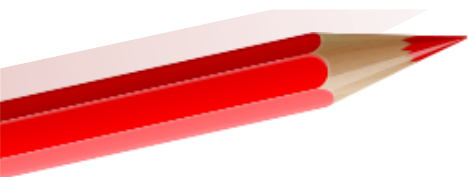




Introducere în învățarea socială și emoțională (SEL)



Educarea minții fără educarea inimii nu este deloc educație

Aristotel



Material furnizat în cadrul proiectului EduCardia Erasmus+.

Proiect Erasmus+ nr.: 2021-1-EL01-KA220-SCH-000032806

Evaluarea și îmbunătățirea competențelor socio-emoționale ale elevilor cu ajutorul unui set de instrumente digitale inteligente și a unor activități educaționale specifice aplicate în sălile de clasă fizice și online.

<https://educardia.eu/>



UNIVERSITAT DE
BARCELONA




"Ștefan cel Mare"
University
of Suceava



CYPRUS PEDAGOGICAL
INSTITUTE



Structura cursului de formare a profesorilor

Sesiunea	Nume	Durata
1	Introducere în învățarea socială și emoțională (SEL)	90 de minute 
2	Rezultatele cercetării și competențele-cheie europene (accent pe impactul pozitiv al SEL)	15 minute
3	Modelul EmoSocio (Emo, Socio, CEI)	45 de minute
4	Modelul EmoSocio adaptat la grupuri țintă specifice	1 oră (20 de minute pentru fiecare grupă de vârstă)
5	Atelier de lucru: Evaluarea competențelor socio-emoționale ale cadrelor didactice prin utilizarea EmoSociogramelor	2 ore
6	Metodologia de evaluare EduCardia	1 oră



Structura cursului de formare a profesorilor

Sesiunea	Nume	Durata
1	Atelier de lucru: Utilizarea instrumentelor EduCardia (EmoSociograme și Platforma de activități SEL)	90 de minute
2	Dezvoltarea competențelor profesionale ale cadrelor didactice (ascultare activă, atitudine observațională)	1 oră
3	Program de formare a competențelor emoționale pentru elevi cu exemple de activități SEL.	4 ore



1. Introducere în învățarea socială și emoțională (SEL)



- 1.1. Ce sunt emoțiile?
- 1.2. Cum se activează acestea?
 - 1.2.1. Răspunsul emoțional
 - 1.2.2. Cum poate educația emoțională să moduleze componentele acestora?
- 1.3. Emoții, sentimente și fenomene afective
- 1.4. Funcțiile emoțiilor
- 1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal
 - 1.5.1. Emoțiile sunt pozitive sau negative? Ce înseamnă?
- 1.6. Vocabularul emoțional
- 1.7. Competența emoțională
- 1.8. Care este rolul educației emoționale?



1.8.1. Care este obiectivul principal al educației emoționale?

1.8.2. Care este rolul familiilor?

Licențiere în termenii CC BY-NC-SA. Material furnizat de EduCardia Erasmus+ Consorțiu proiectului (2021-1-EL01-KA220-SCH-000032806)

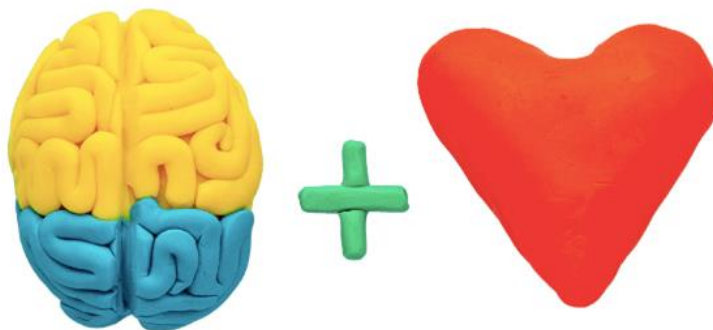


1.1. Care sunt emoțiile?

Simțim emoții tot timpul, de aceea le considerăm o parte atât de importantă a vieții umane, dar...

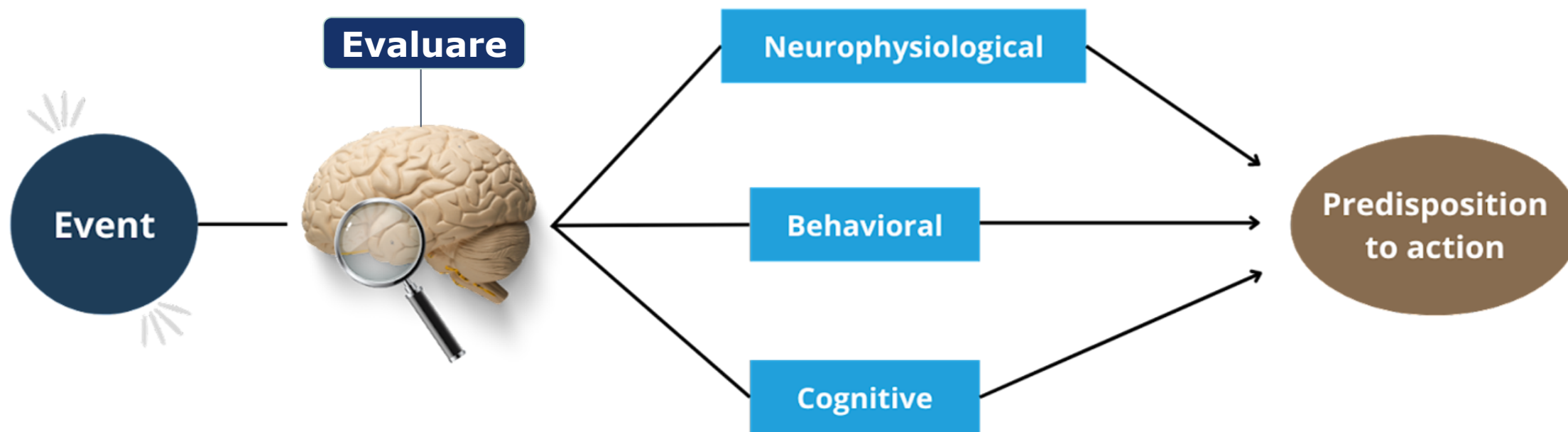
Ce este o emoție?

"O emoție este o **stare complexă a organismului** caracterizată printr-o excitație sau tulburare care **predispune la acțiune**" (Bisquerra, 2009).



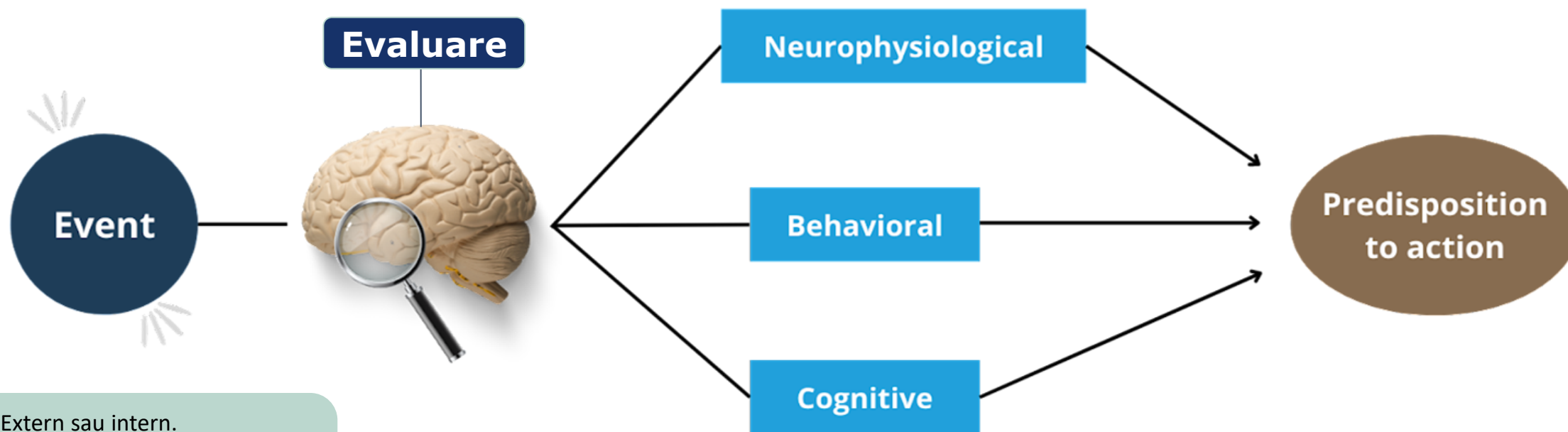
1.2. Cum se activează acestea?

Răspunsul emoțional (Bisquerra, 2009)



1.2. Cum se activează acestea?

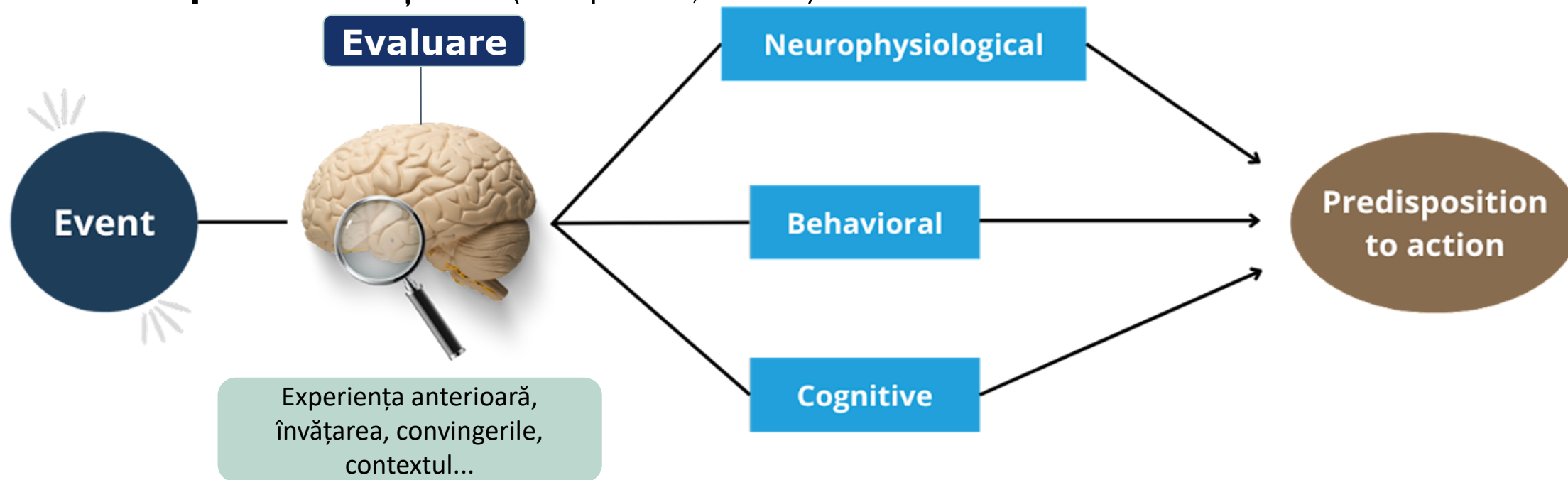
Răspunsul emoțional (Bisquerra, 2009)



- Extern sau intern.
- Actual, trecut sau viitor.
- Real sau imaginar.
- Conștient sau inconștient.

1.2. Cum se activează acestea?

Răspunsul emoțional (Bisquerra, 2009)



Cum îmi afectează supraviețuirea?
Cum îmi afectează starea de bine?

Sunt în măsură să fac față acestei situații?

Evaluare automată sau primară (Arnold, 1960)

Licențiere în termenii CC BY-NC-SA, Material furnizat de EduCardia Erasmus+.

Consortiul proiectului (2021-1-EL01-KA220-SCH-000032806)

Evaluare cognitivă sau secundară (Lazarus, 1991)



1.2. Cum se activează acestea?



"Nu suntem afectați de ceea ce ni se întâmplă,
ci **de ceea ce ne spunem despre ceea ce ni se
întâmplă.**"

Epictetus

1.2. Cum se activează acestea?

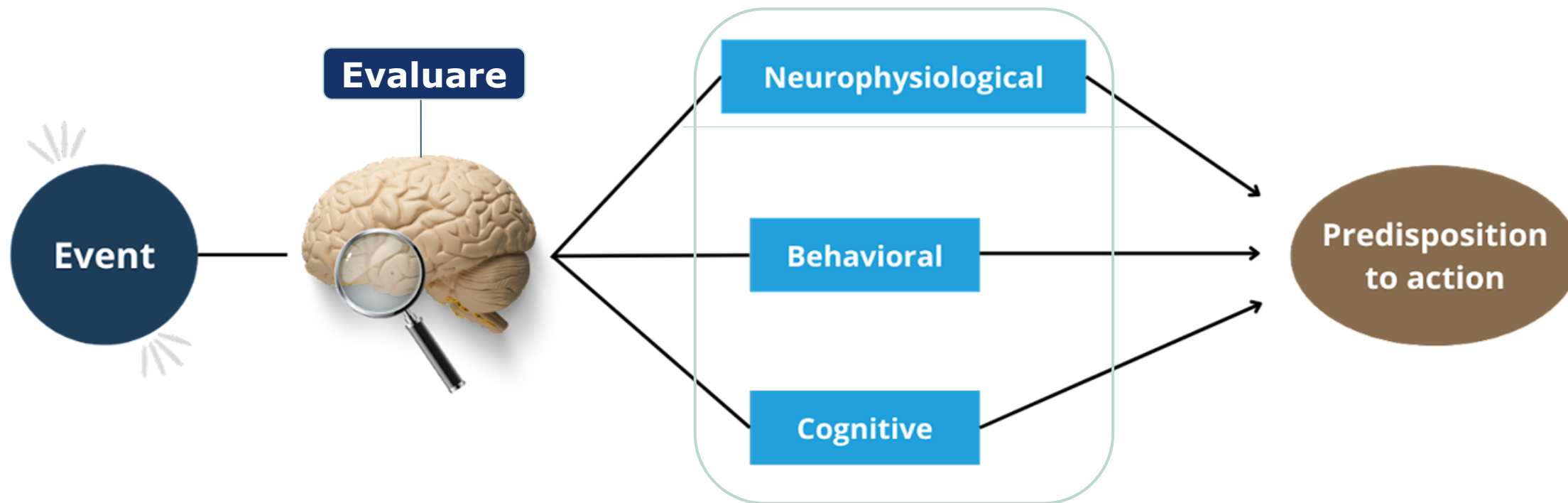


Imaginați-vă
aici



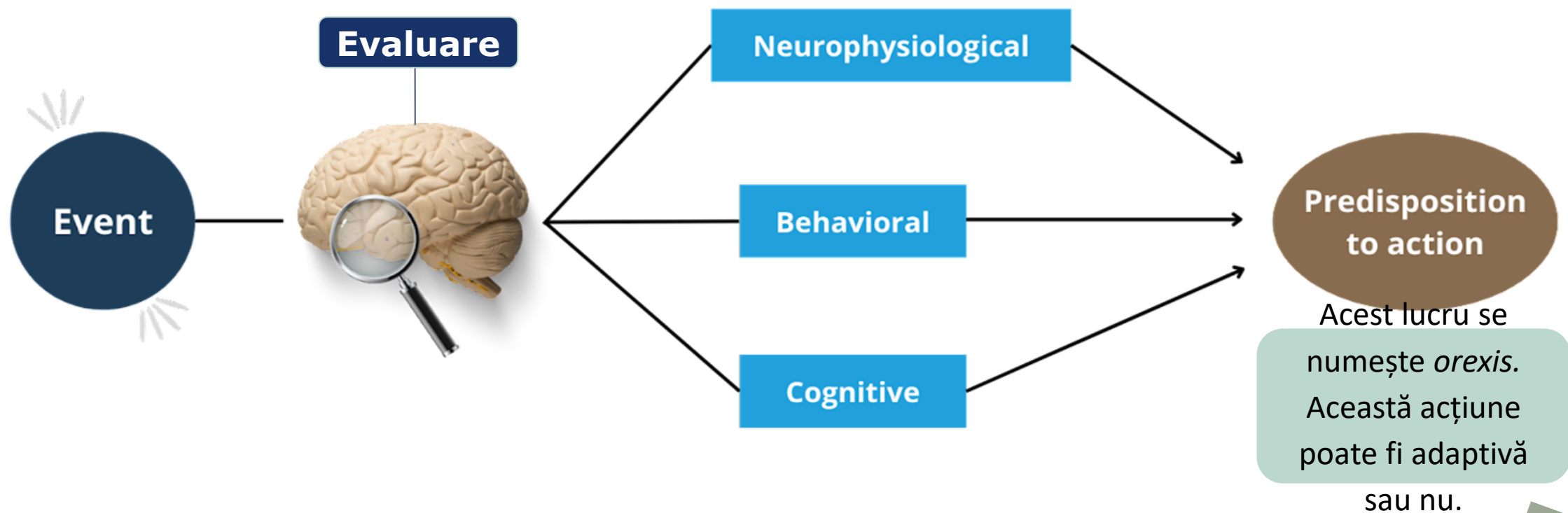
1.2. Cum se activează acestea?

Răspunsul emoțional (Bisquerra, 2009)



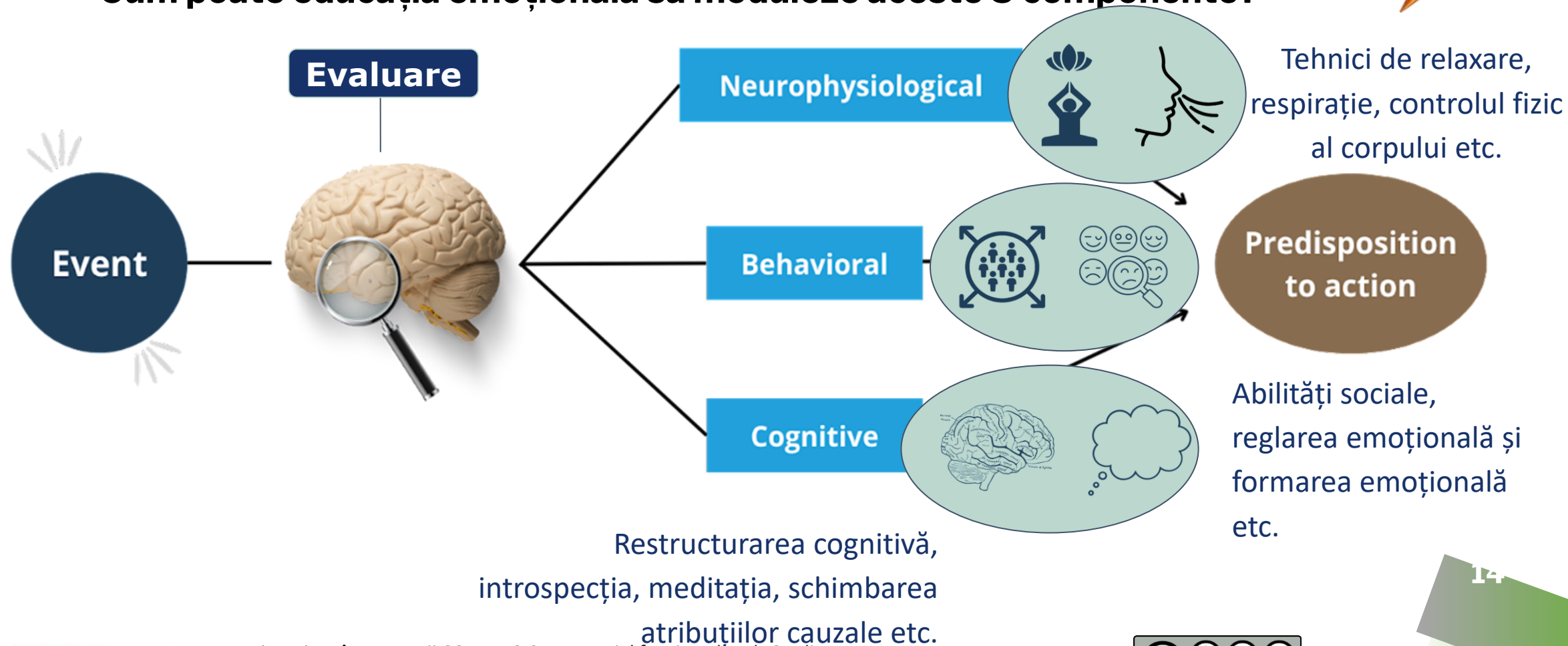
1.2. Cum se activează acestea?

Răspunsul emoțional (Bisquerra, 2009)



1.2. Cum se activează acestea?

Cum poate educația emoțională să moduleze aceste 5 componente?



1.3. Emoții, sentimente și fenomene afective



Stări de spirit sau stări emoționale

Mai puțin intense, mai vagi sau mai imprecise decât emoțiile. Adesea nu au un declanșator contextual imediat. Nu au o motivație clară (descrise în termeni generali).

Emoții

Durata. Când este prelungită, vorbim de alte fenomene afective.

Care crezi că sunt cele care sunt mai scurte sau mai lungi?

Trăsături de personalitate

Trăsături asociate cu stările emoționale care caracterizează comportamentul obișnuit al unei persoane.

Sentimente

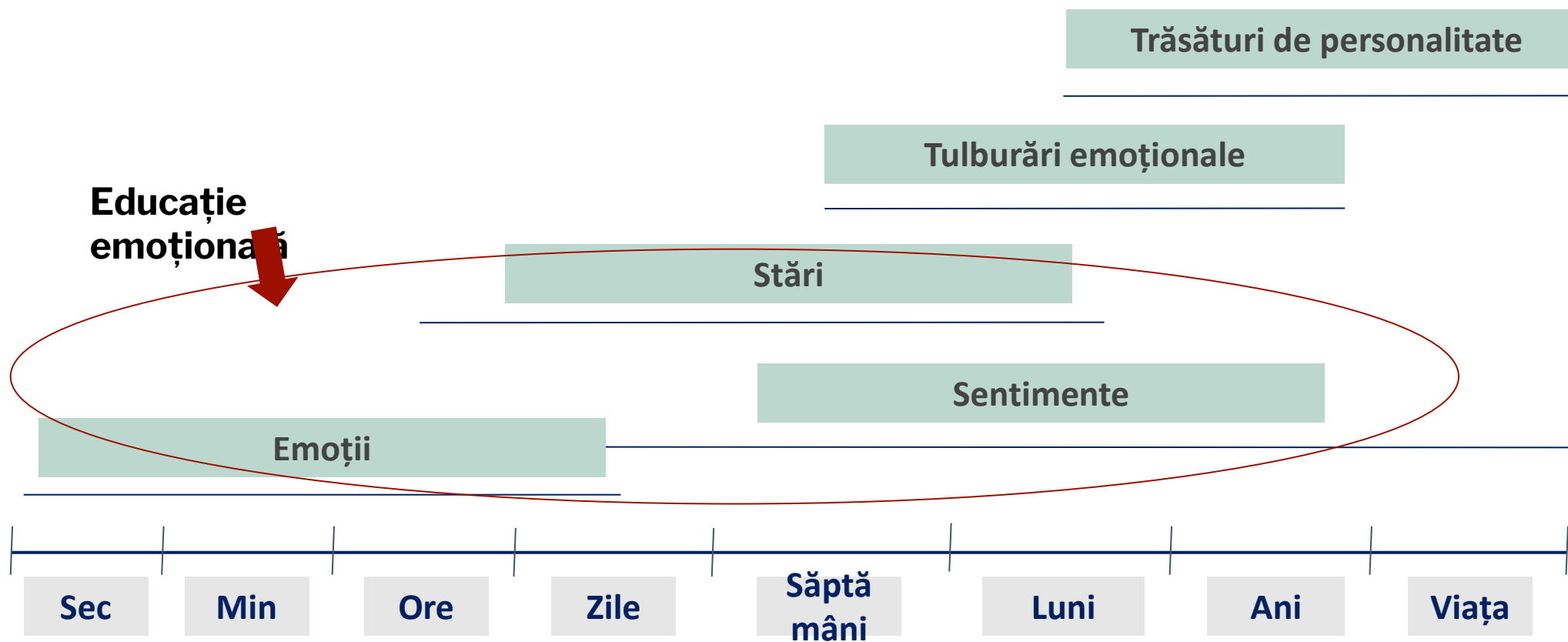
Emoție conștientizată care poate fi prelungită sau scurtată cu participarea voinței (formă sau ER: implicații).

Tulburări emoționale

Dacă o stare emoțională negativă este intensă, frecventă și durează dincolo de ceea ce este mod rezonabil.



1.3. Emoții, sentimente și fenomene afective



1.4. Funcțiile emoțiilor



Adaptarea organismului la mediu

Clar în cazul fricii



Participarea la alte procese mentale



Percepție, atenție, memorie, raționament, creativitate etc.



Luarea deciziilor

Atunci când lipsesc informațiile



Dezvoltare personală

Implicare și angajament emoțional

Motivația comportamentului

Orexis!



Informații

Echilibrul intra-organic



Sociabilitate



Bunăstarea subiectivă sau emoțională

Experiență emoțională pozitivă



Comunicare + influență

Licențiere în termenii CC BY-NC-SA, Material furnizat de EduCardia Erasmus+.
Consoțiul proiectului (2021-1-EL01-KA220-SCH-000032806)



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal

Răspunsul de *luptă sau de fugă*

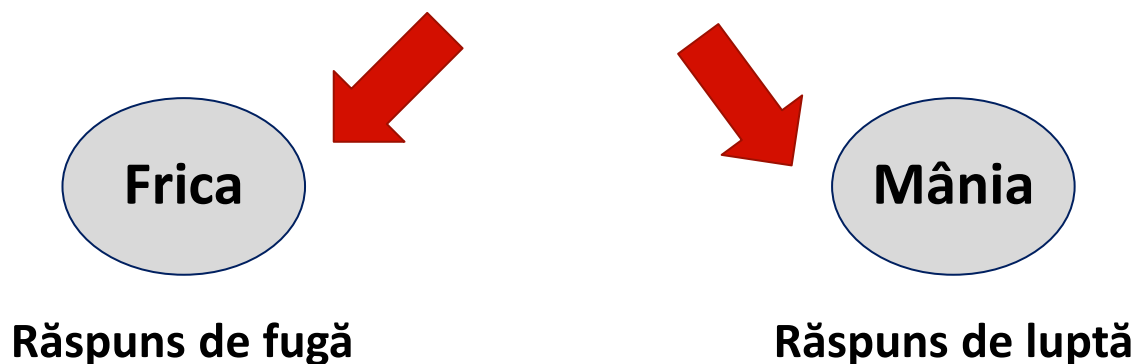
Cele două comportamente de bază care, din punct de vedere filogenetic, au avut rolul de a asigura supraviețuirea (Darwin):

Comportamentul de luptă apare atunci când considerăm că suntem în poziția de a face față unei situații, iar **comportamentul de fugă** este activat atunci când evaluăm pericolul ca fiind mai mare decât posibilitățile noastre de a-l înfrunta.

1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal

Răspunsul "fugi sau luptă"

Care credeți că sunt emoțiile din spatele acestor comportamente, care ne declanșează reacțiile?



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Ekman
1984



Frică



Furie



Tristețe



Fericire



Surpriză



Dezgust

1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Frica

- Ea este trăită în fața unui **pericol real și iminent**.
- Rolul crucial jucat în filogeneză: **adaptare și supraviețuire**. Această emoție ne-a ajutat la...
 - Adaptarea unor comportamente specifice care ne-au ajutat să supraviețuim ca organisme și ca specie.
 - Să păstrăm ceea ce este cel mai important pentru noi: viața noastră.
 - Să detectăm pericolul și să acționăm rapid pentru a ne crește șansele de supraviețuire.
- În zilele noastre continuăm să lucrăm cu același sistem de supraviețuire și acest lucru, deși încă util pentru supraviețuire, poate cauza **probleme de adaptare**.
- A o simți în exces poate provoca **tulburări emoționale** (de exemplu, anxietate, stres).

Credeti că frica și anxietatea sunt același lucru? De ce?



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Furia

- Furia este declanșată de situații pe care le **considerăm nedrepte sau care ne amenință valorile morale și libertatea personală** (persoane care ne abuzează verbal/fizic, cineva/ceva ne blochează obiectivele...).
- Simțim furie, într-o măsură mai mică sau mai mare, în principiu din **două motive**:
 - Când lucrurile nu se întâmplă așa cum ne dorim.
 - Când cineva nu ne tratează așa cum credem că merităm.
- Prin furie învățăm să ne apărăm de ceea ce ne poate face rău, dar dacă este reglată nepotrivit, aceasta poate dăuna atât persoanei care o simte, cât și receptorului și mediului înconjurător, deoarece **activează mecanismele de autoapărare și acest lucru poate duce la un comportament agresiv**.



"Ei îi spun furie, când de fapt e frică" 22

1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Tristețe

- Tristețea își are **originea în pierderea a ceva sau a cuiva**.
 - Este inevitabil ca noi, dacă trăim mult timp, să pierdem oameni la un moment dat în viață.
 - De asemenea, este inevitabil ca lucrurile să fie pierdute, deteriorate sau rupte.
→ Prin urmare, tristețea, ca și alte emoții de bază, este inevitabilă.
- Din păcate, după o pierdere, **unii oameni rămân într-o tristețe permanentă**.
- Pentru a evita excesele de tristețe (**depresie**), dată fiind inevitabilitatea acesteia, este necesar să învățăm să o **gestionăm** corect pentru a nu ne bloca în ea.

* Trebuie subliniat faptul că educația emoțională nu este o formă de psihoterapie.



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Fericirea

- Ea este trăită în fața unor evenimente care semnifică un **progres spre bunăstare** (atingerea unui obiectiv, primirea unui bonus, o recunoaștere personală, un premiu, o îmbunătățire etc.).
- Trebuie să fii conștient de această emoție pentru a te **bucura pe deplin de ea**. Spre deosebire de alte emoții, gestionarea bucuriei nu ridică, de obicei, mari dificultăți.
- Problema: să nu aibă măsură în sensul de a ne oferi alte plăceri și recompense ulterioare. De exemplu, ca urmare a unei mari bucurii → sărbătorim printr-o petrecere, care este frumoasă, dar în care se abuzează de consumul de substanțe precum alcoolul, care poate fi periculos. Acesta este unul dintre **efectele colaterale ale fericirii** care trebuie prevenite.



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Surpriză

- Surpriza este o **emoție ambiguă**, deoarece poate fi pozitivă sau negativă.
- Este **trăită înaintea unui eveniment neașteptat**.
- Expresia feței înaintea unei **surprize reale nu poate fi ascunsă**. Cel puțin, pentru câteva fracțiuni de secundă, apar micro-expresii faciale care o reflectă.
- O formă de prevenire a surprizelor negative este **anticiparea**: prevenirea **prin proactivitate**.
 - Acest lucru necesită capacitatea de a gândi legat de **viitor și de a-l analiza din** diferite puncte de vedere pentru a lua **decizii timpurii** care să prevină rezultatele negative datorate lipsei de previziune.
 - Acest lucru necesită **atenție și concentrare**, gândire cauzală, gândire alternativă (gândire la alte alternative) și gândire anticipativă.



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal



Dezgust

- Este resimțită atunci când se **confruntă cu alimente aflate în stare proastă**.
- Funcția sa este aceea de a evita să consume ceva care poate provoca boli sau chiar moarte (rol fundamental în supraviețuire).
- **Inițial, a avut mult de-a face cu frica** (de intoxicare - prevenirea consumului).
- În ultimele două secole, prin socializare, a avut loc o **deplasare a dezgustului**: cel inițial, care se referea la mâncare, a fost socializat, **apropiindu-se mai mult de furie decât de teamă**: "Mă dezgustă", "Ești dezgustător", "E un tip dezgustător".



1.5. Emoțiile de bază și mesajul lor principal

Sunt emoțiile pozitive sau negative? Și ce înseamnă ele?

Care sunt gândurile tale în legătură cu asta?



Toate emoțiile sunt **funcționale, necesare și utile**. Toate aduc un mesaj pe care trebuie să învățăm să îl citim pentru a fi **mai conștienți de ceea ce le declanșează** (fie că este vorba de un stimul extern sau intern) și **pentru a le putea gestiona dacă este necesar**.



Și o modalitate de a **deveni conștient de ele** și
pentru a fi **eficienți în gestionarea lor** este prin...

E **m** **O** **T** **i** **O** **N** **A** **L**

V O C A B U L A R Y



1.6. Vocabularul emoțional

Vocabularul emoțional...

- Este esențial să putem **numi și să recunoaștem ceea ce simțim**.
- Îmbunătățește **înțelegerea ulterioară a emoțiilor**: dacă nu știm cum să numim ceva, acel lucru nu este pe deplin caracterizat și, prin urmare, nu poate fi identificat la fel de ușor (Gomis, García, Filella y Ros, 2022).

Bogăția sa depinde mai ales de măsura în care...

- sugarul/copilul/adolescentul a fost **sau nu expus de timpuriu la un vocabular emoțional variat și abundent în familie și la școală** (practic, în mediile lor primare).
- **cultura și limba respectivă** au mai multe sau mai puține cuvinte concepute pentru emoții.



1.6. Vocabularul emoțional

ce părere aveți?



În general, atunci când li se cere să se gândească la o listă de emoții, sunt oamenii mai capabili să enumere...

Emoții pozitive

Emoții negative

De ce credeți acest lucru?

1. **Durata și intensitatea** lor sunt mai mari decât cele ale celor pozitive.
2. Există mai multe **cuvinte în dicționare** pentru a descrie negativul, ceea ce reflectă faptul că perspectiva și preocuparea, din punct de vedere istoric, au fost puse mai mult pe seama acestor tipuri de emoții decât pe cele pozitive.

1.6. Vocabularul emoțional



După cum s-a afirmat anterior, analiza vocabularului emoțional este o modalitate de a **spori conștientizarea emoțională și de a promova gestionarea emoțiilor.**

Când cineva spune...

"Nu știu ce e în neregulă cu mine"

ceea ce se poate întâmpla cu adevărat este că el/ea experimentează un **fenomen emoțional pe care nu îl poate identifica, de obicei din cauza unor limitări în domeniul vocabularului.**

Atunci când suntem capabili să punem cuvinte pe ceea ce ni se întâmplă, suntem în condiții mai bune pentru a regla emoțiile într-un mod adecvat.



De aceea spunem că numirea emoțiilor este un factor cheie pentru **conștientizarea emoțiilor.**

1.6. Vocabularul emoțional

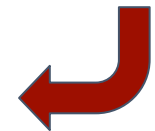
Dar nu este important doar să putem numi emoția pe care credem că o simțim, ci și să **observăm critic și să ne întrebăm dacă aceasta este de fapt adevărata emoție pe care o simțim**, sau poate fi una similară, dar diferită...

De exemplu, uneori putem crede sau spune că suntem furioși, dar acest lucru poate fi prea **general sau nepotrivit** pentru anumite situații specifice. Poate că, dacă privim puțin mai adânc și ne antrenăm competența emoțională pentru a identifica ce se întâmplă *în interiorul nostru*, am putea descoperi că ceea ce simțim cu adevărat este furie, resentimente, indignare sau gelozie.

Puteți vedea nuanța?

"Să știi să numești emoțiile este unul dintre numeroșii factori cheie necesari pentru a forma **cetățeni competenți din punct de vedere emoțional** în vederea promovării creării unei societăți cu o **bunăstare emoțională și sănătate mintală mai bune.**"

(Gomis, et. al., 2022, p.116).



1.7. Competența emoțională

În zilele noastre, copiii și adolescenții sunt pregătiți să aibă o mulțime de **cunoștințe tehnice și teoretice pentru a avea succes în viața profesională.**

Competențe tehnico-profesionale sau specifice

Cu toate acestea, emoțiile sunt abordate cu

Și totuși, toți vor trăi și vor coexista în **contexte sociale complexe și în societăți care nu sunt scutite de conflicte** (interpersonale, familiale, economice, de șomaj, de boli etc.).

Aici este și devine esențială importanța **educației emoționale.**



1.7. Competența emoțională

Există un alt tip de competențe, denumite **generice sau transversale**. Acestea...

- Sunt comune unui număr mare de profesii.
- Acestea includ aspecte generale precum: stăpânirea limbilor străine, cunoștințe TIC la nivel de utilizator și un bloc mare de **competențe socio-personale** (automotivare, stimă de sine, reglarea impulsivității, autocritică, toleranță la frustrare, asertivitate, responsabilitate, responsabilitate în luarea deciziilor, empatie, rezolvarea conflictelor, lucru în echipă, punctualitate, răbdare etc.).



Competențe emoționale:

"Ansamblu de **cunoștințe, abilități, aptitudini și atitudini** necesare pentru a conștientiza, a înțelege, a exprima și a regla fenomenele sociale într-un mod adecvat (Bisquerra, 2000, 2009; Bisquerra și Pérez, 2007)".

(Bisquerra, 2016, p. 57).

Iar promovarea dezvoltării sale este **obiectivul central al educației emoționale**.



1.8. Care este rolul educației emoționale?

Educația emoțională este un proces educațional **continuu și permanent** care are ca scop...

Promovarea **competențelor emoționale** ca element esențial al dezvoltării umane.

Cel **mai dificil de dobândit** (putem fi capabili să învățăm rapid fapte istorice sau matematice, dar pentru a învăța să ne reglăm pe deplin emoțiile este nevoie de timp, antrenament și experiență). De aceea, este nevoie de **persistență + model trans-curricular/comprehensiv** (24/7).
Optimizarea dezvoltării integrale a persoanei (fizică, intelectuală, morală, creșterea bunăstării personale și sociale, dezvoltarea emoțională etc.).

(Bisquerra, 2009)



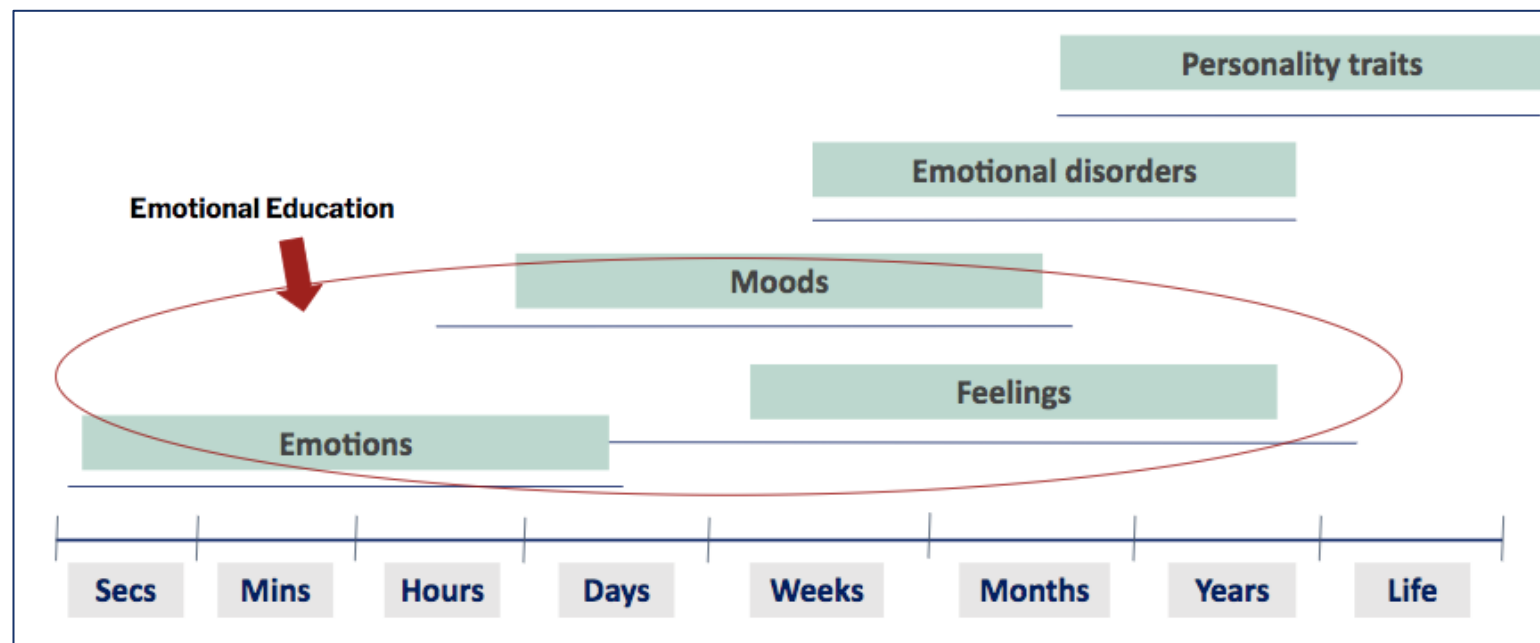
Bunăstarea personală și socială

De aceea, este considerată o **educație pe viață**.

1.8. Care este rolul educației emoționale?

Test!

Conform a ceea ce am văzut la început când am vorbit despre fenomenele afective...



...credeți că educația emoțională este axată pe prevenție sau pe intervenție psihologică?

1.8. Care este rolul educației emoționale?

Educația emoțională este considerată o parte a dezvoltării și o **formă de prevenție primară nespecifică, deoarece...**

Minimizează vulnerabilitatea noastră la anumite disfuncții emoționale.

(stres, depresie, impulsivitate, agresivitate etc.)

Mijloace de prevenire a apariției acestora.

Dobândirea de competențe aplicabile într-o multitudine de situații

(prevenirea violenței, a consumului de droguri, a anxietății etc.).



Atunci când încă nu există disfuncții, **prevenția primară tinde să convergă cu educația** pentru a **maximiza tendințele constructive** și a le minimiza pe cele distructive.

1.8.1. Care este obiectivul principal al educației emoționale?

Test!

Cine credeți că este ținta principală a educației emoționale?



1.8.1. Care este obiectivul principal al educației emoționale?

Principalele obiective ale educației emoționale sunt

PROFESORII

De ce ei?

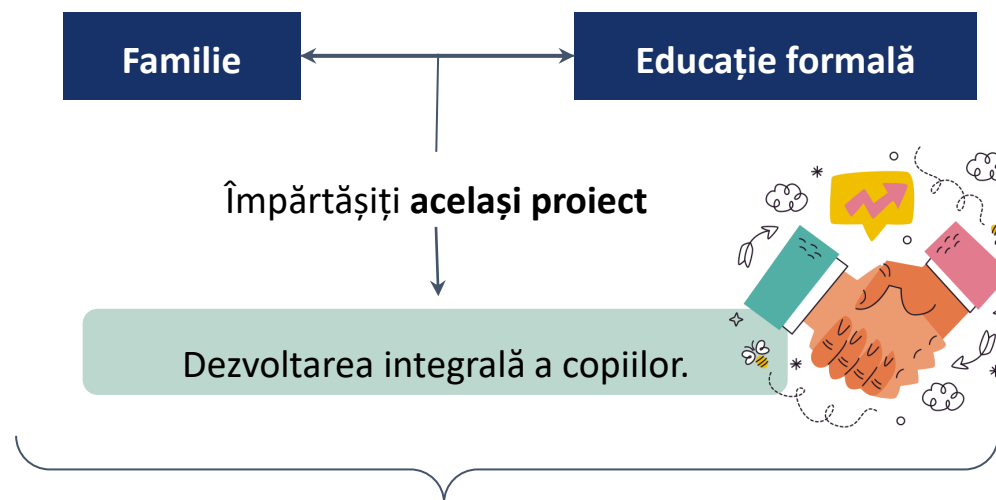
- 1 Pentru că au nevoie de abilități emoționale pentru a-și exercita profesia;
- 2 Și pentru a putea contribui la dezvoltarea competențelor emoționale ale elevilor lor.

Doar un profesor bine pregătit va putea **implementa eficient** programele de educație emoțională. !!



1.8.2. Care este rolul familiilor?

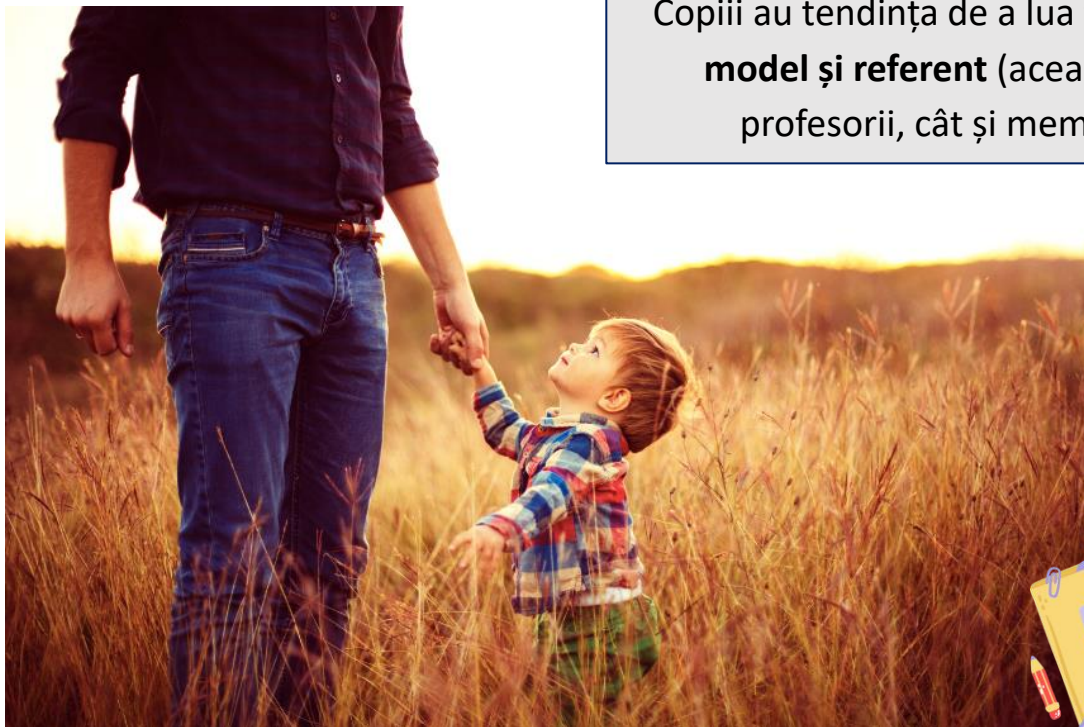
Primele emoții sunt trăite în primele luni de viață, iar **atunci apare învățarea socio-emoțională** și motivul pentru care educația emoțională ar trebui să înceapă în familie.



Trebuie să existe o **colaborare permanentă între ele.**

Niciuna dintre ele nu-și poate exercita responsabilitățile asupra celeilalte

1.8.2. Care este rolul familiilor?



Copiii au tendința de a lua **figura adultului ca model și referent** (aceasta include atât profesorii, cât și membrii familiei).

comportamente de imitație, care sunt integrate în schemele lor de dezvoltare.

Rezultă importanța ca **comportamentele și atitudinile adulților să fie în concordanță cu competențele emoționale.**



Micile schimbări în familii au efecte considerabile asupra performanțelor școlare, a conviețuirii și a bunăstării.

1.8.2. Care este rolul familiilor?

Centrele educaționale se află într-o situație privilegiată pentru a încuraja implicarea familiilor.



Deși are dificultăți (de exemplu, participarea la adunările generale → **căutați strategii și alternative** care să facă viabilă formarea familiei).



Ca o concluzie principală...

Pentru a dezvolta competențele emoționale la copii, educatorii (profesori și familii) sunt primii care trebuie să fie formați din punct de vedere emoțional.

1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Copilăria timpurie (0-6 ani)



În această etapă, copiii își dezvoltă capacitățile motorii, lingvistice, cognitive, sociale, afective și emoționale.

"În primii șase ani, emoțiile ocupă un loc important în dezvoltarea copilului. (...) Ele trec de la a fi înnăscute și pentru supraviețuire (plânsul), la a fi un mijloc de comunicare și de relaționare cu adultul. Copilul imită comportamentul emoțional al adultului. Prin urmare, educația emoțională este prezentă în mod conștient sau inconștient."

López-Cassà (2011)

Există mai multe schimbări și realități în această etapă care fac ca prezența educației emoționale să fie deosebit de relevantă.



Punerea în aplicare prin

activități.

1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Copilăria timpurie (0-6 ani)



Nivelul lor de conștientizare este determinat de nivelul lor de trăire emoțională: își identifică propriile emoții și pe cele ale celorlalți cu ajutorul acestui adult care îi ajută în mod constant să se regleze și să devină conștient de ceilalți (este un stadiu egocentric).

Coregulator emoțional

Etapă importantă pentru construcția conceptului de sine și a stimei de sine.



1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Copilăria timpurie (0-6 ani)



Practici recomandate pentru adulți:

- Încurajați exprimarea emoțională, validând toate emoțiile.
- Nu le evitați pe cele negative: trebuie să le trăiască pe ambele (+ și -) pentru o bună învățare emoțională.
- Permiteți-le să se familiarizeze cu strategiile de promovare a bunăstării.
- Permiteți-le să facă greșeli și să învețe să fie mai autonomi din punct de vedere emoțional.
- Încurajați-i să ia în considerare perspectiva celuilalt pentru a-i înțelege punctele de vedere, sentimentele și emoțiile.
- Oferiți-le șanse pentru ca ei să stabilească relații sociale sănătoase.
- Faceți-i să înțeleagă că emoțiile nu trebuie să conducă neapărat la anumite comportamente: ele pot fi gestionate (de exemplu, furia nu trebuie neapărat să ducă la violență).

López-Cassà (2011)

Șase resurse excelente la această vârstă



Cântece și muzică



Păpuși



Pictură



Povești



Joc



Mișcări ale corpului

1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Școala primară (6-8 ani) după Agulló et al. (2010)



6 ani.

Copiii încep să înțeleagă că ceea ce explică o emoție nu este situația obiectivă, ci **evaluarea lor personală, subiectivă.**



7-8 ani.

- **Ideea de egalitate** (care domină asupra ideii de sancțiune): pedepsele se bazează pe necesitatea de a face înțeleasă infracțiunea (implicații morale și emoționale).
- **Primele relații de cooperare** prin joc.
- Posibilitatea ca **diferite emoții să apară în același timp** și să se influențeze reciproc.

Piaget și Inhelder (1984)

1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Școala primară (8-12 ani) după Agulló et al. (2010)



De la 8 ani.

- O mai bună înțelegere a posibilității de a **trăi emoții opuse** (dragoste-ură, tristețe-fericire) în aceeași situație.
- Luarea în considerare a **mai multor puncte de vedere** în același timp și coordonarea acestora, apărarea intereselor proprii și valorizarea celor ale celorlalți.
- **Dezvoltarea lingvistică: se dezvoltă mult mai mult limbajul propriu.**

EE

Schimbări în gândirea morală → se naște cetățeanul intenționat și responsabil, capabil să dezvolte o atitudine față de propriile emoții în funcție de ceea ce generează în mediul înconjurător.

1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Școala gimnazială/liceu (12-18 ani)



Etapa de reafirmare

Ponderea și importanța conceptului de egalitate

Instabilitate emoțională

Nevoia de acceptare

Riscul ca elevii să se simtă îndepărtați de adulți, cu excepția cazului în care tutorele își ia îndatoririle foarte în serios.

- De obicei, elevii nu mai au același profesor pentru cea mai mare parte a cursului ca înainte;
- De obicei, profesorii se concentrează mult mai mult pe elevii care se descurcă din punct de vedere academic.

1.9. Etapele dezvoltării emoționale

Nevoi și cunoștințe diferite - Școala gimnazială/liceu (12-18 ani)



Probleme obișnuite în această etapă

disciplina, motivația pentru studiu și tot ceea ce ține de dinamica și controlul clasei.

adaptare școlară, violență, hărțuire, consum de droguri, comportament sexual riscant, dificultăți de învățare, tulburări emoționale...



Dovada: cu cât se acordă mai multă dedicare educației emoționale, cu **atât mai puține probleme de disciplină, cu atât mai mare motivația de a studia și îmbunătățirea performanței școlare.**

În această etapă, este esențial să subliniem faptul că educația emoțională își are locul în toate domeniile academice și că formarea și creativitatea profesorilor vor fi decisive atunci când vine vorba de introducerea emoțiilor în strategia lor de predare.



Întrebări și răspunsuri

Aveți întrebări suplimentare până acum?

Referințe bibliografice

Agulló, M. J., Filella, G., García-Navarro, E., López-Cassà, E. și Bisquerra, R. (Coord.). (2010). *La educación emocional en la práctica*. Horsori-ICE.

Bisquerra, R. y Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10(1), 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>

Bisquerra, R. (2009). *Psihopedagogia emoțiilor*. Síntesis.

Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave. Educație emoțională*. Graó.

Ekman, P. (1984). Expresia și natura emoției. În K. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to Emotion* (pp. 319-344). Hillsdale.

Gomis, R., García, N., Filella, G. y Ros, A. (2022). El vocabulario emocional de los jóvenes. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 2(1), 99-118. <https://riieb.iberomx/index.php/riieb/article/view/22>

López Cassà, È. (2011). *Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas practicas*. Wolters Kluwer.



<https://educardia.eu/>



<https://www.facebook.com/EduCardia>



<https://twitter.com/EduCardia>



https://www.instagram.com/educardia_eu/

Vă mulțumim!



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union