atunci reacţionez violent sau că mă gândesc adesea că ceilalţi vor să mă înşele. Bătrânul vulpoi m-a privit intens în ochi şi a tăcut. De aceea nu m-am simţit în largul meu şi m-am supărat. După o vreme bătrânul vulpoi m-a întrebat: „Câţi ochi are o vulpe?” „Ce întrebare prostească” m-am gândit eu şi am răspuns nesigur „Normal că doi!”. Dar eu nu ştiam ce vrea vulpoiul. „Sunt mereu aceiaşi doi ochi?” „Normal!”. Deveneam tot mai neliniştit. „Nu”, a răspuns bătrânul vulpoi „tu ai doi ochi care râd, doi ochi care plâng, doi ochi furioşi, doi ochi îndărătnici, doi ochi concentraţi şi încă mulţi alţi ochi. Dar uneori e greu să deosebeşti între doi ochi concentraţi sau doi ochi obosiţi şi serioşi, de aceea putem face multe greşeli!”. Atunci bătrânul vulpoi a început să râdă şi eu am văzut cum aceeaşi doi ochi nu mai sunt aceeaşi. „Şi cum să învăţăm să-i deosebim?” am întrebat eu. „Cu ajutorul expresiilor vulpeşti” a răspuns el. „Cu ce?”. Îmi mai aduc aminte că atunci m-am gândit că bătrânul vulpoi a luat-o razna.

„Vulpile viclene cunosc cele mai bune expresii vulpeşti. Ele şi le spun mereu sau şi le derulează în minte, ca un fel de karaoke al gândurilor!”

„Poţi să-mi spui o expresie vulpească?” am întrebat eu.

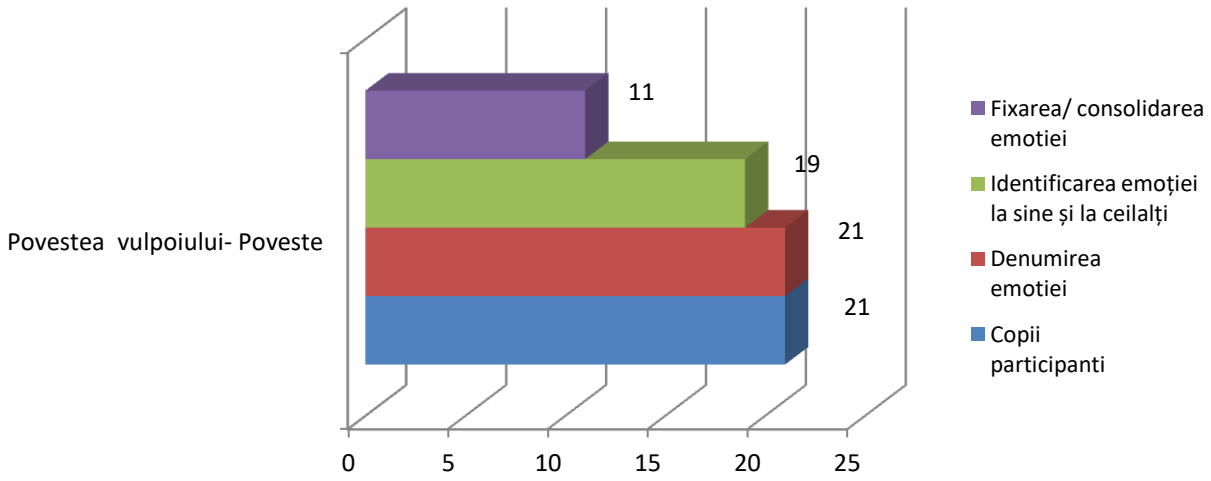
„Da, de exemplu: Stai calm! Mă pun în locul celorlalţi! Dacă mă enervez nu o să le placă! Când mă aflu într-o situaţie dificilă trebuie să spun expresia corectă! Dacă mai înainte ai fi spus „Trebuie să mă pun în locul celorlalţi!” ţi-ai fi dat seama că eu te priveam într-un anumit fel pentru că eram concentrat, nu pentru că eram furios pe tine. Eram tăcut pentru că mă gândeam. Dacă ai fi făcut asta, nu ai fi devenit nesigur şi nervos, ci ai fi rămas calm.” Am început să înţeleg.

Am mai vorbit o vreme despre cele mai bune expresii vulpeşti şi le-am reţinut. Mai târziu ele mi-au fost de multe ori de ajutor şi mi-am spus: „Acum chiar că sunt o vulpe şireată!” În continuare o să vă dezvălui cele mai importante şi mai isteţe expresii vulpeşti. În mod sigur o să le învăţaţi şi voi la fel de repede ca şi mine şi veţi face parte din familia vulpilor şirete pe care nimic nu le poate descuraja.

Tabel 4.10- Poveste vulpoiului

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	,,Poveste vulpoiului”- poveste	21	19	11

Figura 4.10 - Poveste vulpoiului



Ședința 11„Povestea peştişorului curcubeu” – poveste

Exemple de activităţi care pot fi folosite după citirea poveştii, pe parcursul întregii zile pentru a facilita dezvoltarea abilităţilor socio-emoţionale:

- ❖ Discutaţi cu copiii despre emoţiile pe care peştişorul curcubeu le-a trăit de-a lungul povestirii
- ❖ Solicitaţi copiilor să vă răspundă la următoarele întrebări:
  - Cum se simţea peştişorul curcubeu când se uita la solzii săi coloraţi şi strălucitori?
  - De ce îşi dorea peştişorul albastru un solz de la peştişorul curcubeu?
  - Cum credeţi că s-a simţit peştişorul albastru şi peştişorii plaţi când peştişorul curcubeu a refuzat să se joace cu ei şi să împartă din solzii lui strălucitori?
  - De ce se simţea peştişorul curcubeu singur şi trist?
  - De ce se simţea peştişorul curcubeu fericit la finalul poveştii?
  - Cum s-au simţit ceilalţi peştişori când peştişorul curcubeu a împărţit cu ei din solzii săi coloraţi şi strălucitori?
- ❖ Solicitaţi copiilor să povestească despre momente din viaţa lor în care s-au simţit ca şi peştişorul curcubeu (Nu au dorit să împartă ceva cu ceilalţi copii – de ex. jucării, mâncare, cărţi etc.)
  - Cum credeţi că v-aţi fi simţit dacă peştele curcubeu nu ar fi împărţit solzii lui strălucitori cu voi?
- ❖ Discutaţi cu copiii despre dificultatea pe care o resimţim câteodată în a împărţi cu ceilalţi lucrurile personale.
  - Ce puteţi să faceţi atunci când simţiţi că vă este greu să împărţiţi jucăriile cu care vă jucaţi? (de exemplu copiii pot solicita copilului care cere jucăria să aştepte jucăria pe care o va primi peste 5 min.)
  - Ce a făcut peştele curcubeu atunci când i-a fost greu să împartă solzii cu ceilalţi peştişori? (A solicitat ajutorul caracatiţei înţelepte!)
- ❖ Explicaţi copiilor că atunci când au momente în care simt că le este greu să împartă să procedeze precum peştişorul curcubeu şi să ceară ajutorul educatoarei sau unui alt prieten.
- ❖ Discutaţi cu copiii despre importanţa prieteniei

- Ce înseamnă să fii un bun prieten? (să cer permisiunea de a mă juca cu o jucărie care nu este a mea, să folosesc cuvinte potrivite, să aştept rândul pentru a mă juca cu o jucărie de la grădiniţă , să ofer ajutorul atunci când mi se cere etc.)

❖ Creaţi împreună cu copiii un poster în care să ilustraţi toate comportamentele care descriu ce însemnă să fii un bun prieten peştişor. Posterul se poate decora cu peştişorii decupaţi.

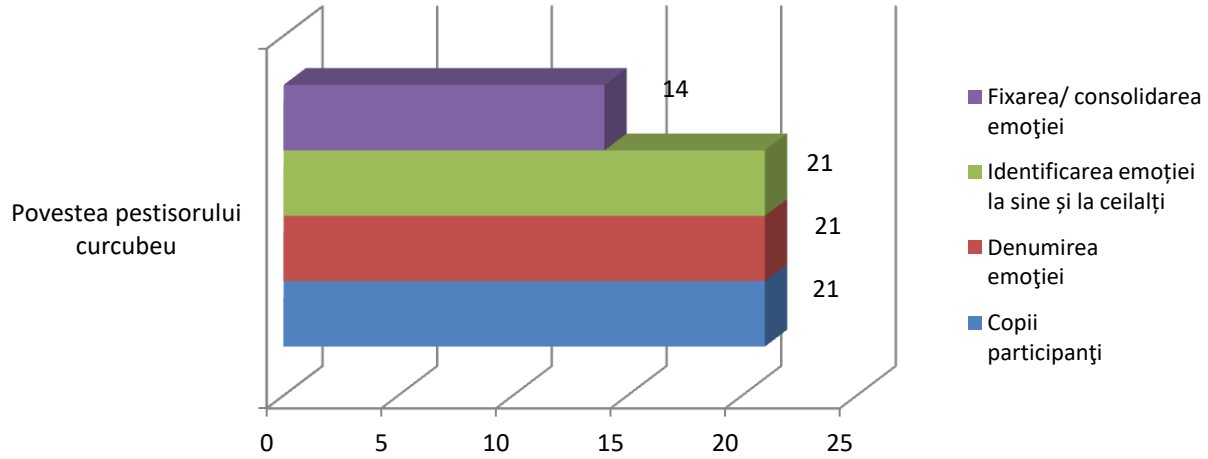
❖ Faceţi referire la poster de fiecare dată când un copil manifestă un comportament dintre cele ilustrate pe poster.

❖ Declaraţi o zi ca fiind Ziua Prieteniei pentru a oferi copiilor oportunitatea de a folosi abilităţile de bun prieten pe parcursul întregii zile. Faceţi referire la posterul cu prietenia pentru a le reaminti copiilor comportamentele care descriu ce însemnă să fii un bun prieten.

Tabel 4.11-Poveste„peştişorului curcubeu”

Nr.total copii	Denumirea activităţii	Denumirea emoţiei	Identificarea emoţiei la sine şi la ceilalţi	Fixarea/ consolidarea emoţiei
21	Poveste„peştişorului curcubeu”	21	21	14

Figura 4.11 - Poveste„peştişorului curcubeu”



Şedinţa 12- Copilul marginalizat „Dorinţa mea este...” – joc;

Obiective:

- Să accepte schimbarea unei stări de moment cu o stare de bine care dezamorsează şi înlocuieşte ceva cu altceva, încurajează şi înveseleşte ambele părţi inplicat în joc.

- Să denumească starea pe care o simte la un moment dat şi-l împiedica să se manifeste ca în alte zile.
- Să empateze cu cei în suferinţă intervenind în situaţii de criză emoţională cu tact.
- Să identifice activitatea care poate să-l scoată din starea încordată în care se află sau pe care a trăit-o cândva, formulând o dorinţă reală, imediată şi eficientă în care să creadă şi care să producă o schimbare emoţională.
- Să conştientizeze efectele comportamentului său asupra clasei, dar şi asupra lui.
- Să anticipeze starea pe care o va avea după ce dorinţa îi va fi îndeplinită.

Materiale:

Îngeraşul iubitor, pocalul auriu, 6-7 norişori cu sfturi pe sfoară, coroniţe, norişor.

Scenariul:

Acest joc se organizează în situaţii de viaţă colectivă sau personală în care domină o stare tensionată de agresivitate, teamă, respingere sau izolare.

Se identifică copilul/grupul de copii, situaţia reală, vizibil deranjantă, perturbatoare, o trăire într-un moment al zilei.

Se stabileşte cauza comportamentului.

În funcţie de cauza stării tensionate/modificate a copilului în acel moment, liderul creează o situaţie provocatoare pentru a a atrage copilul/copiii în joc.Un îngeraş numit Îngeraşul iubitor aduce copiilor un pocal auriu plin cu o licoare din care vor gusta acei copii care au o dorinţă pe care nimeni nu o cunoaşte şi doresc să le fie îndeplinită pentru a a vea un comportament normal şi o stare de bine.

Liderul prezintă modul de desfăşurare a jocului.

Tot liderul îşi exprimă verbal o dorinţă invocând aceeaşi stare ca a copilului observat şi solicită şi alţi copii care trăiesc o stare incomodă să se alăture pentru a se juca jocul „Dorinţa mea este...".

Grupul se aşează în cerc şi pe rând îşi dezvăluie dorinţa de a-şi schimba comportamentul pentru a nu mai acţiona ăntr-un anumit mod dăunător sănătăţii lui şi a celorlalţi.

Exemplu:Liderul îşi mărturiseşte dorinţa îngeraşului.

Starea emoţionala

„Sunt îngrijorată că nu voi reuşi să termin costumaţiile pentru dansul pregătit de ziua grădiniţei."

Soluţiile îngeraşului

Îngeraşul trece pe la fiecare copil cu pocalul auriu.Stropul de licoare pe care copiii o savurează îi va ajuta să găsească cele mai originale idei pentru îndepărtarea îngrijorării prin îndeplinirea reală a dorinţei într-un mod saul altul propus de ei, pe care cel în cauză îl alege.

Plimabare printre norişori

Îngerşul iubitor invita copilul îngrijorat la o plimbare printre norişori şi hotărăsc împreună soluţia sau soluţiile pe care urmează să le pună în aplicare.Îngeraşul îi va înmâna un norişor pe care se află prezentată starea modificată pe care o va avea după ce dorinţa îi va fi îndeplinită.

Împărtăşirea cu ceilalţi

Cei doi revin în cerc şi prezintă norişorii cu soluţia sau soluţiile alese şi modificarea comportamentului copilului, răsplătesc pe cei care le-au propus cu câte un îngeraş sau cu un pocal auriu şi coroniţa norişor o păstrează pe cap.

Finalul jocului

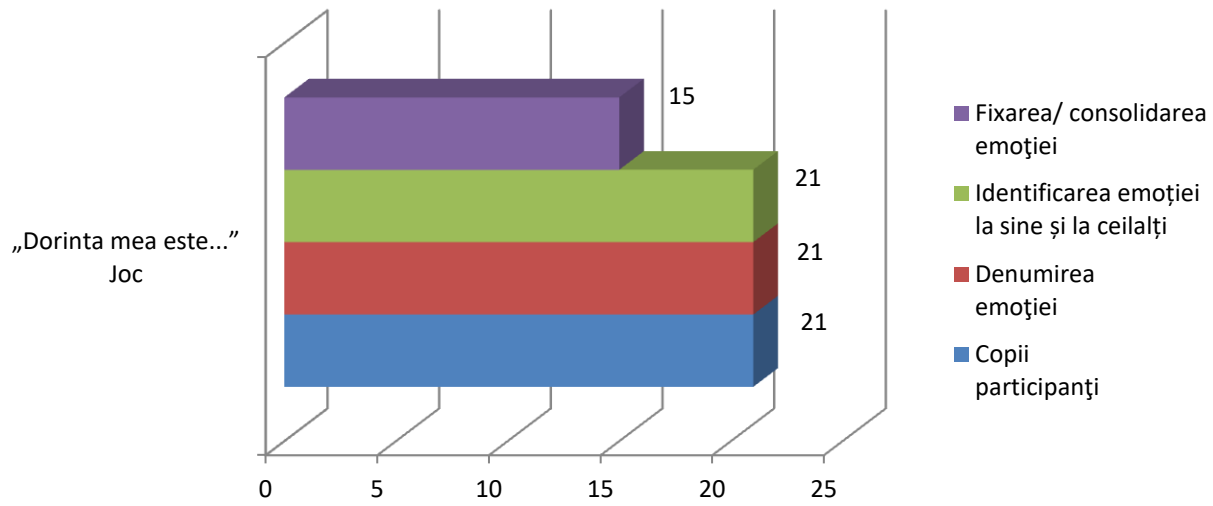
La final se evaluează rezultatele.Copiii care au cele mai multe pocale sai îngeraşi vor primi laude pentru soluţiile lor, iar cei care au avut curajul să-şi prezinte stările tensionate care îi împiedicau să fie veseli şi implicaţi în joc, vor primi diploma sa coroniţa de învingător.

Jocul se încheie cu activităţile practice pe care le-au descoperit în joc.

Tabel 4.12 Joc,, Dorinţa mea este”

Nr.total copii	Denumirea activităţii	Identificarea emoţiei la sine şi la ceilalţi	Denumirea emoţiei	Fixarea/ consolidarea emoţiei
21	Joc,, Dorinţa mea este”	21	21	15

Figura 4.12 Joc,, Dorinţa mea este”



Ședința 13 „Ochiul magic care vindeca”- joc;

Obiective:

- Să înţeleagă comportamentele care le afectează starea emoţională în cursul unei zile.
- Să trăiască sentimentul de mulţumire că poate oferi : ajutor, prijin, protecţie pentru cei furioşi, neliniştiţi, agresivi, încăpăţânaţi, cei care încalcă regulile clasei sau regulamentul şcolar.
- Să-şi autoregleze comportamentele negative prin exerciţiu.
- Să trăiască bucuria reuşitei.

Materiale: masca „Ochiul magic”;

Scenariul

Se confecţionează o mască cu un ochi magic în ea.

Se familiarizează copiii cu masca precizându-le ce simbolizează acel ochi şi de ce se numeşte magic.Copiii vor afla că cel ce poartă masca va ajuta pe acei colegi care au avut în cursul zilei un comportament agresiv, deranjant pentru ceilalţi.

Printr-un simplu contact cu Ochiul Magic intenţiile negative ale unor copii, vor fi transformate în comportamente pozitive.

Copilul care optează pentru acest exerciţiu de ajutor va transmite partenerilor de joc, intenţia de a le citi gândurile cu ajutorul Ochiului Magic, de a detecta orice intenţie care afectează colegii şi a-i ajuta să se schimbe:unii să se liniştească, alţii să respecte regulile clasei.

Copilul va simula o magie. Închide ochii şi va rămâne treaz ochiul magic.În şoaptă va rosti următoarele formule magice în faţa grupei:”Magia te schimbă! Eşti un învingător!

Magia continuă.Copilul se apropie de fiecare jucător 5 secunde şi rosteşte una sau mai multe formule de liniştire.”Gândul rău a fost îndepărtat. Eşti un copil cu gânduri bune.Eşti prietenul meu! Sau Eşti un învingător!”

Copiii rostesc în cor: „Ochiul magic vindecă!”

Copilul care poartă mască cu ochiul magic va alege un coleg care a manifestat un comportament deranjant şi-l va interoga: „Este adevărat că astăzi ai dărâmat frumoasa construcţie a colegilor Maria, Ana şi Ioana? Denumeşte fapta prin care ai tranformat bucuria colegilo în tristeţe şi chiar în furie!”

Acesta defineşte comportamentul şi rosteşte formula: „Ochiul magic mă vindecă!”

Copiii înţeleg comportamentul care a afectat starea emoţională a grupului de la construcţii şi repetă în cor formula:”Ochiul magic îl vindecă!”

Jocul se continuă, fiind solicitaţi, nu obligaţi, alţi copii care doresc să joace un rol misterios.

Jocul se încheie cu întrebarea adresată liderilor: „Ce bine aţi făcut voi cu ajutorul măştii?Cum vă simţiţi?”

Copiii pot face şi alte magii purtând masca misterioasă; se liniştesc şi pot citi gândurile colegilor, gânduri care se vor transforma din gânduri rău intenţionate, în gânduri bine intenţionate.

Performanţă

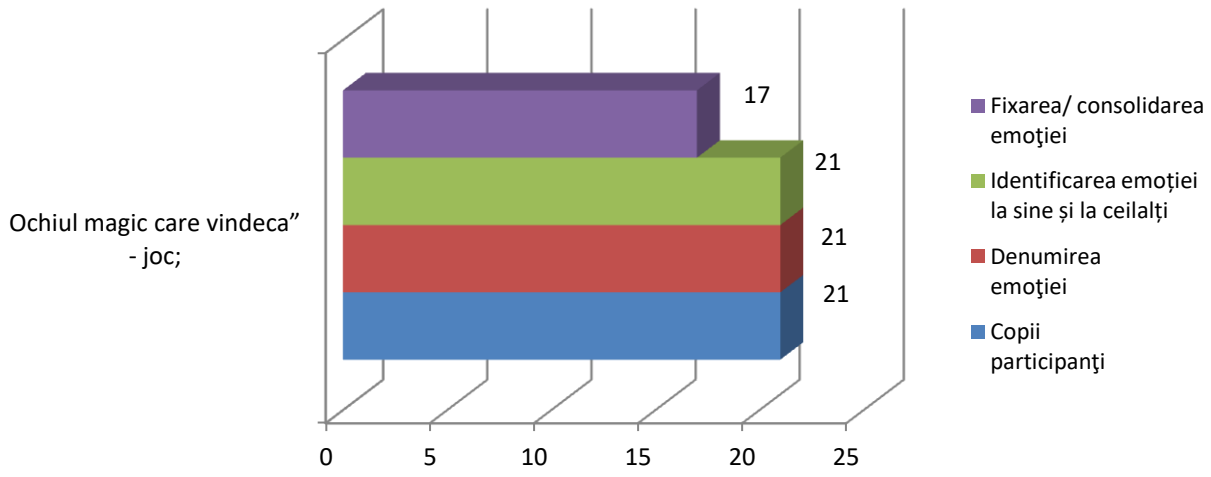
Ori de câte ori simt că sunt pregătiţi să facă rea îşi vor frâna impulsurile mergând la mască, privind-o şi rostind formula de succes: „Ochiul magic mă vindecă!”

Copiii care ajung să-şi autoregleze comportamentele negative vor primi ca recompensă o mască pentru acasă spre folosire cu alţi parteneri: fraţi, prieteni de joacă şi chiar părinţi

Tabel 4.13 - Joc„Ochiul magic care vindeca”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc„Ochiul magic care vindeca”	21	21	17

Figura 4.13 - Joc„Ochiul magic care vindeca”



Ședința 14„ Copacul faptelor bune ” - joc ;

Obiectiv: să împartă cu doi trei copii de la grupă;

Materiale: acuarele, carton mare;

Procedură:

Se va desena un trunchi de copac pe un carton mare.

Copiii vor picta împreună pentru a-l face maro.

Apoi copiii vor fi împărţiţi câte doi. Vor fi lăsaţi să decide cine va fi primul.

Cel care pictează va primi vopsea maro, o pensulă şi va trebui să picteze palma şi degetele celuilalt copil.

Copilul pictat va trebui să-şi lase amprenta în vârful trunchiului.

Se vor inversa rolurile şi se va repeta.

Fiecare copil va primi o foaie în formă de frunză pe care va trebui să deseneze ceva pentru partenerul lui. Coordonatorul îi va ajuta să scrie ceva pozitiv.

Fiecare frunză va fi agăţată în copac.

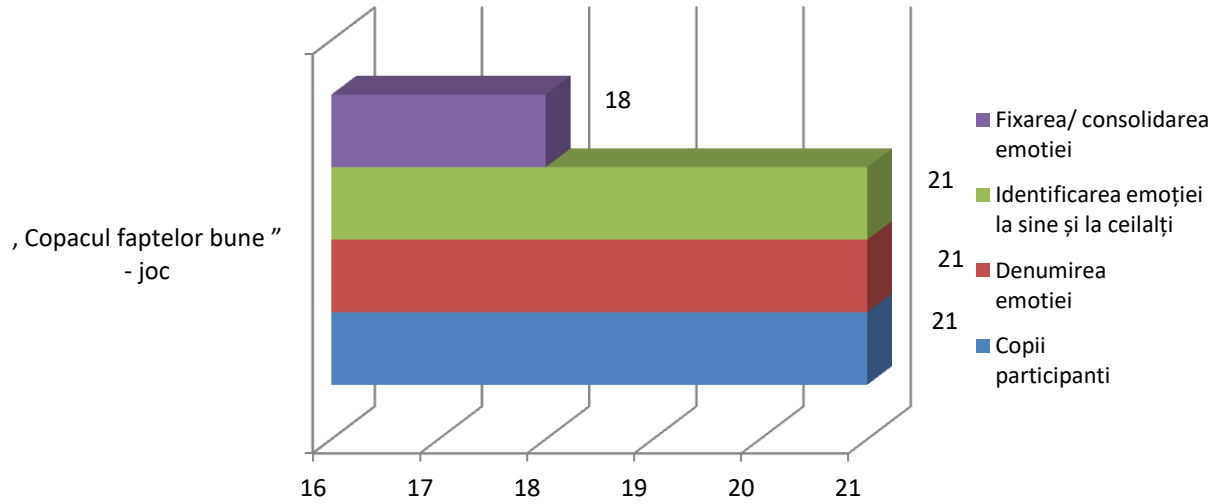
Fiecare copil va prezenta ce a desenat.

În discuţiile cu copiii se va pune accent pe cum s-au simţit copiii când au lucrat împreună, cum s-au simţit când au ofeit şi când au primit ceva de la colegii lor.

Tabel 4.14 - Joc,, Copacul faptelor bune"(vezi anexa 8)

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, Copacul faptelor bune"	21	21	18

Figura 4.14- Joc,, Copacul faptelor bune"



Ședința 15 « Detectivul Tupi » - poveste ;

Obiective:

-Să dea exemple de modalităţi adecvate de rezolvare a conflictelor

-Să identifice emoţiile personajelor

-Să identifice consecinţele emoţionale şi sociale ale comportamentelor personajelor

Materiale: povestea

Recomandări: povestea va fi reluată ţinând cont de următorele aspecte:

Ce a văzut Ţupi?

Cum se simţeau copiii?

Cum i-a ajutat pe cei doi copii?

Cum credeţi că se simt acum copiii?

Credeţi că se vor mai juca ei împreună? De ce?

Concluziile finale vor accentua paşii rezolvării unui conflict: exprimaea sentimentelor şi găsirea de soluţii (ex. Deci să ţinem minte ce ne-a învăţat Ţupi azi-atunci când avem un conflict cu cineva să spunem în cuvinte se simţim şi să căutăm soluţii împreună).

Activitatea 1

Obiective:

-Să dea exemple de modalităţi adecvate de rezolvare a confictelor

-Să identifice emoţiile personajelor

-Să identifice consecinţele emoţionale ale comportamentelor personajelor

Materiale necesare: povestea de mai jos

Desfăşurarea activităţii: li se citeşte copiilor următoarea poveste:

Ţupi, Dodo şi Urechilă se joacă de-a poliţiştii. Ei pretind acum că se află într-un elicopter şi urmăresc nişte hoţi. Ţupi este pilotul.

Ţupi: - Uite un hoţ după copaci! Să mergem după el!

Dodo: - Ţupi, este rândul meu să fiu pilotul!

Ţupi îl ignoră pe Dodo şi continuă să conducă elicopterul.

Urechilă: - Nu, este rândul meu acum, eu niciodată nu ajung să fiu pilotul!

Ţupi: - Uite, se trage asupra noastră! Feriţi-vă!

Urehilă: - Eu sunt pilotul acum!

Ţupi îl ignoră pe Dodo şi continuă să urmărească hoţii.

Dodo către Urechilă: - Tu nu poţi fi încă pilotul! Ţupi este încă pilot.

Ţupi: - Poţi să fi copilot. Pe elicoptere sunt totdeauna doi piloţi.

Urechilă se aşează lângă Ţupi şi începe să piloteze şi el elicopterul.

Recomandări: educatoarea va relua povestea împreună cu copiii ţinând cont de următoarele repere:

Cum se jucau Ţupi, Dodo şi Urechilă?

Cum credeţi că se simţeau ei?

Apoi a vrut Dood să fie pilot. Ce a făcut Ţupi?

Apoi a zis Urechilă că vrea să fie pilot. Ce a făcut Ţupi?

Ce credeţi că s-ar fi întâmplat dacă Ţupi nu l-ar fi lăsat pe Urechilă să fie copilot?

Cum s-ar fi simţit ei atunci?

S-ar mai fi jucat ei împreună?

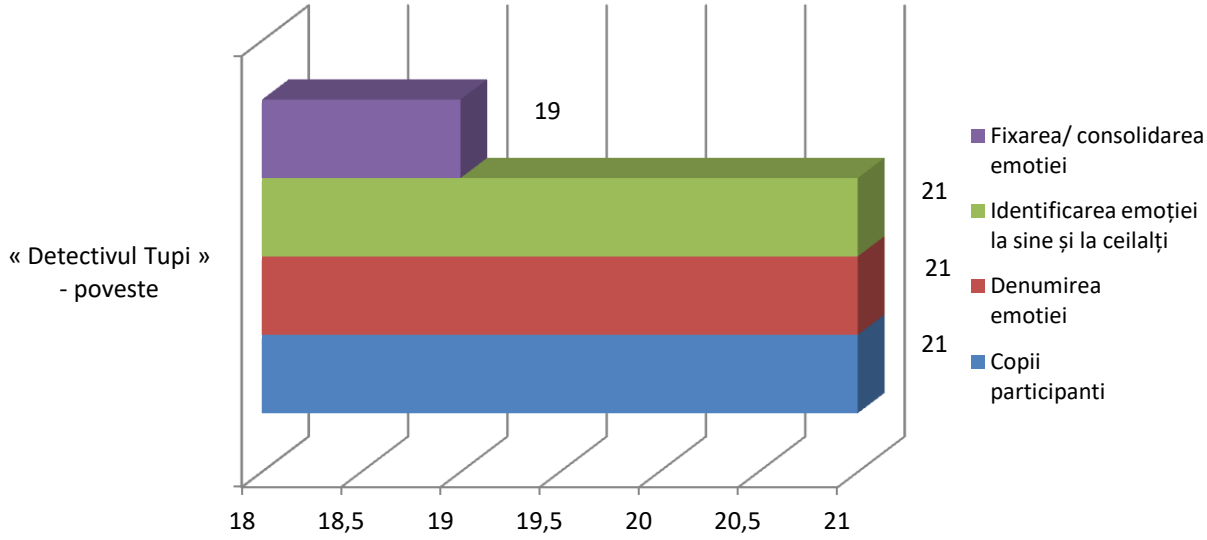
Dacă nu cerea Urechilă să fie pilot credeţi că Ţupi l-ar fi lăsat?

Concluziile finale trebuie să accentueze faptul că e important să ceri ceea ce doreşti pentru a obţine. Ceilalţi nu au de unde să şti ce vrei tu să faci. Tu trebuie să le spui. Apoi dacă vrei să te joci împreună cu alţi copii trebuie să-i lăsăm şi pe ceilalţi să facă ceea ce doresc nu numai noi. Altfel jocul se va termina şi ne vom certa.

Tabel 4.15.1 - Activitatea 1 „ Tupi''

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Activitatea 1 „ Tupi''	21	21	19

Figura 4.15.1 - Activitatea 1 „ Tupi''



Activitatea 2

Obiective:

-Să dea exemple de modalităţi adecvate de rezolvare a conflictelor

-Să identifice emoţiile personajelor

-Să identifice consecinţele emoţionale ale comportamentelor personajelor

Materiale necesare: povestea de mai jos

Desfăşurarea activităţii: li se citeşte copiilor următoarea poveste:

Într-o zi Ţupi şi Urechilă găsesc o minge în curtea grădiniţei şi vor să se joace cu ea. Însă era o singură minge cu care să se joace şi ei erau doi iepuraşi. Şi Ţupi şi Urechilă doreau să aibă mingea numai pentru ei, deoarece era o minge frumoasă, nouă şi colorată.

E mingea mea! spune Ţupi şi îl loveşte pe Urechilă.

Ba nu, e a mea, eu am văzut-o primul! Spuse furios Urechilă?

Poate, dar eu am pus prima lăbuţa pe ea, deci e migea mea, a meeeeeeeeea!''

Ba nnnuuu, e a mea, spune Urechilă.

Atras de gălăgia pe care o făceau cei doi iepuraşi, Dodo vine să vadă ce se întâmplă. În timp ce Ţupi şi Urechilă se bat pentru minge, aceasta le scapă dintre lăbuţe şi se rostogoleşte. Dodo o prinde şi fuge fericit să se joace. Acum Ţupi şi Urechilă sunt trişti pentru că au rămas amândoi fără minge.

Recomandări: educatoarea reia cu copiii povestea şi discută următoarele aspecte:

Ce au făcut cei doi prieteni?

Ce puteau face ca să nu se certe?

Ce s-a întâmplat dacă s-au certat?

Cum credeţi că se simt ei acum?

Educatoarea va încerca să găsească împreună cu copiii cât mai multe soluţii de rezolvare a conflictului şi va lăuda copiii pentru efortul depus.

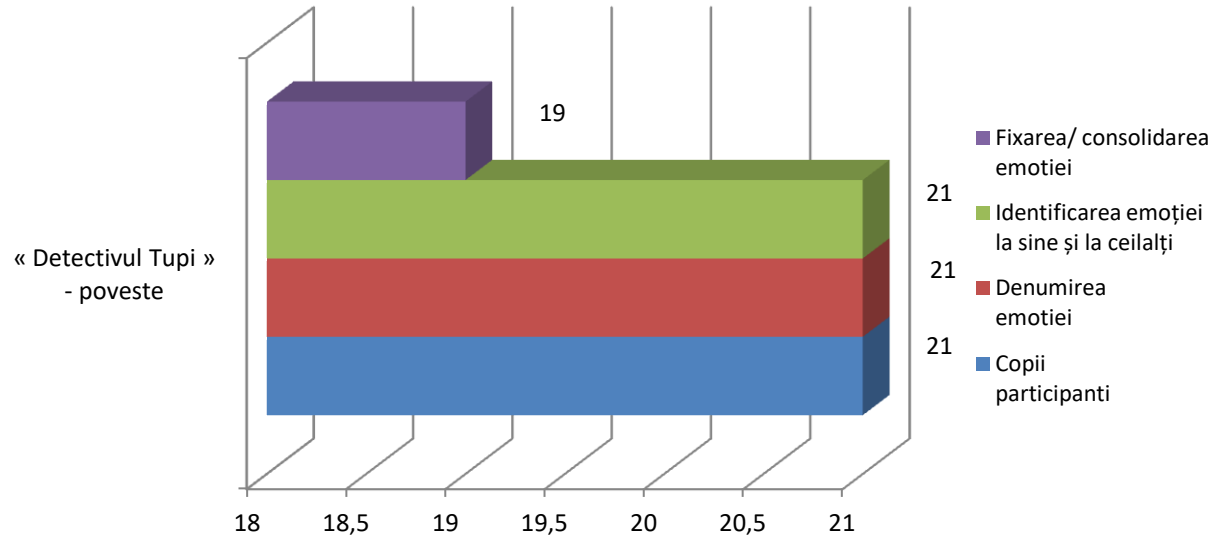
Important

Pentru generalizarea experinţei în situaţiile în care copiii vor avea un conflict similar cu cel descris în poveste, educatoarea va aminti copiilor consecinţele suferite de cei doi iepuraşi, precum şi soluţiile identificate la grupă.În situaţiile în care copiii vor avea la grupă dificultăţi în a negocia,educatoarea le va aminti copiilor această poveste şi modul în care Ţupi a procedat, acordându-le ajutorul necesar.

Tabel 4.15 .2 - Activitatea 2 „ Tupi''

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Activitatea 2 - Tupi''	21	21	18

Figura 4.15 .2 - Activitatea 2 „ Tupi''



Activitatea 3- „Jocul de-a detectivii ''

Obiectiv: să dea exemple de modalităţi de rezolvare a conflictelor;

Materiale necesare: povestea (Anexa 6)

Desfăşurarea activităţii: li se citeşte copiilor următoarea poveste:

Ţupi, Dodo şi Urechilă se joacă de-a poliţiştii. Ei pretind acum că se află într-un elicopter şi urmăresc nişte hoţi. Ţupi este pilotul.

Ţupi: - Uite un hoţ după copaci! Să mergem după el!

Dodo: - Ţupi, este rândul meu să fiu pilotul!

Ţupi îl ignoră pe Dodo şi continuă să conducă elicopterul.

Urechilă: - Nu, este rândul meu acum, eu niciodată nu ajung să fiu pilotul!

Ţupi: - Uite, se trage asupra noastră! Feriţi-vă!

Urehilă: - Eu sunt pilotul acum!

Ţupi îl ignoră pe Dodo şi continuă să urmărească hoţii.

Dodo către Urechilă: - Tu nu poţi fi încă pilotul! Ţupi este încă pilot.

Ţupi: - Poţi să fi copilot. Pe elicoptere sunt totdeauna doi piloţi.

Urechilă se aşează lângă Ţupi şi începe să piloteze şi el elicopterul.

Recomandări: educatoarea va relua povestea împreună cu copiii ţinând cont de următoarele repere:

Cum se jucau Ţupi, Dodo şi Urechilă?

Cum credeţi că se simţeau ei?

Apoi a vrut Dood să fie pilot. Ce a făcut Ţupi?

Apoi a zis Urechilă că vrea să fie pilot. Ce a făcut Ţupi?

Ce credeţi că s-ar fi întâmplat dacă Ţupi nu l-ar fi lăsat pe Urechilă să fie copilot?

Cum s-ar fi simţit ei atunci?

S-ar mai fi jucat ei împreună?

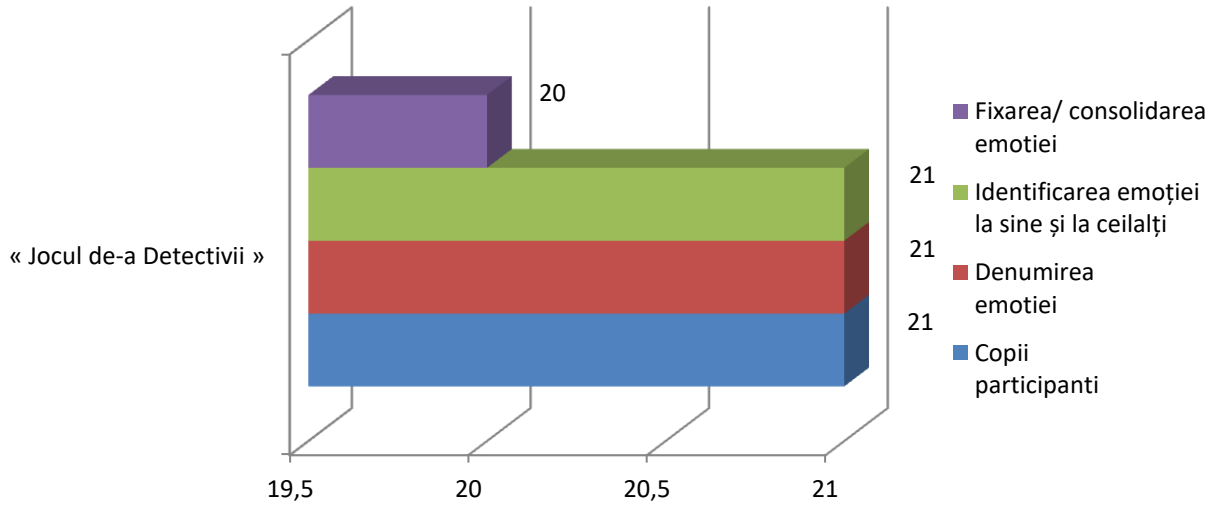
Dacă nu cerea Urechilă să fie pilot credeţi că Ţupi l-ar fi lăsat?

Concluziile finale trebuie să accentueze faptul că e important să ceri ceea ce doreşti pentru a obţine. Ceilalţi nu au de unde să ştie ce vrei tu să faci. Tu trebuie să le spui. Apoi dacă vrei să te joci împreună cu alţi copii, trebuie să-i lăsăm şi pe ceilalţi să facă ceea ce doresc nu numai noi. Altfel jocul se va termina şi ne vom certa.

Tabel 4.15.3 - Joc,, De-a detectivii"

Nr.total copii	Denumirea activității	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Denumirea emoției	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc ,,De-a detectivii"	21	21	20

Figura 4.15.3- Joc,, De-a detectivii"



Sedinţa 16 „ Joc Inimioara mea''

Obiectiv: Dezvoltarea emoțională prin identificarea paletei de trăiri afective experimentate în diferite situații

Materiale necesare: „Inimioara mea", creioane colorate,plastilină roșie / pastă pentru modelaj (cărămiziu sau roșu), scobituri/ bețe de frigărui (din lemn) găsite în comerț, lipici.

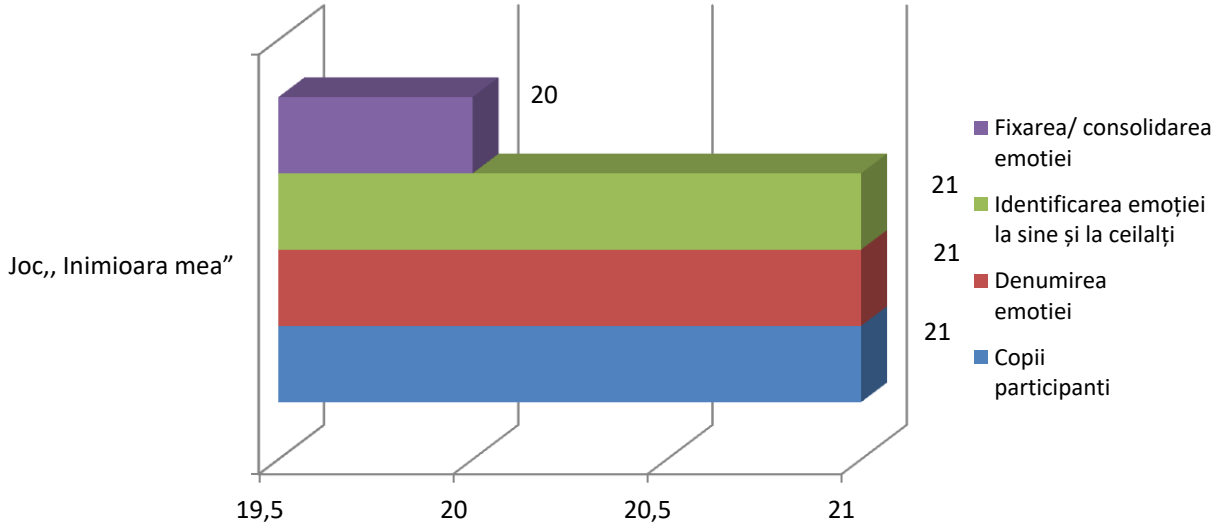
Etape:

-Analizarea emoțiilor reflectate în imagini (care au fost prea prealabil decupate din anexă); colorarea emoțiilor cu diferite culori (culorile vor fi alese de către copil, în funcție de cum anume vede el ca fiind emoția respectivă), de exemplu: furia poate fi asociată cu roșu, tristețea cu albastru închis etc.;lipirea imaginilor (cu emoțiile colorate) pe partea superioară a bețișoarelor din lemn, realizând astfel mici steguțe; modelarea unei inimioare din plastilină/ pastă pusă la dispoziție; infigerea steguțelor în inimioară, asociind acest gest faptului că în inima noastră se găsesc mai multe emoții; prezentarea unor situații pe care copilul le-a experimentat și au dus la trăirea emoțiilor existente în inimioara sa; discuții finale cu privire la modul în care copilul s-a simțit pe parcursul activității si ce anume a învățat.

Tabel 4.16 „ Joc inimioara mea”

Nr.total copii	Denumirea activității	Denumirea emoției	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emoției
21	Joc,, inimioara mea”	21	21	20

Figura 4.16 „ Joc inimioara mea”

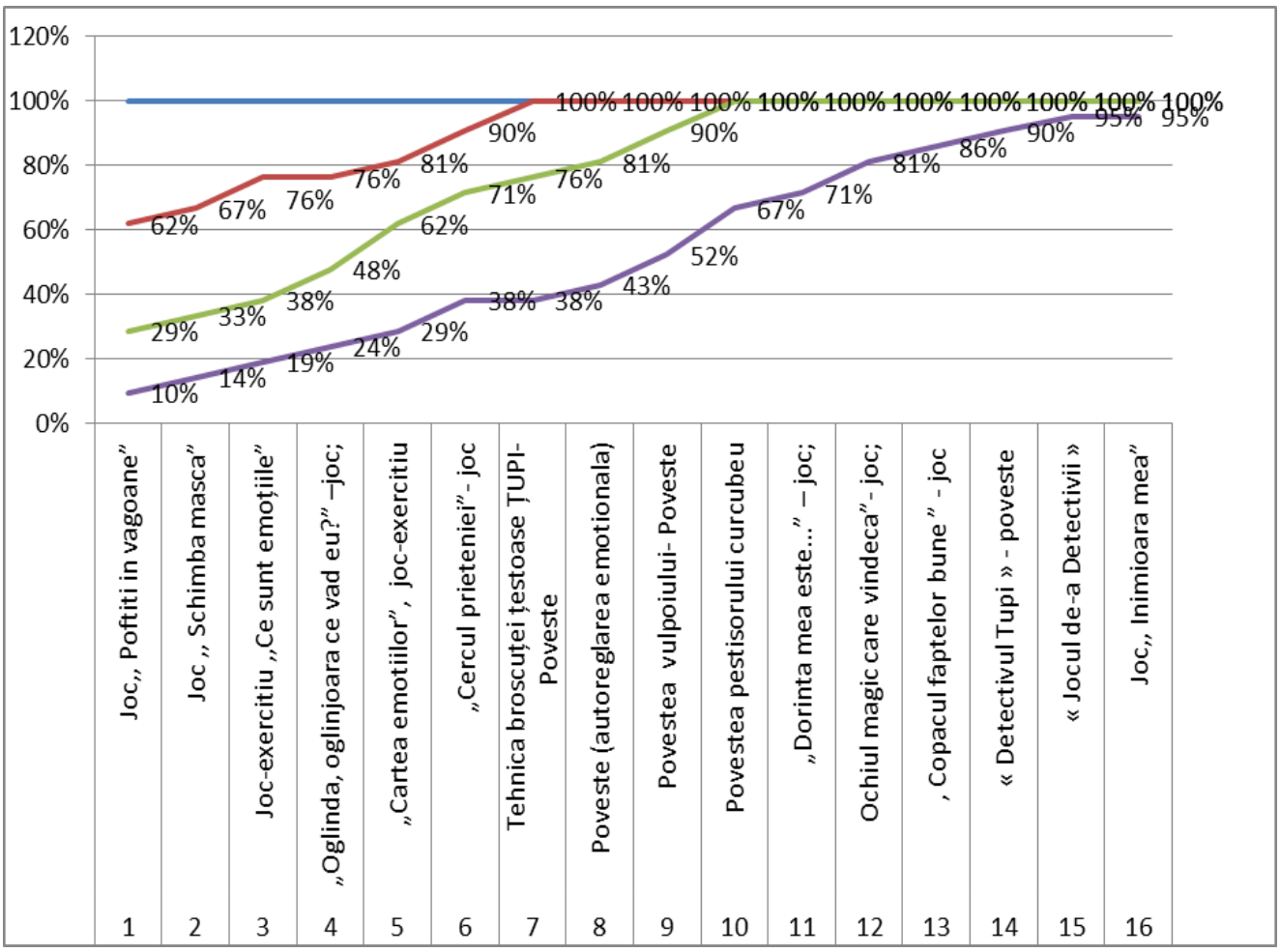


Tabel 4.17- Activități desfășurate cu preșcolarii în cadrul programului „Detectivul de emoții” și ponderea acestora în cadrul grupului experimental

Sedinta	Denumire joc	Copii participanti	Denumirea emotiei	Identificarea emoției la sine și la ceilalți	Fixarea/ consolidarea emotiei
1	Joc,, Poftiti in	100%	62%	29%	10%

	vagoane”				
2	Joc ,, Schimba masca”	100%	67%	33%	14%
3	Joc-exercitiu ,,Ce sunt emoțiile”	100%	76%	38%	19%
4	„Oglinda, oglinjoara ce vad eu?” –joc;	100%	76%	48%	24%
5	„Cartea emotiilor”, joc-exercitiu	100%	81%	62%	29%
6	„Cercul prieteniei”- joc	100%	90%	71%	38%
7	Tehnica broscuței țestoase ȚUPI- Poveste	100%	100%	76%	38%
8	Poveste (autoreglarea emotionala)	100%	100%	81%	43%
9	Povestea vulpoiului- Poveste	100%	100%	90%	52%
10	Povestea pestisorului curcubeu	100%	100%	100%	67%
11	„Dorinta mea este...” – joc;	100%	100%	100%	71%
12	Ochiul magic care vindeca”- joc;	100%	100%	100%	81%
13	, Copacul faptelor bune ” - joc	100%	100%	100%	86%
14	« Detectivul Tupi » - poveste	100%	100%	100%	90%
15	« Jocul de-a Detectivii »	100%	100%	100%	95%
16	Joc,, Inimioara mea”	100%	100%	100%	95%

Grafic 4.17- Pondere achizitie competențe socio-emoționale în urma programului- „Detectivul de emotii’’



In urma aplicării programului de dezvoltare socio-emoțională implementat la nivelul grupei , 91% din prescolari au denumit emoțiile din cadrul jocurilor și activităților, 77 % au identificat emoțiile și le-au raportat la sine și la ceilalți, 53% și-au fixat și consolidat aceste emoții.

Concluzii

Conform programei preșcolare studiate din perioada 1960- 2008, educația socio-emoțională nu este amintită în modalități explicite în nici un document curricular din România la nici un nivel de învățământ. Aceasta este prezentă sub denumirea de Educație moral civică, Educație patriotică, Educație afectivă, iar în Curriculum pentru Învățământ preșcolar apare sub denumirea Om și Societate care servește drept cadru în realizarea obiectivelor și sarcinilor educației socio- emoționale.

Lucrarea răspunde la întrebarea: putem dezvolta competenţe socio-emoţionale la vârstă preşcolară prin învăţarea recunoaşterii şi a etichetării emoţiilor, dacă utilizăm poveşti terapeutice, jocuri şi cântece? Rezultatele pot fi formulate astfel: Aplicând în cadrul CDȘ a

unui program pentru educarea socio-emoțională sub formă de jocuri care s-a desfășurat pe parcursul anului școlar în funcție de temele curriculare propuse, preșcolarii și-au însușit bagajul de cunoștințe funcționale și transferabile privind educarea socio-emoțională la nivel de grupă și de comitet de părinți, dar îndeosebi și-au format o atitudine potrivită față de ceea ce se definește ca fiind educaţia socio-emoțională.

În lucrarea de față am urmărit investigarea unui program educațional de dezvoltare a abilităților socio-emoționale la copiii preșcolari cu vârste cuprinse între 5 și 7 ani. Programul s-a desfășurat în perioada 15 octombrie – 15 mai 2017 în cadrul grupei mari „Ciupercuțele" din Grădinița cu program prelungit nr.4 Buzău- aceștia constituind grupul experimental. Astfel, prin implementarea în grădiniță a programului educațional propus de mine pentru dezvoltarea abilităților socio-emoționale, și anume „ Detectivul de Emoții" am constatat următoarele influențe informative benefice în procesul formării reprezentărilor și cunoștințelor specifice dezvoltării socio-emoționale a copiilor :

-Îmbogățirea vocabularului cu cuvinte și expresii specifice educației socio-emoționale, respectiv înțelegerea emoției, denumirea emoției și fixarea şi consolidarea acesteia.

-Îmbogățirea cunoștințelor legate de relațiile sociale și trăirile emoționale desprinse din lectură textelor cu conținut specific.

-Capacitatea de a stabili relații corecte între faptele fiecăruia și consecințele lor.

-Capacitatea de a povesti întâmplări reale sau imaginare cu caracter emoțional.

În faza în care copiii învaţă despre emoţii şi încă nu ştiu denumirea eu (educatoarea) am folosit reflectarea sentimentelor, adică în loc să întreb copilul cum se simte, la care ar fi răspuns nu ştiu" am încercat să identific emoţia copilului şi apoi să o transpun acestuia sub formă de întrebare sau afirmaţie: Ex: copilul spune: „Nu pot să îmi leg şiretul", educatoarea: „pare să îţi fie greu" sau „Îţi este greu .

Pe măsură ce copiii exersează, explorează activități în care își fixează, își consolidează emoțiile, viața lor devine mai bogată, mai echilibrată din punct de vedere emoțional, capacitatea lor de adaptare la viața socială este mult mai ridicată.Modul de intregrare și de adaptare se face mult mai ușor.

Se observă un progres al dezvoltării capacităților intelectuale ale copilului pentru că înțelege mult mai ușor relațiile dintre oameni, aspecte legate de viața socială.

Având în vedere că o parte din activitățile de educarea socio-emoțională au fost desfăşurate împreună cu familia, se îmbunătățește relația copilului cu aceasta. Așa cum afirma și Daniel Gomelan în cartea sa „Învăţând să comunicăm cu copiii, ne vom bucura împreună cu familiile acestora de o inteligenţă emoţională armonios dezvoltată „devenind mai

echilibraţi emoţional, va creşte şi siguranţa lor şi încrederea în sine; curiozitatea lor îşi va găsi căi fireşti de exteriorizare, vor învăţa cum să-şi câştige independenţa şi autenticitatea în gândire şi comportament, îşi vor dezvolta capacitatea de a face alegeri responsabile. ”

În activitățile desfășurate am insistat pe emoții pozitive, trăiri pozitive pentru că dezvoltă copilul,dar nu le-am neglijat nici pe cele negative, având în vedere că fac parte din viața noastră.

În grupa mea preşcolarii pentru a identifica corect o emoţie, au învăţat să utilizeze informaţii parţiale obţinute din expresia facială pentru a genera ipoteze despre emoţia care e prezentată, să traseze caracteristicile fizice observate în categorii pentru a denumi categoria şi preciza comportamentul celorlalţi.

Reacțiile educatorilor la manifestările emoționale ale copiilor reprezintă o sursă importantă de învățare despre emoții. Utilizarea în diferite contexte a cuvintelor care denumesc emoții este o modalitate de a învăța copiii să recunoască și să denumească emoțiile proprii și ale celorlalți. Dacă educatorul nu obișnuiește să le atragă atenția asupra emoțiilor, nu discută despre consecințele emoționale ale unor comportamente, atunci aceștia riscă să nu achiziționeze cuvintele care denumesc emoții. De exemplu, dacă un copil spune că l-a lovit pe celălalt pentru că acesta l-a mințit, educatorul ar putea spune „ Soluția nu era să-l/ s-o lovești. Poți spune : mă supăr atunci când minți și nu-mi place.Ar fi bine să ai grijă de prietenii tăi, nu să-i lovești”. De asemenea, astfel de situații pot fi utilizate pentru a conștientiza posibilele consecințe negative ale comportamentelor agresive și pentru a-i învăța să perceapă o situație din mai multe perspective : „ Ce se poate întâmpla atunci când lovim pe cineva ? Poate să facă o bubă. Tu cum te simți atunci când te-ai rănit ? Ție ţi-ar plăcea să te lovească ?”.

Astfel , educatorul devine la rândul său un model, dar și un „antrenor” pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sociale ale copiilor. Utilizarea de către educatori a unui limbaj prin care atrag atenția copiilor asupra emoțiilor (Radu, văd că ești supărat că te-ai lovit”) sau a evidențierii reacțiilor emoționale în contextul interacțiunilor obișnuite (ex. „ Ioana o superi pe Andreea, dacă îi iei păpușa fără să îi ceri voie”) scade riscul copiilor de a avea dificultăţi în înțelegerea emoțiilor, precum și a consecințelor pe care le au comportamentele lor. Așa cum am arătat am mai arătat, învățarea modalităților de reglare emoțională și înțelegerea emoțiilor sunt esențiale pentru capacitatea copiilor de a dezvolta relații sociale și de a se comporta adecvat în situații de conflict.

Preşcolarii denumesc expresii faciale cu mai multă precizie decât descriu cauzele şi consecinţele emoţiilor. Am observat de-a lungul timpului că preşcolarii sunt mai preciși în

denumirea emoţiilor cu ajutorul etichetelor verbale decât cu ajutorul expresiilor faciale, în mod special pentru frică şi dezgust. Fără o etichetă verbală a emoţiilor, copiii pot să nu realizeze că acel comportament provoacă o emoţie. Uneori însă, cuvintele ce denumesc emoţii pun probleme copiilor, deoarece ele se referă în parte la stări emoţionale interne, neobservabile.

În toate activitățile desfășurate am încurajat în permanenţă copiii să utilizeze cuvinte şi expresii ce denumesc stări emoţionale. Când un copil trăieşte o emoţie puternică trebuie întrebat cum se simte (Cum te simţi când colegul te jigneşte?, Eşti bucuroasă când te joci cu păpuşile?). copiii vor învăţa astfel că este normal să experimenteze diverse emoţii şi să vorbească despre ele.Plecând de la definiția consilierii „ consilierea școlară este un proces intensiv de acordare a asistenței psihopedagogice elevilor,studenților și celorlalte persoane implicate în procesul educațional (profesori, părinți, tutori și autorități școlare) și de la rolul acesteia „ consilierea încearcă prevenirea situațiilor de criză personală și educațională, şi mai mult urmărește dezvoltarea personală, educațională și socială a elevilor.

Prin aplicarea acestui program ,consilierea preșcolarilor în coraborare cu grădiniţa şi-a atins scopul comun și anume dezvoltarea acestor abilităţi de conştientizare a emoţiilor şi abilitatea de a recunoaşte şi de a acţiona pozitiv asupra emoţiilor care duc la următoarea concluzie:

Preșcolarii au nevoie de inteligența pentru a reuşi în viaţă, pentru a avea încredere în ei, în abilităţile lor, pentru a se cunoaşte mai bine şi pentru a-i cunoaşte şi pe ceilalţi; pentru a-şi transforma emoţiile negative, pentru a ştii să se manifeste în siguranţă atunci când se simt furioşi, supăraţi, îngrijoraţi, obosiţi, trişti, iar rolul educatorilor în dezvoltarea competențelor emoționale și sociale ale copiilor este extrem datorită faptului că începând cu vârsta preșcolară timpul pe care copiii îl petrec la grădiniță este în mai multe cazuri mai mare decât cel petrecut cu părinții.

BIBLIOGRAFIE

1. Anghel, E. (2011). *Psihologia educației pe tot parcursul vieții:pentru specialiști și adulți interesați de propria lor dezvoltare*. București: Editura For You.
2. Bar-On, Reuven. (1996). *The Era of the „EQ": Defining and Assesing Emoţional Intelligence"*. 104 th Annual Convention of APA, Toronto.
3. Breben, S. (2004). *Inteligență naturalistă. vol.II*. Craiova: Ed. Reprograph.
4. Breben, S. (2010). *Jocuri pentru dezvoltarea inteligenței emoționale la vârsta preșolară și școlară mică*. Craiova: Ed. Reprograph.
5. Breben, S., Gongea, E., Ruiu, G. (2002). *Activităţi bazate pe inteligenţe multiple*. Volumul III Craiova: Ed. Reprograph.
6. Catrinel A. Ştefan , Kallay Eva (2010). *Dezvoltarea competenţelor emoţionale şi sociale la preşcolari*. Cluj Napoca : Ed. ASCR.
7. Cosnier, J. (2002). *Introducere în psihologia emoțiilor și sentimentelor*. Iași: Editura Polirom.
8. Drugaș, I. (2010). *101 aplicații art terapeutice în consilierea copiilor*. Oradea: Editura Primus.
9. Elias J.M, Tobias E.S., Friedlander S.B.(2012) *Inteligența emoțională în educația copiilor*. București: Editura Curtea Veche.
10. Gardner, H. (2005) . *Mintea disciplinată.* Bucureşti: Editura Stigma.
11. Gardner, H. (2006). *Inteligenţe multiple.* Bucureşti: Editura Stigma.
12. Gardner, H. (2006). *Inteligenţe multiple.* București: Editura Sigma.
13. Goleman, D. (2004). *Inteligenţa emoţională, cheia succesului în viaţă*. Bucureşti :Ed. Allfa, 2004.
14. Goleman, D. (2005). *Inteligenţa emoţională*. Bucureşti : Ed. Curtea Veche.
15. Goleman, Tara, Benett (2002). *Alchimia emoţională.* Bucureşti: Ed. Curtea Veche.
16. Hein, S. *EQ for everybody: A Practical Guide to Emotional Intelligence*, New York.
17. Mărcuş, S.; Predescu, D.,T(1987.). *Empatia şi relaţia profesor-elev.* Bucureşti: Ed. Academiei.
18. Mărcuş, Stroe (1997). *Empatii şi personalităţi* . Bucureşti: Ed. Atos.
19. Mânz, C.(2005). *Disciplina emoţională*. Bucureşti: Ed. Curtea Veche

20. Neacșu, I. (1990). *Metode şi tehnici de învățare.* București: Editura Militară.

21. Oprea A.(2010). *Povești pentru dezvoltarea socio-emoțională a copiilor preșcolari*. Cluj Napoca : Ed.ASCR

22. Piaget, J.(1965). *Psihologia inteligenţei*. Ed. Ştiinţifică, Bucureşti,.

23. Popescu-Neveanu, P. (1978). *Dicţionar de psihologie.* Ed. Albatros.

24. Radu, I. (coordonator)(1993). *Metodologie psihologică şi analiza datelor*. Cluj-Napoca: Ed. Sincrom,

25. Roco, M. (2004). *Creativitate şi inteligenţă emoţională*. Bucureşti Ed. Polirom,

26. Sălavăstru, D., (2004). *Psihologia educaţiei*. Bucureşti : Ed. Polirom.

27. Segal, J., (1999). *Dezvoltarea inteligenţei emoţionale.* Bucureşti: Ed.Teora.

28. Sima, T.,(2004). *Fenomene psihosociale contemporane*. Bucureşti : Ed.Victor

29. Stein, J.,S.; Book, E.,H.,(2003). *Forţa inteligenţei emoţionale*. Bucureşti: Ed. Alfa

30. Şchiopu, U, Verza, E. (1981). *Psihologia vârstelor*. Bucureşti :E.D.P

31. Tomșa, Gh.(2005). *Consilierea și orientarea în școală.* București: Ed. Credis.7.

32. Tomșa, Gh., Nicolae O.,(2007). *Bazele teoretice ale psihopedagogiei preșcolare.* București: Ed.V&I Integral,

33. Verza, E.; Verza, F.,E.,(2000). *Psihologia vârstelor*. Bucureşti: Ed. Pro Humanitate.

34. Vrăsmaş E. A.,(2002). *Consilierea și educația părinților*. București: Editura Aramis.

35. Vrăsmaş E.,(2008). *Intervenția socioeducațională ca sprijin pentru părinți*. București: Editura Aramis.

36. Zlate, M., (2006). *Fundamentele psihologiei*. Bucureşti: Ed. Universitară.

37. Zlate, M.,(2004). *Psihologia mecanismelor cognitive*. Bucureşti : Ed.Polirom.