

IMPORTANȚA EMOȚIILOR ÎN CADRUL ACTIVITĂȚILOR EDUCAȚIONALE

*Aliona Ohrimenco (Boțan), conf. univ., dr.,
Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău*

THE IMPORTANCE OF EMOTIONS IN EDUCATIONAL ACTIVITIES

*Aliona Ohrimenco (Boțan), dr., univ. lecturer,
„Ion Creanga” State Pedagogical University of Chisinau,
ORCID: 0000-0001-6353-5529
ohrimenco.aliona@upsc.md*

CZU: 37:159.942

DOI: 10.46727/c.v2.24-25-03-2023.p206-210

Abstract. Today we are faced with conflicts that arise between children of different ages and in different circumstances: at school, in kindergarten, in the yard, at home. This is because children are not educated enough about managing their emotions. Psychologists claim that emotions can influence the management of effective communication, of conflict, but can also create positive and motivational situations of learning in the educational environment. The article reflects useful activities and tools for recognition and emotional regulation to children, in order to promote positive education and cultivate relationships of respect and adaptation to the needs of others.

Keywords: emotional competence, emotional regulation, useful tools for recognition and emotional regulation, positive education

În ultimele decenii, emoțiile au devenit parte integrantă a înțelegerii empirice a umanității. Cercetările actuale din diverse științe umanistice, dar și artistice denotă importanța emoțiilor în dezvoltarea personalității, fiind conectate cu rațiunea și gândirea rațională și identificate de către Pekrun R. ca o condiție prealabilă pentru „abilități cognitive de nivel înalt” [7].

În sens larg, Берман Н. Д. definește emoția ca un set de stări psihologice, care includ experiența subiectivă, reacția comportamentală expresivă și fiziologică, generalizată ca model psihologic al minții umane [2, p.12].

Înțelegerea științifică a influenței emoțiilor asupra gândirii și învățării a suferit o transformare semnificativă în ultimii ani. Iar revoluția neuroștiinței din ultimele două decenii a respins noțiunile timpurii, conform cărora emoțiile interferează cu învățarea. Dimpotrivă, s-a demonstrat că emoțiile și cunoașterea sunt furnizate de procese neuronale interdependente. Una dintre cele mai emoționante și fundamentale descoperiri ale neuroștiinței este descoperirea că emoțiile reglează sferele socioculturale și intelectuale ale vieții, ele folosesc aceleași neurosisteme care ne guvernează supraviețuirea într-un sens biologic de bază. Din punct de vedere neurobiologic, este imposibil să vă amintiți, să conectați gândurile sau să trageți concluzii semnificative fără a exprima emoții [3].

Astfel, sunt în continuă creștere cercetările ce denotă legătura dintre educație și emoție. De asemenea, studiile pun întrebări despre modul în care tehnologia, cultura și relațiile sociale modelează învățarea și despre felul cum profesorii pot citi și folosi emoțiile copiilor mai productiv în timp ce predau. Ivanisova O., Moreva V., Strelkina L. ș.a. relevă, în cadrul unui studiu, modul în care emoțiile structurează interacțiunea dintre profesori și elevi, demonstrând nevoia incontestabilă de a crea un mediu de învățare favorabil în instituțiile de învățământ [2, p.13]:

- discursul emoțional are consecințe asupra culturii de predare și învățare, aspecte ce vor contribui și la dezvoltarea profesională;
- emoțiile au un rol important în procesul de integrare și excluziune socială în rândul copiilor și al adolescenților, emoțiile arată o alienare complexă dintre dinamica socială și stresul emoțional;
- emoțiile au o influență puternică asupra învățării și performanței școlare (emoții asociate succesului și plăcerii de a învăța, mândria pentru rezultate excelente, anxietatea și rușinea asociate cu eșecul);
- cadrele didactice, oferind „sprijin emoțional și previzibil, consecvent și mediu sigur”, poate ajuta copiii să devină mai autonomi, motivați să învețe și dispuși să-și asume riscuri [2, p.13].

Aceasta înseamnă că educatorii trebuie să identifice modalități de a încorpora aspectele emoționale ale învățării în procesul educațional, pentru ca educația să aibă speranța de a motiva copiii, de a crea o înțelegere profundă sau de a preda cum să aplice abilitățile în viața reală, folosind toate componentele învățării semnificative. Acest lucru este necesar pentru creșterea unor adolescenți informați, empatici, etici și reflexivi.

Pentru oameni, managementul eficient al vieții cuprinde nu numai supraviețuirea fizică, ci și aspectele vieții sociale și intelectuale. Afară de emoțiile de bază, care contribuie la supraviețuire (frica, dezgustul), avem emoții sociale, cum ar fi curiozitatea de a explora și descoperi lucruri noi, admirația de a imita virtuțile altora, interesul, inspirația. De exemplu, un studiu (Zeki, Romaya, Benincasa, Atiyah, 2014) care utilizează imagistica prin rezonanță magnetică funcțională a constatat că atunci când matematicienii văd o ecuație frumoasă și elegant formulată, ei declanșează aceeași parte senzorială, emoțională a creierului care este activată atunci când percepem frumusețea. Această dovadă sugerează că educația pozitivă și constructivă ajută copiii să conecteze abilitățile algoritmice izolate la experiențe abstracte, emoționale, subiective și semnificative [3].

Chris Drew subliniază că emoțiile pot avea următoarele influențe asupra copilului:

Tabelul 1. Impactul emoțiilor asupra învățării [5]

<i>impact psihologic</i> - emoțiile în timpul învățării influențează sentimentele față de învățare și însuși procesul educațional. Emoțiile pozitive față de educație duc la un efort sporit și pot ajuta un copil să se implice mai mult în învățare;	<i>impact motivant</i> – rezultatele și sentimentele pozitive în urma învățării pot face copiii mai motivați;
<i>impact social</i> - copilul capătă experiențe pozitive în învățare, este mai probabil să își dezvolte dragostea de a învăța și să capete un impact social afectiv prin munca de grup în care desfășoară activitățile de învățare.	<i>impact cognitiv</i> – uneori emoțiile negative sunt necesare pentru a învăța concepte dificile.

Emoția intră în fiecare activitate a vieții, deci și a școlii în întreaga activitate de predare și învățare. Frica, dragostea, mânia, bucuria, simpatia, încrederea, entuziasmul și bunăvoința sunt câteva tipuri de emoții, pe care copilul le trăiește în instituția de educație timpurie și acasă (figura 1).

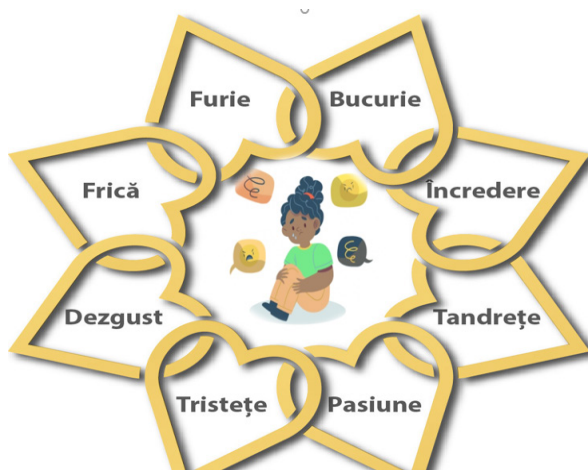


Fig. 1. Emoții care pot fi trăite de copil în activitățile de învățare

Teoria analizei tranzacționale a lui Eric Berne se bazează pe ideea că personalitatea individului are trei stări ale Eului: copil, părinte, adult. Iar când între aceste persoane are loc interacțiunea fie de la egal la egal, fie încrucișat (copil – părinte) se formează tranzacțiile. Aceste personalități pot influența comportamentul omului în viața de zi cu zi sau, fiind conștienți de aceste stări, putem coordona acțiunile noastre.

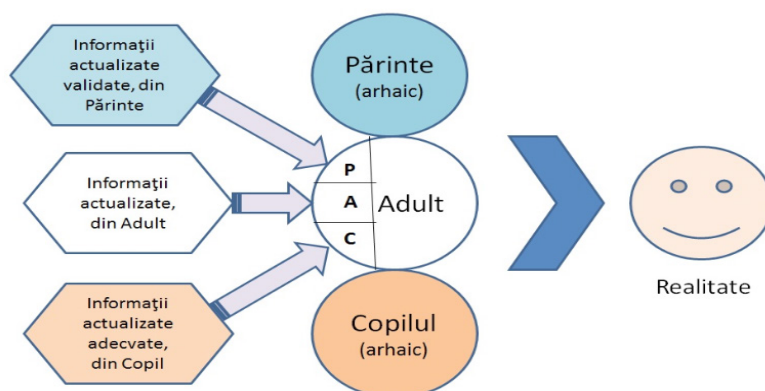


Fig. 2. Starea Eului după modelul Analiza tranzacțională [1]

Potrivit acestei teorii, în diverse activități educaționale, *cadrul didactic ar trebui să se regăsească în starea de adult, care are funcția de a negocia între cerințele copilului, prescripțiile părintelui și caracteristicile contextului, ca factor de echilibru pentru personalitate*. Starea de adult este o parte a psihicului responsabilă pentru procesul de gândire, colectare și analiza informațiilor, care rezolvă rațional problema reală. Adultul este regulatorul între părintele interior și copilul interior. [1]

După Пустохина Е. Ф., Никитина Н. Б., emoțiile în copilărie sunt de o importanță deosebită. *Emoțiile conectează copilul cu lumea exterioară, iar aceasta este prima formă de comunicare cu societatea*. Copilul află cunoștințe despre lumea obiectivă sub influența comunicării cu un adult prin emoții, gesturi, expresii faciale. Astfel, conștientizarea eului se formează în procesul de interacțiune activă cu lumea exterioară. Comunicarea dintre un copil și un adult contribuie la formarea încrederii de bază în lume și, de asemenea, deschide o lume a obiectelor – forme și lucruri care întruchipează experiența interacțiunii cu lumea fizică [4].

Prin urmare, anumite condiții emoționale sunt favorabile învățării. *Factorii afectivi din experiențele copilului influențează cantitatea și calitatea de învățare a acestuia. De la o vârstă fragedă, copiii sunt gata să învețe să-și înțeleagă propriile emoții și să empatizeze cu cele ale altora.*

Există multe lucruri care fac un cadru didactic atractiv și interesant, nu doar faptul că știe multe despre disciplina pe care o predă și că a ridicat gestionarea clasei la nivelul de artă. Dar și pentru că este capabil să își gestioneze propriile emoții și să înțeleagă mai bine emoțiile copiilor, să evidențieze întregul potențial în crearea unei atmosfere pozitive. Și când discipolii preiau aceste abilități, copiii:

- devin mai conștienți de personalitatea lor și de locul lor în lume;
- sporesc încrederea și stima de sine prin recunoașterea punctelor forte și a nevoilor lor;
- dezvoltă o mentalitate de creștere și îmbunătățire, crește motivația lor de a învăța;
- dezvoltă relații mai bune cu grupa de copii;
- participă mai activ la lecții și performanța lor academică se îmbunătățește;
- își măresc capacitatea de luare a deciziilor responsabile și de gândire reflexivă.

Pentru a promova educația emoțională, eforturile cadrului didactic ar trebui să se îndrepte către modul în care copiii pot învăța într-o atmosferă pozitivă [6]:

1. În activitatea educațională, s-a constatat că *laudele și recompensele* în urma unei activități duc la o învățare mai bună și performanță ridicată. Învățarea în sala de grupă poate fi facilitată dacă copilul exersează cu satisfacție și dacă succesul îi încununează eforturile;
2. Pentru a implica copiii cu adevărat în învățarea lor emoțională, nu este suficient să faceți orice activitate. Găsiți subiecte care inspiră și motivează: *lăsați copiii să reflecteze și să ia propriile decizii*, prin a le oferi oportunitatea de a se exprima liber și de a se simți parte activă a grupului;
3. Selectați mai multe imagini cu persoane sau personaje care exprimă diferite emoții și creați un dicționar de emoții. Acest dicționar poate deveni un material de referință sau o resursă la care să apelați ori de câte ori vă confrunți cu emoții. În plus, va da naștere la tot felul de reflecții de-a lungul anului: cum manifestăm fiecare emoție, ce gânduri ne provoacă, cum ne face să simțim, ce putem face atunci când simțim o emoție, cum putem exprima emoțiile sau cum să le detectăm în alții.
4. *Povestiți copiilor despre situații și personaje cu care pot empatiza.* Primul lucru de făcut este să cunoașteți interesele și preocupările copiilor Dvs. Odată ce v-ați dat seama, este timpul să creați resurse și conținut care să valorifice toată puterea povestirii. De exemplu, puteți spune o poveste folosind benzi desenate.
5. Formați obiceiuri cu *momente din rutina zilnică pentru ca copiii să se exprime despre emoțiile și sentimentele pe care le-au trăit.* Este o idee bună să alocați timp pentru conversații mai relaxate, în care se pot exprima liber.

Emoțiile sunt un factor important în dezvoltarea și creșterea personalității. Sarcina educatorului este de a gestiona procesul de învățare în așa fel, încât să fie creat un fond emoțional, evocând intenționat emoții și încurajând copiii la activitate cognitivă.

BIBLIOGRAFIE

1. STANCU I. *Starea eului: starea de adult*. 2014. Disponibil: <https://ioanastancu.ro/tag/eric-berne/> (vizitat 10.04.2023)
2. БЕРМАН Н. Д. Образование и эмоции: значение эмоций в нашей жизни и в обучении. *Russian Journal of Education and Psychology*. 2019, volum 10, № 4, с. 12-15
3. ИММОРДИНО-ЯНГ М. Х. *Эмоции, Обучение и Мозг: Изучение Педагогической Точки Зрения на Эмоциональную Нейробиологию*. [Электронный ресурс]. Disponibil: https://hugelephant.ru/2018/10/02/emotions_learning/ (vizitat 10.04.2023)
4. Пустохина Е. Ф., Никитина Н. Б., *Влияние эмоций на развитие ребенка дошкольного возраста*. Disponibil: <http://io.nios.ru/articles2/114/12/vliyanie-emociy-na-razvitie-rebenka-doshkolnogo-vozrasta> (vizitat 10.04.2023)
5. DREW CH. *What Is The Importance Of Emotions In Education & Learning ?* Disponibil: <https://helpfulprofessor.com/emotion-in-education/> (vizitat 10.04.2023)
6. MARTIN R. *Emotional education in the classroom: The key to knowing ourselves and reaching our potential*. Disponibil: <https://blog.genial.ly/en/emotional-education/> (vizitat 10.04.2023)
7. PEKRUN R. *International handbook of emotions in education*. New York: Taylor, 2014.