

DidactAcces

POCU/784/6/24/139602

**Asociația “Societatea Națională *Spiru Haret* pentru
educație, știință și cultură”**

**în parteneriat cu
Inspectoratul școlar al județului Brăila**





UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI



Instrumente Structurale
2014-2020

PROIECT COFINANȚAT DIN FONDUL SOCIAL EUROPEAN PRIN PROGRAMUL OPERAȚIONAL CAPITAL UMAN 2014-2020

ACTIVITĂȚI DE DEZVOLTARE SOCIO EMOȚIONALĂ



SOCIETATEA NAȚIONALĂ SPIRU HARET
PENTRU EDUCAȚIE, ȘTIINȚĂ ȘI CULTURĂ



INSPECTORATUL ȘCOLAR
JUDEȚEAN BRĂILA

DidactAcces
Pocn/784/6/24/139602

Perioada optimă de învățare a abilităților emoționale, și deci de dezvoltare a inteligenței emoționale, este dată chiar de primii ani din viața copilului; astfel, perioada preșcolară este esențială, deoarece atunci învață copiii vocabularul emoțiilor, asocierea dintre emoții și contextele de viață, exprimarea facială a emoțiilor (de pildă, învață să decodifice o frunte încruntată ca fiind semn de îngrijorare sau supărare, un zâmbet ca semn al bucuriei etc.), modalități de reacție la emoțiile celor din jur.



Jocuri pentru dezvoltarea competențelor emoționale și sociale ale copiilor



EU PUZZLE

Este un joc care îl ajută pe copil să conștientizeze care sunt rolurile sale în raport cu ceilalți și ce presupune fiecare rol. Se tipăresc pe o foaie de hârtie mai multe piese de puzzle și iar cel mic este încurajat să scrie, sau să deseneze, toate rolurile sale. Discutați despre aceste roluri: **Ce presupune să fii copil? Dar fratele mai mare? Dar prieten?**

Ce presupune fiecare rol? Pe care este tendința să-l folosiți cel mai mult și care este cel de care ați mai uitat?



INTERVIUL POZNAȘ

Acest joc ne ajută să descoperim ce imagine are **copilul despre el însuși**.

Iată câteva întrebări năstrușnice pe care le putem adresa:

- Dacă ai fi o floare, ce floare ai fi?
- Dacă ai fi un animal, ce animal ai fi?
- Dacă ai fi un fenomen al naturii, ce fenomen ai fi?
- Dacă ai fi o culoare, ce culoare ai fi?



- Dacă ai putea avea o superputere, care ar fi aceea? Ce ai face cu acea superputere?
- Dacă ai fi un personaj din desene animate sau un erou din cărți, cine ai vrea să fii?
- Dacă ai fi un instrument muzical, ce instrument ai fi? Rolurile se pot inversa, iar apoi copilul poate fi solicitat să formuleze și el câteva întrebări poznașe.

EXPLORAREA EMOȚIILOR POZITIVE

Prin intermediul acestui joc îl sprijinim pe copil să exploreze situațiile în care se simte puternic, deștept, curajos, jucăuș, prietenos și așa mai departe. Așadar, când are emoții pozitive în legătură cu o anumită situație.

Discutați despre ce anume îl face să se simtă astfel și cum ar putea aduce emoția respectivă într-un alt context din viața sa, spre exemplu cum ar putea aduce curajul într-un moment în care îi este teamă.

Se pot găsi și alte asocieri de emoții pozitive cu diferite animale.

Mă simt:

Curajos ca un  , atunci când ...

Puternic ca un  , atunci când ...

Deștept ca un  , atunci când ...



Jucăuș ca o  , atunci când ...

Prietenos ca un  , atunci când ...



MĂ SIMT NOROCOS PENTRU CĂ...

Recunoștința ne ajută să fim mai fericiți, mai încrezători în propriile resurse, să fim mai satisfăcuți de viețile noastre, mai motivați, să construim relații bune cu ceilalți, să căutăm și să găsim soluții pentru provocările întâmpinate. În fiecare seară, înainte de culcare, putem o listă virtuală cu lucrurile bune din ziua care a trecut.

Îl putem încuraja pe copil să țină un jurnal în care să scrie pentru ce se simte recunoscător.

Îi amintim și de recunoștința față de el însuși, să se aprecieze pentru ceea ce este acum și pentru efortul depus în anumite direcții.

Când ți-ai mulțumit ultima oară pentru lucrurile pe care le faci pentru tine sau pentru ceilalți?





Matrial propus de expert sprijin psho –social
Cornea Gabriela