

MODALITĂȚI DE DEZVOLTARE A INTELIGENȚEI EMOȚIONALE LA PREȘCOLARI

WAYS TO DEVELOP EMOTIONAL INTELLIGENCE TO PRESCHOOLERS

*Lidia Cojocari, doctor, conferențiar universitar,
UPS "Ion Creangă" din Chișinău*

*Lidia Cojocari, PhD, associate professor,
„Ion Creanga” SPU, Chisinau
ORCID 0000-0001-8238-9627*

CZU: 373.2:159.942

DOI: 10.46728/c.v2.25-03-2022.p110-114

Abstract

This article deals exactly with some aspects of the development of emotional intelligence to preschoolers, which is the basis for training a successful person in contemporary society. Developing emotional intelligence in preschoolers, it is necessary that the applied methods be diversified and applied systematically.

Key-words: preschoolers, development, methods, emotional intelligence.

Actualmente tot mai multă atenție se acordă importanței dezvoltării inteligenței emoționale a copiilor în procesul educațional, în creșterea și dezvoltarea armonioasă a lor. Vârsta preșcolară „se distinge printr-o creștere semnificativă a capacităților fizice și psihice, făcând posibilă o echilibrare cu ambianța, în cadrul căreia ”principiul realității”, cum îl numește Freud, își face tot mai mult loc și dă siguranță și rezistență în adaptare, care la rândul lor sunt trăite cu bucurie și seninătate de către copil, ceea ce face ca acestui stadiu să i se atribuie denumirea de ”vârsta de aur a copilăriei” [2, p. 131]. Copilul preșcolar este impresionabil, își îmbunătățește în mod activ toate aspectele intelectului și dobândește abilități social-culturale; este deschis pentru a învăța cum să conducă un dialog, să mențină o conversație, să facă noi cunoștințe, să transmită semenilor săi și celor di jur punctul său de vedere, astfel evidențiindu-se; este predispus să-și dezvolte capacitatea de a recunoaște și analiza atât emoțiile proprii, cât și ale altora. Toate acestea sun în concordanță cu standardele de învățare și dezvoltare a copilului la nivelul educației timpurii.

Capacitatea individului uman de a construi relații pe termen lung, de a fi prosper în afaceri la maturitate, și în viața personală, de a fi lider și construi relații prietenoase cu membrii societății care sunt în strânsă corelație cu abilitățile lui de a interpreta corect o situație în anumite circumstanțe și de a o influența; de a surprinde intuitiv ceea ce își doresc alții, de a cunoaște punctele forte și punctele vulnerabile ale lor; de a nu ceda stresului și de a face față lucrurilor. Însă acestea după cum atestă și O. V. Hizhnyak, V. V. Savchenko, T. Yu. Pityakina [7] sunt în dependență de calitatea educației oferite copilului, implicarea familiei în procesul de creștere și dezvoltare a copiilor.

Daniel Goleman vizează prin inteligența emoțională „capacitatea omului de a se motiva și de a persevera în fața frustrărilor; de a-și stăpâni impulsurile și de a amâna satisfacțiile; de a-și regla stările de spirit și de a împiedica necazurile să-i întunece gândirea; de a fi stăruitor și de a spera.” [4, p. 77].

Bar-On [1] a elucidat inteligența emoțională drept un produs a tuturor abilităților non-cognitive, cunoștințe și competențe care oferă unei persoane posibilitatea de a face față cu

succes diferitor situații din viață. El a stabilit cinci domenii de competență și pentru fiecare a elucidat abilitățile specifice care vor duce la atingerea succesului: cunoașterea propriei personalități - cunoașterea propriilor emoții, încredere în sine, respect de sine, autorealizare, independență; abilități de comunicare interpersonală - relații interpersonale, responsabilitate socială, compasiune, cooperare; capacitatea de adaptare - rezolvarea problemelor, evaluarea adecvată a realității, adaptabilitate; gestionarea stresului - stresorezistență, impulsivitate, control; dispoziție prioritară - fericire, optimism.

J. D. Mayer și P. Salovey definesc inteligența emoțională ca fiind „abilitatea de a monitoriza, atât propriile sentimente și emoții, cât și pe ale altora, de-a le diferenția și de-a le folosi în scopul călăuzirii și acțiunii”. În aprecierea lor, unii oameni sunt mai pricepuți în identificarea emoțiilor proprii și a celor din jur, precum și în rezolvarea problemelor ce au conotații emoționale, detectând ușor părțile tari și cele defectuoase, rămânând totodată neafecțați de stres, cu mult entuziasm și în jurul cărora tuturor le face plăcere să se afle [apud 3, p. 45]

Peter Salovey și John Mayer în elucidarea inteligenței emoționale vizează o corelare cu factori personali, cum ar fi căldura și sensibilitatea. Conceptul de inteligență emoțională ca fiind capacitatea de a recunoaște semnificația emoțiilor și de a folosi aceste cunoștințe pentru a afla motivele apariției problemelor și a rezolva aceste probleme. Ei au presupus, că inteligența emoțională determină diferite abilități, care sunt implicate în prelucrarea adaptatională a informației emoționale. Au identificat mai multe elemente și particularități care stau la baza inteligenței emoționale: exactitatea aprecierii și exteriorizării emoțiilor proprii, precum și a celor din jur; asimilarea cognitivă a experienței emoționale; identificarea, înțelegerea și conștientizarea emoțiilor; reglarea adaptativă a emoțiilor individului și ale oamenilor din jur.

La vârsta de 3-7 ani copiii achiziționează peste 80% din abilitățile pe care le vor folosi mai târziu, iar inteligența emoțională prezintă resurse importante care le permite copiilor și ulterior adulților de mâine, să se adapteze la o societate în care tehnologia progresează cu o viteză amețitoare, asaltând omul de la etapele inițiale ale ontogenezei cu adevărate avalanșe informaționale.

Scopul studiului a fost cuantificarea unor aspecte ale inteligenței emoționale la copii de 6-7 ani. În investigații au fost implicați 54 de copii.

În scopul analizei unor aspecte ale inteligenței emoționale la copii am aplicat testul „Țara magică a sentimentelor” după T.D. Zinkevici-Evstigneeva, care ne-a permis să elucidăm starea psihoemoțională a copiilor. La prelucrarea rezultatelor am atras atenție la faptul dacă copiii au folosit toate culorile care au fost puse la dispoziția lor; cât de adecvat au fost aplicate culorile în realizarea sarcinilor.

Astfel, analiza și sistematizarea rezultatelor testării ne-a permis să constatăm următoarele: la 37,03% (n=20) din copii cu o stare psihoemoțională armonioasă, exteriorizată prin aplicarea tuturor culorilor - galben, verde, roșu, violet, gri, albastru, maro, negru în realizarea sarcinii unu („ajută locuitorii să-și decoreze căsuțele” cu ajutorul creioanelor colorate), iar la 62,96% (n=34) - o stare psihoemoțională nearmonioasă, ei având nevoie de mai multă atenție, fapt vizat de utilizarea aceleiași culori (fie verde, fie doar galebe, fie negru etc.).

În baza celei de-a doua sarcini a testului („arată-le locuitorilor unde se află casele lor”) la 44,4% (n=24) din copii am constatat o stare psihoemoțională adecvată, eu au vopsit în culori corespunzătoare decodificării testului între 75%-87,5% din ”căsuțe”; 55,5% (n=30) din copii au estimat o stare psihoemoțională nezarmoniasă, la ei prevalând culorile gri, negru, maro.

Referitor la cea de a treia sarcină a testului, distribuirea culorilor care reflectă sentimentele în interiorul siluetei omului din test, am constatat următoarele rezultate: 25,94% (n=14) din copii au exteriorizat activitate mentală; 3,7% (n=2) din copii au vizat activitate comunicativă; 7,4% (n=4) din copii au demonstrat activitate creativă; 40,74 (n=22) din copii au estimat o activitate emoțională pronunțată, ciudat, toate emoțiile fiind colorate în galben; 22,22% (n=12) din copii au colorat membrele inferioare, ceea ce sugerează că acești copii sunt siguri de sine și au un sentiment de susținere.

Astfel, rezultatele obținute atestă importanța stării psihoemoționale în procesul de creștere și dezvoltare, care poate fi identificată și ulterior dezvoltată prin diverse tehnici, acceptând diferențele individuale, fiecare copil reacționând diferit într-o anumită situație. Aplicarea testelor date ne-a permis să scoatem în evidență starea lor psihoemoțională, a propriilor gânduri, emoții, dar totodată a contribuit la dezvoltarea unei stări emoționale stabile, ce este în acord cu estimările autorului acestui test. Totodată rezultatele exteriorizate de copii au scos în evidență necesitatea dezvoltării inteligenței emoționale a lor.

Am aplicat și un chestionar pentru determinarea trăirilor afective și a mijloacelor de exprimare, după R. Jelescu și P. Jelescu [5]. Chestionarul a fost adaptat vârstei copiilor, au fost selectate trei compartimente cu referire la inteligența emoțională (Ce simte un copil protejat ...; Cum își exprimă emoțiile un copil adorat ...; Ce emoții exteriorizează un copil speriat) a câte 10 întrebări. La întrebările adresate, copiii trebuiau să răspundă prin “Da” sau „Nu”.

În urma procesării răspunsurilor, am obținut următoarele rezultate: 33,3% (n=18) din copii au acumulat un punctaj între 27-30 puncte, încadrându-se în nivel înalt, ceea ce denotă că acești copii posedă o capacitate distinsă de recunoaștere și de identificare a stărilor emoționale trăite de sine și de alții; 48,1% (n=26) din copii au acumulat un punctaj între 20-26 puncte, încadrându-se în nivel mediu, demonstrând cunoștințe suficiente în identificarea emoțiilor sentimentelor și mijloacelor de exprimare, dar, ei întâmpină anumite dificultăți în recunoașterea acestora; 18,5 % (n=10) au acumulat un punctaj între 10-19 puncte, demonstrând recunoașterea numai a principalelor emoții (bucurie, tristețe, fericire, frică).

Deci, rezultatele obținute au vizat necesitatea dezvoltării inteligenței emoționale a copilului, care este foarte importantă pentru modul în care va crește, va evolua ca personalitate. Dacă dezvoltarea abilităților motorii, creșterea și dezvoltarea copilului se desfășoară în mod firesc sau natural, atunci abilitățile emoționale necesită suport. Numai un copil cu inteligență emoțională va crește și se va dezvolta într-un matur responsabil și împlinit.

După cum atestă mai mulți cercetători din domeniu, perioada optimă de învățare a abilităților emoționale și dezvoltarea inteligenței emoționale, reprezintă primii ani ai dezvoltării ontogenetice. Perioada preșcolară este esențială, deoarece atunci învață copiii vocabularul emoțiilor, asocierea dintre emoții și contextele de viață, exprimarea facială a emoțiilor.

Astfel, rezumând cele relatate mai sus am selectat un algoritm de metode și tehnici aplicate în cadrul activităților cu copiii, orientate spre dezvoltarea inteligenței emoționale.

Algoritmul a inclus tehnici reflexive care sunt o componentă esențială a tehnologiilor moderne educaționale. Menționăm, termenul reflexie provine de la latinescul *reflexio* și semnifică - întoarcerea înapoi; cugetări asupra interiorului său; reflecție, autocontrol, autocunoaștere. Forma teoretică a activității umane, orientată spre înțelegerea propriilor acțiuni și legi; conștientizarea unui individ cu privire la modul în care este perceput de un partener de comunicare (psihologie socială); introspecția activității și a rezultatelor acesteia (pedagogia modernă). [6, p. 5]

M. Bityanova, descrie reflecția drept o evaluare retrospectivă sub două aspecte: emoțional (mi-a plăcut - nu mi-a plăcut, a fost bine - a fost rău și de ce) și semantic (de ce este important, de ce am făcut-o). [apud 6, p. 6] Copiii înșiși, sau cu ajutorul unui adult răspund la întrebarea de ce este necesar acest lucru, cum îi poate ajuta în viață, arăta o legătură emoțională între ei și liderul (profesorul).

Dezvoltarea copilului este așteptată în cadrul procesului educațional. Procesele de dezvoltare incubă: autoeducația – stăpânirea metodelor de obținere a cunoștințelor; autodezvoltare – schimbarea de sine. Ambele sunt imposibile fără reflexie. Reflecția acțiunii, a stării emoționale facilitează dezvoltarea conștiinței de sine. Ea îl introduce pe copil în lumea sentimentelor, îi oferă posibilitatea de a-și urmări starea în corelație cu semenii și cei din jur. Copiii învățând să se înțeleagă și să se accepte pe ei înșiși, învață să-i înțeleagă și să-i accepte pe ceilalți. Din aceste considerente, am inclus în algoritmul de activități pentru dezvoltarea inteligenței emoționale (Fig. 1). mai multe tehnici reflexive verbale și non-verbale. Algoritmul a inclus și alte metode jocuri, jocuri didactice, jocuri sportive, jocuri de rol; psihogimnastică, tehnici din art terapie, basme cognitive.

Activități - recunoașterea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> □tehnici verbale de comunicare "Cinci degete", "Filmarea", "Notarea"; □tehnici non-verbale - "Vaza dispoziției"; "Coșul dispoziției"; „Colțul acordului – dezacordului”; "Scara dispoziției"; "Dispoziția în razele soarelui"; "Dispoziția meteo"
Activități - soluționarea unor situații problemă prin exteriorizarea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> □tehnici verbale de comunicare "Ochi la ochi" - „Într-un lanț”, "Asociații", "Dacă eu aș fi ..."; "Microfonul"; □jocuri sportive – "Vinătoare de comori"; "Stafeta cu saci" și altele
Activități - reglarea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> •basme cognitive - "Broscuța cea furioasă"; " Plănuța cea perseverentă" și altele
Activități - conștientizarea emoțiilor	<ul style="list-style-type: none"> □jocuri didactice - " Termometrul emoțiilor"; "Continuați enunțul"; "Mă simt"; " Interviuul poznaș"; "Nourii"; "Detectivul emoțiilor"

Fig. 1. Algoritm metodologic

Remarcăm, pentru o dezvoltare armonioasă a inteligenței emoționale am urmărit ca copiii să treacă prin patru etape: să recunoască emoțiile; să folosească emoțiile în rezolvarea problemelor; formarea abilităților de ași regla emoțiile și dezvoltarea conștientizării, adică înțelegerea cauzelor și repercusiunilor emoțiilor.

În urma aplicării algoritmului metodologic orientat spre dezvoltarea inteligenței emoționale am constatat o sporire a numărului de copii care au exteriorizat o stare psihoemoțională armonioasă cu 21,01% comparativ cu cele constatate anterior; în ceea ce privește reacția adecvată psihoemoțională s-a observat o sporire cu 40,78%; a sporit și încrederea copiilor în forțele proprii cu 18,5%. Astfel, rezultatele atestă faptul că copiii își gestionează mai eficient emoțiile.

O îmbunătățire a performanțelor, comparativ cu datele inițiale, s-a înregistrat și în ceea ce privește trăirile afective exteriorizate de copii, vizată de creșterea numărului de copii cu 22,2% care identifică, recunosc trăirilor afective, emoțiile și stările emoționale.

Prin urmare, pentru a asigura o dezvoltare a inteligenței emoționale optime la preșcolari, se vor aplica sistematic metode diversificate în contextul subiectului abordat. Dezvoltarea inteligenței emoționale facilitează comunicarea și relaționarea, sporește starea de bine și generală a sănătății, asigură o adaptabilitate mai bună la condițiile mediului natural și social.

BIBLIOGRAFIE

1. BAR-ON, R. *Emotional Quotient Inventory, TECHNICAL MANUAL* (A Measure of Emotional Intelligence). Toronto ON: Multi Health Systems, Inc., 1997. 216 p. ASIN: B001I2UK3G
2. CREȚU, T. *Psihologia vârștelor*. Iași: Polirom, 2008. 389 p. ISBN 978-973-46-1358-8
3. FODOR, Iu.D. *Inteligența emoțională și stilurile de conducere*. Iași: Editura Lumen, 2009. 152 p. ISBN 978-973-166-147-6
4. GOLEMAN, D. *Inteligența emoțională*. Traducere din engleză de I.-M. Nistor. Ed. A 4-a, reviz. București: Curtea Veche Publishing, 2018. 529 p. ISBN 978-606-44-0072-7
5. JELESCU R., JELESCU P. Valorificarea și exersarea experienței afective la copiii de vârstă preșcolară mare și școlară mică. //Institutul de Științe ale Educației. Universitatea Pedagogică de Stat Ion Creangă. Chișinău, 2004. 144 p. ISBN 997592137X
6. СФЕШНИКОВПА, Л.В. *Рефлексивные техники эмоционального состояния детей*. Волгоград: Учитель, 2012. 79 с. ШЫИТ 978-57057-4508-1/
7. ХИЖНЯК, О. В.; САВЧЕНКО, В.В.; ПИТЯКИНА Т. Ю. Развитие эмоционального интеллекта у дошкольников. *Молодой ученый*, 2019, № 5 (243), с. 205-207. <https://moluch.ru/archive/243/56257/> (vizat: 27.04.2022).