

INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ A ȘCOLARULUI MIC

Prof. înv. primar Postelnicu Alina

Școala Gimnazială „Gheorghe Diboș”- Structura Școala Primară Bălțița

Com. Mănești, Jud. Prahova

Studiile care s-au concentrat pe analizarea IQ-ului, spre exemplu cele realizate de Salovey și Mayer (vezi D. Goleman, 2007, p. 12-13), au arătat că acesta este responsabil numai pentru 20% din succesul pe care o persoană îl poate obține în carieră. Inteligența emoțională constituie un subiect interesant și de actualitate, deoarece s-a dovedit că aceasta face parte din cele 80 de procente rămase, ea contribuind la ascensiunea pe plan personal, social și profesional alături de alți factori care încă nu au fost descoperiți. Există numeroase cazuri de copii care se descurcau foarte bine la testele pe care le primeau la școală, însă, ajunși la maturitate, n-au reușit să realizeze foarte multe pe plan social și profesional sau care aveau un IQ ridicat, însă, din cauza unei inteligențe emoționale slab dezvoltate, nu reușeau să obțină la școală performanțele la care profesorii s-ar fi așteptat.

Dacă pentru IQ au fost create de-a lungul timpului instrumente capabile de măsurarea acestuia, așa cu sunt, de exemplu, scalele de inteligență Wechsler, „care evaluează atât abilitățile verbale, cât și pe cele nonverbale, inclusiv memoria, vocabularul, înțelegerea, rezolvarea problemelor, raționamentul abstract, percepția, prelucrarea informațiilor și abilitățile vizuale și motorii” (L. Shapiro, 2012, p. 28), atunci putem spune că EQ-ul (inteligenta emoțională) se află în inferioritate, aceasta neputând fi măsurată. Salovey și Mayer au dat următoarea definiție pentru inteligența emoțională: „un subset al inteligenței sociale care include capacitatea de a monitoriza sentimentele și emoțiile proprii și pe cele ale altora, de a face distincție între ele și de a folosi aceste informații ca ghid al gândirii și al acțiunilor”. (apud L. Shapiro, 2012, p. 29) Chiar dacă prin această definiție este subliniat rolul pe care inteligența emoțională îl are în viața unei persoane în ceea ce privește evoluția acesteia, este exprimat foarte clar faptul că aceasta nu înlocuiește IQ-ul, cele două inteligențe interacționând într-un mod dinamic atât la nivel conceptual, cât și în lumea reală. Ceea ce face diferența între IQ și EQ este faptul că EQ-ul are șansa de a avea o încărcătură genetică mult mai mică, astfel părinții și profesorii având posibilitatea de a-l ajuta pe școlar în ceea ce privește șansele lui de reușită cu ajutorul inteligenței emoționale. Atât acasă, cât și la școală ar trebui insistat pe dezvoltarea și valorificarea fiecărei componente a inteligenței emoționale, în acest fel șansele copilului de a obține performanțe crescând, nivelul până la care poate urca depinzând și de IQ și de potențialul său, deoarece acestea din urmă sunt înnașcute. Chiar dacă această temă pune accentul pe importanța inteligenței emoționale, nu trebuie să neglijăm nici IQ-ul, cele două nefiind opuse, ci mai degrabă complementare, împreună contribuind la îmbunătățirea abilităților și valorificarea acestora în diferite situații din viață. Nivelul la care ar trebui să fie IQ-ul pentru a discuta despre beneficiile EQ-ului trebuie să fie cel puțin unul modest, lucru susținut și de Steven Stein (2003, p. 27).

Daniel Goleman (2007, p. 290) afirmă 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.” Prin urmare, perioada școlară mică constituie o etapă foarte importantă în care copilul, prin susținerea cadrului didactic și a părinților, poate învăța ce înseamnă autocontrolul emoțional și valorificarea inteligenței emoționale, lucruri ce vor reprezenta un fundament pentru rezultatele pozitive pe care le-ar putea obține în viața de adult.

Inteligența emoțională reprezintă un element esențial pentru a face față cerințelor zilelor noastre. „În timp ce emoțiile aveau un rol adaptativ pentru strămoșii noștri primitivi, viața industrială modernă ne-a creat provocări emoționale pe care natura nu le-a anticipat.” (L. Shapiro, 2012, p. 10) Astfel, suntem nevoiți să completăm lacunele pe care natura le are, să îi învățăm pe copii să se adapteze, să își controleze emoțiile pentru a obține rezultatele dorite pe tot parcursul vieții. Studiile de specialitate au demonstrat faptul că emoțiile „iau forma anumitor substanțe biochimice pe care le produce creierul și la care reacționează apoi corpul”. (L. Shapiro, 2012, p. 12) Pentru a ajunge să afirmăm că un copil deține autocontrolul emoțional, atât cadrul didactic, cât și părinții ar trebui să găsească acele metode prin care să îl ajute să își modifice această biochimie a emoțiilor. Cei ce se ocupă de educația copilului trebuie să conștientizeze existența ansamblului de elemente care formează inteligența emoțională și să trateze cu seriozitate fiecare componentă în parte, copilul atingându-și potențialul maxim prin stăpânirea de sine.

Daniel Goleman amintește în lucrarea sa despre definiția pe care Salovey a dat-o inteligenței emoționale. El a inclus în această definiție inteligențele personale ale lui Gardner, introducând componentele inteligenței emoționale în cinci domenii principale (D. Goleman, 2007, p. 73):

- Conoașterea emoțiilor personale
- Gestionarea emoțiilor
- Motivarea de sine
- Recunoașterea emoțiilor în ceilalți
- Manevrarea relațiilor

Așa cum putem afirma că fiecare persoană este diferită, diferența între oameni apare și în ceea ce privește capacitățile încadrate în fiecare domeniu de mai sus. O persoană își poate gestiona foarte bine emoțiile, își poate controla foarte bine impulsurile astfel încât în situațiile în care se află să nu fie afectată de reacțiile necontrolate, însă atunci când vine vorba de abilitățile sociale, de capacitatea de a stabili cu ușurință relații cu persoanele din jur nu se află la un nivel prea bun. Cu toate acestea, „lipsurile la nivelul capacităților emoționale pot fi remediate”. (D. Goleman, 2007, p. 74) Trebuie să conștientizăm doar strânsa relație care există între aceste componente pentru dezvoltarea și valorificarea inteligenței emoționale și să ne străduim încă din perioada copilăriei să aducem fiecare componentă a inteligenței emoționale la potențialul maxim de dezvoltare.

Stima de sine poate fi definită ca „trăsătură de personalitate în raport cu valoarea pe care un individ o atribuie persoanei sale.” (R. Doron, F. Parot, 2006, p. 745) Conform specialiștilor, aceasta mai poate fi definită și ca un raport dintre trebuințele satisfăcute și ansamblul celor resimțite. Cu cât trebuințele unui individ sunt satisfăcute într-un număr mai mare, cu atât nivelul stimei de sine va fi mai ridicat. Stima de sine reprezintă unul din factorii care contribuie la dezvoltarea inteligenței emoționale, această componentă fiind strâns legată de un concept propus de Albert Bandura, respectiv „conștientizarea propriilor capacități”, adică „ceea ce crede un individ despre capacitatea sa de a se descurca într-un anumit domeniu”. (apud R. Harwood, S. A. Miller, R. Vasta, 2010, p. 423) Stima de sine reprezintă raportul pe care fiecare îl are cu el însuși și este „esențială pentru o adaptabilitate sănătoasă a individului, adică pentru funcționarea lui optimă și împlinirea de sine (pentru autoactualizare)”. (G. Albu, 2002, p. 77) Pentru a vedea

dacă avem o stimă de sine ridicată, trebuie să ne raportăm la nivelul pe care l-am atins în ceea ce privește următoarele două aspecte: încrederea în capacitatea proprie de a gândi, de a acționa, de a depăși provocările vieții și încrederea în dreptul și în posibilitatea noastră de a reuși, „sentimentul că suntem îndreptățiți să ne afirmăm trebuințele și dorințele, să ne împlinim valorile și să ne bucurăm de rezultatele eforturilor noastre” (G. Albu, 2002, p. 78) Cu toate acestea, chiar dacă la un moment dat atingem cele două laturi ale stimei de sine, nu putem afirma că aceasta rămâne toată viața la nivelul ridicat pe care îl deținem într-un anumit moment. Chiar dacă putem ajuta copilul din acest punct de vedere, nivelul stimei de sine nu se fixează în copilărie pentru toate celelalte etape de vârstă. Nivelul stimei de sine trebuie menținut permanent pentru că așa cum există posibilitatea de a se ridica, există și posibilitatea de a se deteriora. Pentru a nu ajunge la ultima situație menționată, este nevoie ca stima de sine să fie permanent hrănită.

„Stresul reprezintă o dimensiune psihologică a lumii contemporane, în continuă expansiune având implicații biologice multiple certificate de includerea lui între factorii de risc în patogeneza.” (I. D. Fodor, 2009, p. 79) Chiar dacă stresul, într-o mică măsură, este considerat a fi necesar pentru a supraviețui, depășirea acestei măsuri poate afecta atât sănătatea, cât și șansele de reușită la orice vârstă. Patrick Légeron (2003, p. 302) afirmă că „stresul este intim legat de stările noastre emoționale și este deci important să învățăm să gestionăm mai bine aceste stări pentru a ne controla mai eficient reacția de stres”. Este util să învățăm sau să fim învățați chiar din perioada copilăriei să deținem un autocontrol emoțional, să ne gestionăm corespunzător emoțiile și să devenim toleranți la stres pentru a face față cerințelor societății actuale.

Controlul impulsurilor se referă la capacitatea de a conștientiza propria viață emoțională cu toate pornirile spontane pe care aceasta le manifestă și de a le respinge în momentul în care acestea ne împiedică să ne atingem obiectivele, păstrându-le doar pe cele care ne sprijină în acest sens. A-ți controla impulsurile înseamnă a înțelege necesitatea autoreglajului caracterial și a pune în practică acest lucru, diferențiindu-te astfel de ființele ce manifestă reacții primitive și necontrolate. Referitor la școlarul mic, acesta trebuie învățat să își controleze impulsurile nu numai pentru a obține rezultate școlare bune sau integrarea în diferite grupuri, ci și pentru a nu se întâmpla ca în perioada adultă să aibă reacții violente. El trebuie să învețe de la cele mai mici vârste că autocontrolul este cheia succesului și că reacțiile de moment, necontrolate, ar trebui evitate. În acest fel, ar putea fi evitate reacțiile de violență datorate unui blocaj în trafic, violența domestică sau alte manifestări agresive.

„Optimismul, ca și speranța, înseamnă un orizont de așteptare conform căruia, în general, lucrurile se rezolvă până la urmă în viață, în ciuda obstacolelor și frustrărilor.” (D. Goleman, 2007, p. 127) Raportându-ne la inteligența emoțională, optimismul reprezintă acea atitudine care îi ajută pe oameni să nu cadă în depresie atunci când au parte de momente mai grele. Fiind opusul pesimismului, optimismul reprezintă „capacitatea de a privi partea frumoasă a vieții și de a menține o atitudine pozitivă chiar și în ciuda unor adversități” (S. Stein, 2003, p. 218) Optimismul presupune abordarea vieții într-o manieră pozitivă, plină de speranță. Chiar și în caz de înfrângere, „optimiștii opun rezistență neajutorării. Ei nu devin cu ușurință depresivi când suferă un eșec.” (M. Seligman, 2004, p. 155) Optimiștii sunt convinși că următoarea încercare va fi finalizată cu succes. Cu toate acestea, pentru buna funcționare a lucrurilor, trebuie ca optimismul să fie unul realist, să fie pe măsura șanselor reale de reușită. În caz contrar, optimismul bazat pe aspecte imaginare ar putea conduce la rezultate dezastruoase.

Sociabilitatea reprezintă „calitatea individului care apreciază, caută și leagă cu ușurință contacte sociale.” (R. Doron, F. Parot, 2006, p. 729) A fi sociabil înseamnă a te integra într-un grup social și a te adapta cerințelor și situațiilor apărute prin prisma integrării în grupul respectiv, toate acestea fiind realizate fără efort, fără un consum psihic substanțial. Fiecare copil își dorește

să se integreze cu ușurință și să facă o impresie bună, să stabilească relații sociale și să se evidențieze printre ceilalți membri. Pentru a nu întâmpina obstacole, fiecare școlar trebuie să fie învățat și ajutat să se desprindă de anxietatea socială.

Există mulți copii cu rezultate destul de slabe la învățătură, însă care dețin abilități sociale, astfel nefiind respinși de grupurile sociale existente, dar există și copii destul de isteți, dar nesociabili, care au parte de respingeri din această cauză. De aici, putem conchide că la vârsta școlară mică, majoritatea copiilor preferă să își petreacă timpul cu copii slabi la învățătură, dar sociabili, mai mult decât cu cei cu rezultate bune la școală, dar retrași din punct de vedere social. Pe cei din urmă îi percep ca fiind „ciudați” și din această cauză consideră că este mai bine să îi evite. În plus, se întâmplă extrem de rar ca un copil foarte timid să poată obține performanțe chiar dacă potențial există. Din cauza timidității excesive, el nu se poate afirma și nu poate evolua, dezvoltarea lui stăgându-se în momentul în care cunoașterea se va intersecta cu necesitatea unor interacțiuni sociale. Putem lua exemplul copiilor care sunt conștiincioși, își fac temele, reușesc să obțină un punctaj ridicat la un test individual, însă când sunt puși să realizeze o sarcină colectivă, să lucreze în echipă, nu se mai pot concentra iar în situația aceea cunoștințele deținute de el par a fi „dispărute”. Pentru a nu întâmpina situații neplăcute, toți copiii ar trebui susținuți pentru dezvoltarea abilităților sociale, iar pentru aceasta, trebuie să ținem cont de faptul că bazele sociabilității ar trebui fixate din perioada copilăriei, înainte de începutul școlarității, recomandat fiind ca acest lucru să se întâmple din primul an de viață. Chiar dacă putem rețușa anumite aspecte în perioada adultă, nu vom putea obține niciodată performanță în acest domeniu dacă nu suntem sprijiniți în acest sens din copilărie. În ceea ce privește respingerea din partea altor copii, astfel de amintiri neplăcute ar putea lăsa amprente adânci asupra personalității copilului aflat în formare, efectele fiind unele dezastruoase.

Afectivitatea sau stările afective se referă la trăirile „care exprimă gradul de concordanță sau neconcordanță dintre un obiect sau o situație și tendințele noastre” (A. Cosmovici, 2005, p. 219), afectele neputând fi despărțite de trebuințele, interesele și aspirațiile noastre. Stările afective reflectă în fiecare moment rezultatele comportamentului nostru în raport cu impulsurile și dorințele noastre. În același timp, ele constituie și stimuli sau impulsuri spre anumite reacții, manifestări, acțiuni.

Asupra afectivității copilului își pun amprenta atât activitățile de predare-învățare-evaluare, cât și relațiile care se dezvoltă în clasă atât cu elevii, cât și cu profesorul, dezvoltându-se atât sentimentele și emoțiile intelectuale, cât și cele morale și estetice. Profesorul trebuie să înțeleagă necesitatea organizării pe grupe sau perechi a colectivului de elevi și să renunțe la activitățile exclusiv frontale. Cu toate acestea, nu doar școala joacă un rol important în dezvoltarea afectivității copilului, familia fiind mediul în care iau naștere primele procese afective, între cele două existând un scop comun, educația copilului. Familia este caracterizată prin relații interpersonale foarte sensibile, lucru datorat caracterului lor intim. Este locul în care copilul se dezvoltă din punct de vedere intelectual și moral, în care se pregătește pentru momentul integrării în societate. Copilului îi este dezvoltată sensibilitatea, fiind învățat să-i înțeleagă și să îi aprecieze pe ceilalți, adică să își însușească valorile morale, etice și intelectuale.

Empatia reprezintă capacitatea de a intui ceea ce se petrece în interiorul persoanei cu care interacționăm, însă diferențiindu-ne totuși de celălalt pentru că altfel ar fi vorba de identificare. C. Rogers consideră că „empatia constă în sesizarea cu cât mai multă exactitate cu puțință a referințelor interne și a comportamentelor emoționale ale unei alte persoane și în a le înțelege ca și cum ai fi această altă persoană”. (apud R. Doron, F. Parot, 2006, p. 284) Este important să îi învățăm pe copii să fie empatici, deoarece această calitate conduce la diminuarea agresivității și la manifestarea unor comportamente pozitive față de societate, cum ar fi ajutorarea și împărtășirea. Copiii care dau dovadă de empatie sunt preferații grupurilor din care fac parte, sunt

simpatizați atât de cei de vârsta lor, cât și de adulți. Pe lângă aceste rezultate pozitive obținute pe plan social, copiii empatici au parte și de rezultate școlare remarcabile, iar în perioada adultă, acest succes școlar va constitui bazele construirii succesului profesional.

Acceptarea existenței unei inteligențe emoționale și integrarea acestui concept în domeniul științific se datorează într-o mare măsură lui J. D. Mayer și P. Salovey, cei care, împreună cu David Caruso, consultant în afaceri, au formulat o teorie ce a fost demonstrată, oferind astfel credibilitate acestei abilități descoperite. În prezent, în statele dezvoltate, programele ce vizează educația socială și profesională sunt întâlnite din ce în ce mai des în școli. Acest lucru se datorează necesității de a preveni violența, agresivitatea sau alte comportamente indezirabile manifestate de copii sau adolescenți. Pe lângă educarea caracterului, astfel de programe au ca scop și îmbunătățirea climatului din școlile respective, dar și creșterea performanțelor academice, lucruri ce au fost dovedite. Ajutând copiii să își îmbunătățească încrederea în sine și să își stăpânească emoțiile, să le transforme în ceva constructiv, aceștia vor prezenta nu doar o schimbare pozitivă din punct de vedere comportamental, ci și îmbunătățirea performanțelor academice, apreciate prin note sau calificative.

Unul dintre obiectivele pe care părinții ar trebui să le urmărească pentru copilul lor în școala primară și pentru care inteligența emoțională joacă un rol important este reprezentat de integrarea în colectivitate. Interesul părinților pentru acest aspect ar trebui susținut și de profesor prin facilitarea integrării fiecărui copil în colectivul de elevi, atenția fiind necesară în special în cazul elevilor cu dificultăți de adaptare la grupurile sociale. Chiar dacă este detul de greu ca întreaga clasă să fie un grup unit, trebuie să ne asigurăm că fiecare copil face parte dintr-un grup din interiorul clasei respective.

A face parte dintr-un grup este o chestiune pe care copiii chiar o iau în serios și pentru ca niciun copil să nu fie respins, profesorul trebuie să identifice grupul potrivit în care îl poate ajuta pe un anumit copil să se integreze, grupul cu care are cele mai multe lucruri în comun. „Inițial structura grupului este mult mai importantă decât funcția lui.” (L. Shapiro, 2012, p. 229) De multe ori, copiii discută în secret și decid cine poate fi admis și cine nu în grupul lor și cine este potrivit pentru a prelua funcția de conducere a grupului, adică de a fi un fel de președinte al grupului, lucruri pe care ei le imită din comportamentul observat la adulții din jurul lor și la preocupările acestora.

Sentimentul de a fi respins de membrii unui grup de copii cu vârste apropiate este considerat a fi unul foarte dureros. Atunci când adolescenții sau adulții sunt întrebați dacă au avut sau nu o copilărie fericită, „acceptarea sau respingerea manifestate de ceilalți se numără printre factorii hotărâtori cel mai des invocați”. (L. Shapiro, 2012, p. 231)

Atunci când un copil întâmpină dificultăți în a se integra în colectivitate, el nu trebuie ajutat de adult, părinte sau profesor, printr-o atitudine de tipul „tu și cu mine împotriva lumii întregi” (L. Shapiro, 2012, p. 233). Chiar dacă pentru părinți o astfel de atitudine ar decurge din instinctul de a-și proteja copilul, este important pentru copilul respectiv să nu accepte această înfrângere și să transforme eșecul social, prin exercițiu, într-un succes. Acest lucru se poate întâmpla dacă este ajutat să dobândească acele abilități specifice inteligenței emoționale, abilități necesare pentru a se integra cu succes în colectivitate.

Societatea contemporană pune un puternic accent pe aptitudinile creative, lucru datorat faptului că dezvoltarea științifică și tehnică solicită foarte mult creativitatea umană. Prin urmare, ne este util să cunoaștem factorii care influențează activitatea creatoare și metodele prin care putem stimula creativitatea indivizilor, în special a celor aflați în perioada copilăriei, în acest fel punându-se bazele solide pe care aceștia se pot sprijini întreaga viață.

Toți factorii ce țin de dezvoltarea cognitivă au o importanță destul de mare pentru obținerea produsului final, însă nu trebuie să ne limităm exclusiv la gândirea divergentă și la imaginația creatoare, ci trebuie să luăm în considerare și factorii nonintelectuali precum motivația și creativitatea. Marian Bejat amintește în „Creativitatea în știință, tehnică și învățământ” despre o serie de cercetări care au scos în evidență trăsăturile persoanelor creative, cele care au fost comparate în studiile respective cu persoane mai puțin creative. Rezultatele cercetărilor ar arătat că „persoanele creative se disting mai ales prin încredere în forțele proprii, tendința de dominare, capacitate introspectivă și tărie de caracter, printr-o puternică motivație intrinsecă și inițiativă, prin independență și nonconformism, printr-o relativă nepreocupare față de părerile altora, de lipsă de interes al acțiunilor întreprinse”. (M. Bejat, 1981, p. 23) Luând în considerare aceste trăsături și componentele inteligenței emoționale prezentate anterior, putem spune că persoanele cu abilitățile creative dezvoltate dețin un autocontrol emoțional foarte bun, un nivel al inteligenței emoționale ridicat. Prin acestea, este dovedit faptul că inteligența emoțională are o contribuție importantă la dezvoltarea creativității, pentru aceasta, la fel ca și pentru multe alte domenii, nu este de ajuns inteligența cognitivă, cea care în multe cazuri este aproape irelevantă.

Literatura de specialitate analizează o serie de factori care contribuie la creșterea șanselor de reușită școlară. Este evident faptul că acele capacități intelectuale deținute de elev au un rol deosebit de important pentru atingerea acestui obiectiv, însă nu trebuie neglijați nici factorii nonintelectuali, cei care, în majoritatea cazurilor, se dovedesc a fi mult mai utili. Studiile au arătat că acei copii cu o inteligență emoțională ridicată și cu un potențial intelectual destul de scăzut pot obține rezultate la fel de bune sau chiar mai bune decât cei cu un IQ ridicat, dar care nu este completat și de inteligența emoțională.

Dezvoltarea și valorificarea inteligenței emoționale în clasele primare constituie bazele construirii succesului social și profesional din viața de adult, evident dacă această latură a persoanei respective este menținută activ pe tot parcursul anilor. Școala nu trebuie să se axeze numai pe transmiterea unui volum mare de cunoștințe pentru că, dacă nu acordă importanță și altor aspecte, aceste cunoștințe nu îi vor folosi elevului la nimic. Ele îi vor aparține, însă fără a deține și abilități emoționale, nu le poate valorifica pentru a se bucura de succes pe plan social și profesional. Școala din zilele noastre ar trebui să se întoarcă dintr-un anumit punct de vedere la ceea ce promova învățământul în trecut, adică o revenire la rolul clasic al învățământului, acela de a-i învăța pe copii lecții esențiale ale vieții. Mai exact, profesorii ar trebui să folosească ocaziile ivite la ore și în afara acestora pentru a-i ajuta pe elevi în momentele de criză personală, dându-le șansa de a-și forma competențe emoționale.

Motivul principal pentru care ar trebui să valorificăm inteligența emoțională încă din copilărie, în special la școlarul mic, atunci când cel puțin performanțele academice sunt măsurate, este legată de „interpretarea unor date care sugerează că IQ-ul ar explica aproximativ 20% din succesul în carieră”. (D. Goleman, 2007, p. 12) Luând în considerare această estimare, proporția în care IQ-ul influențează șansele de reușită în plan profesional demonstrează că un procent destul de mare aparține altor factori. Nu putem afirma că 80 de procente aparțin inteligenței emoționale pentru că situația materială și educația familiei de proveniență, norocul și mulți alți factori au și ei o contribuție. Putem spune doar că inteligența emoțională nu ar trebui neglijată, studiile de specialitate demonstrând că dezvoltarea acesteia îl ajută pe cel ce o posedă să se dezvolte și să își atingă potențialul maxim pe cele trei planuri, personal, social și profesional.

BIBLIOGRAFIE

1. Albu, Gabriel, *În căutarea educației autentice*, Editura Polirom, Iași, 2002
2. Bejat, Marian, *Creativitatea în știință, tehnică și învățământ*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1981
3. Cosmovici, Andrei, *Psihologie generală*, Editura Polirom, Iași, 2005
4. Doron, Roland, Parot, Françoise, *Dicționar de psihologie*, Editura Humanitas, București, 2006
5. Fodor, Iulia Daniela, *Inteligența emoțională și stilurile de conducere*, Editura Lumen, Iași, 2009
6. Goleman, Daniel, *Inteligența emoțională*, Editura Curtea Veche, București, 2007
7. Harwood, Robin, Miller, Scott A., Vasta, Ross, *Psihologia copilului*, Polirom, Iași, 2010
8. Légeron, Patrick, *Cum să ne apărăm de stres*, Editura Trei, București, 2003
9. Seligman, Martin, *Optimismul se învață*, Editura Humanitas, București, 2004
10. Shapiro, Lawrence E., *Inteligența emoțională a copiilor*, Editura Polirom, Iași, 2012
11. Stein, Steven, *Forța inteligenței emoționale*, Editura Allfa, București, 2003