

RELAȚIONAREA SI INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ LA COPII

Prof.înv. preșcolar ODOROAGĂ ANI GEORGIANA
ȘCOALA GIMNAZIALĂ "C.D.ARICESCU"
CÂMPULUNG ARGEȘ

Așa cum este important pentru copil să meargă, să vorbească, să se joace la fel de important este să știe ce sunt emoțiile, să-și le recunoască, să știe să le exprime într-un mod adecvat.

Dar inteligență emoțională nu înseamnă doar recunoașterea și exprimarea propriilor emoții, ci și recunoașterea, respectarea emoțiilor celorlalți copii și adulți din jurul nostru. Inteligența emoțională înseamnă să înțelegem atât emoțiile proprii cât și pe ale celor din jurul nostru, să învățăm să ni le exprimăm. Inteligența emoțională îl ajută pe copil în dezvoltare și evoluția sa socială, în interacțiunea cu ceilalți, fie că sunt copii sau adulți. Recunoașterea, acceptarea, exprimarea, managerierea emoțiilor este importantă și pentru păstrarea unui echilibru psihic. Neexprimarea emoțiilor, trăirilor poate duce la apariția anxietății, a unor tensiuni intrapsihice care pot duce la stări de inconfort și chiar la boală atât la adulți cât și la copii. Tocmai, dată fiind sensibilitatea copiilor și faptul că ei acum învață să recunoască la sine și să identifice la ceilalți trăirile emoționale și comportamentele aferente acestora, modul de exprimare potrivit este important să ne aplecăm asupra copilului și să îl ajutăm. Exprimarea emoțiilor și comunicarea lor se poate face prin diverse modalități: verbal, non-verbal prin desene, pictura, modelaj, colaj, joc, povesti. Învățați copilul să își recunoască și exprime emoțiile, acest lucru îl va ajuta în dezvoltarea sa în specială pe plan social, relațional, dar și să fie în armonie cu sine, îl va ajuta să comunice, să aibă o imagine de sine pozitivă, să își dezvolte încrederea în sine. În grupurile organizate pentru copii care au ca tema dezvoltarea personală și/sau dezvoltarea inteligenței emoționale, a creativității, a învățării dezvoltării încrederii în sine, copilul are posibilitatea să interacționeze cu alți copii de aceeași vârstă sau de vârste apropiate, într-un cadru sigur și sub îndrumarea unui specialist, are ocazia prin jocuri și exerciții expresiv-creative să se dezvolte armonios, are posibilitatea să aplice și să dezvolte ceea ce dumneavoastră îl învățați, dar are și ocazia de a învăța lucruri noi care îl ajută în evoluția lui.

Prin jocuri cu grijă alese copiii vor învăța să colaboreze cu ceilalți, să își recunoască și exprime emoțiile, dar și să îi înțeleagă pe ceilalți copii, să relaționeze, să își dezvolte abilitatea de concentrare a atenției, vor fi stimulați să fie creativi în activitățile desfășurate în cadrul grupurilor.

Prin jocuri alese cu atenție, copiii își pot dezvolta mai ușor anumite abilități, într-un mod plăcut și stimulat.

Bibliografie: „Inteligența emoțională” - Daniel Goleman ed. Curtea Veche, 2008.