

PROBLEMATICA AFECTIVĂ A COPIILOR ÎN COMUNICAREA EMOȚIILOR

THE AFFECTIVE PROBLEMS OF CHILDREN IN THE COMMUNICATION OF EMOTIONS

Lilia Țurcan-Balțat, doctor, conferențiar universitar,
Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, Republica Moldova

Elena Bîrsan, doctor, conferențiar universitar,
Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă” din Chișinău, Republica Moldova

REZUMAT. Exigențele de calitate a sec. XXI solicită formarea unor generații de copii echilibrați emoțional, armonios dezvoltăți, purtători a valorilor autentice durabile, a modelelor sociale competitive, a stilurilor și atitudinilor comportamentale civilizate. Începând cu primii săi ani de viață, educația afectivă a copilului constituie o sarcină foarte importantă, într-un anumit sens mai însemnată chiar și decât educația lui intelectuală, căci gradul însușirii de către copil a noilor cunoștințe și priceperi, precum și scopurile concrete, pentru care le va folosi ulterior, depind în mare măsură de caracterul atitudinii copilului față de oameni și față de mediul înconjurător.

Cuvinte-cheie: afectivitate, copii, inteligența emoțională, educație.

ABSTRACT. The quality requirements of sec. XI calls for the formation of generations of emotionally balanced, harmoniously developed children, bearers of authentic sustainable values, competitive social models, civilized behavioral styles and attitudes. Starting from his first years of life, the emotional education of the child constitutes a very important task, in a certain sense even more important than his intellectual education, because the degree of acquisition by the child of new knowledge and skills, as well as the concrete goals, for who will use them later, depend to a large extent on the character of the child's attitude towards people and the environment.

Key words: affectivity, children, emotional intelligence, education.

Afectivitatea este o parte constitutivă a psihicului uman, un subsistem al sistemului psihic, diferențiată ca modalitate de orientare motivațională și atitudinală față de subsistemul cunoașterii și al acțiunii, dar cu care se găsește într-o strânsă corelație structurală și operațională. În procesul cunoașterii realității și al transformării ei, omul nu rămâne indiferent față de realitate și față de alți oameni cu care coexistă sau cooperează [11, p.35]. Dacă facem referire la emoții, atunci putem spune că traduc un specific al relațiilor noastre cu un obiect sau o situație. Ele pot fi declanșate de o împrejurare reală sau imaginară, iar intensitatea lor poate fi foarte variată: de la vagă și mijlocie până la foarte mare. Menționăm că, dezvoltarea afectelor este influențată și prin imitarea atitudinilor sau a emoțiilor celor din jur. Copilul imită cu ușurință pe cei adulți, prima dată acasă, apoi la grădiniță și mai apoi la școală, unde au noi modele – învățători, profesori, care povestindu-le ceva cu însuflețire și admirație, emoția li se transmite și copiilor. Desigur, aceste sugestii și acte de imitație nu duc imediat la formarea unor sentimente, ci urmează în timp.

Condiția actuală a personalității prin care exprimarea emoțiilor constituie o necesitate umană, determină disciplinarea conduitei afective care asigură succesul personal. Cercetătorul Ch. C. Manz menționează „*disciplina emoțională constă în puterea de a alege felul în care ne simțim*” demonstrând că oamenii atribuie semnificații diferite evenimentelor emoționante, disciplinarea constituind un proces de

autoeducație care dezvoltă autocontrolul și ordinea, ne ajută să ne sporim nivelul de eficiență și calitatea vieții.

Cercetările psihologice demonstrează că afectivitatea, așa cum se dezvoltă ea în copilărie, constituie un element hotărâtor în viața psihică a adultului de mai târziu. Negarea sau neglijarea afectivității copilului este o gravă greșeală. Iar unele „probleme” pot apărea odată cu venirea copiilor la școală. Oamenii sunt nu numai ființe gânditoare, raționale, ci și ființe afective, sentimentale, care reflectă relațiile dintre ei și mediu sub formă de trăiri și atitudini. Tocmai prin această afectivitate omul se deosebește de celelalte ființe, de roboți și de calculator.

După cum remarca și E. Zidu, personalitatea omului este caracterizată nu numai de ideile ce-i aparțin, de activitatea și faptele savârșite, cât și de emoțiile, sentimentele, pe care le trăiește. Așa precum cunoaștem emoțiile constituie stări și procese psihice din cele mai vechi. Viața fără emoții ar fi fost la fel de imposibilă ca și fără senzații. Emoțiile sunt o clasă deosebită a stărilor psihologice subiective ce reflectă sub formă de trăsături nemijlocite ceea ce e plăcut sau neplăcut, procesul și rezultatele activității practice orientate la satisfacerea trebuințelor actuale. Oricare manifestări ale activismului sunt însoțite de trăiri emoționale, deoarece totul ce face omul servește în ultimă instanță scopului de a-și satisface variatele lui trebuințe [4, p.47].

Afectivitatea, în ansamblul ei are o funcție foarte importantă: ea permite o reglare promptă și eficace a comportamentului. O emoție, chiar lipsită de intensitate, schițează imediat un început de acțiune, înainte ca o deliberare conștientă să înceapă. Chiar dacă nu trebuie să ne lăsăm ghidați numai după afecte, există situații în care nu e timp de reflecție și reacționăm în funcție de afectul dominant, care poate fi uneori salvator [3, p.33].

Literatura de specialitate ne face trimitere și la conceptul de *univers afectiv* prin care înțelegem ansamblul emoțiilor și sentimentelor, exprimate într-un *stil psihoemoțional* individual al persoanei (J. Cosnier, 2007). Pătrunderea în universul vieții afective a persoanei este dificilă și necesită formarea competențelor emoționale, deoarece comportamentul social nu poate fi explicat numai prin activitatea raționalității, ci prin analiza armoniei cu activitatea emoționalității [4, p. 46].

Emoțiile sunt formațiuni ale personalității. Ele îi caracterizează pe indivizi din punct de vedere social-psihologic, relevând importanța procesului emoțional pentru personalitate. Emoțiile sunt o reflectare a proceselor ce au loc în organismul individului, adică se reduc la percepții organice, la reacții somatice și vegetative, care automat se manifestă sub influența iritanților afectogeni. În realitate, însă, pe parcursul copilăriei, emoțiile parcurg o cale progresivă de dezvoltare, acumulând un conținut mai bogat și forme mai complicate de manifestare sub influența condițiilor sociale de viață și de educație [7].

Așa cum constată Aristotel, *problema nu constă în existența emoțiilor, ci în felul în care adecvăm emoțiile și exprimarea lor. Întrebarea este cum putem să dăm inteligență emoțiilor noastre – și să readucem civilizația pe străzi și afecțiunea în viața comună?*” [8, p.73]. Răspunzând la această întrebare înțelegem că, reprezentările emoțiilor au provocat dintotdeauna un interes considerabil, stimulând comunicarea socială.

Considerăm oportun să menționăm afirmația cercetătorului St. R. Covey „*fără emoții nu există comunicare și fără comunicare nu există viață socială*” [Apud, 9]. Prin urmare, emoțiile și sentimentele reflectă un element fundamental al organizării și reglării vieții sociale, profesionale și personale. Tot în aceeași ordine de idei, autoarea M. Cojocaru-Borozan lansează convingerea că: „*Orice sursă ar avea, emoția este un răspuns personal la problemele existențiale, devenind rezonatorul lumii contemporane în universul afectiv al individului. Din aceste rațiuni viața emoțională este un proces nu doar de reflectare, ci și de valorizare, de interpretare, de semnificare a experiențelor emoționale, în baza căruia oamenii își proiectează/valorifică în conduita personală un anumit sistem de valori afective ce reprezintă gradul său de cultură emoțională și nivelul de educație*” [2, p. 94].

Cercetările în domeniu menționează că în mare măsură valoarea calității și reușita în activitatea educațională este asigurată de prezența și nivelul dezvoltării celor două tipuri de competențe: intelectuale și emoționale. Competențele de ordin intelectual sunt determinate de inteligența academică, cognitivă sau generală (IQ), iar competențele de ordin emoțional au la bază inteligența emoțională (IE).

Autorul Th. Ribot susținea încă la începutul sec. al XX-lea, *că există și o altfel de logică, logica sentimentelor sau afectivă, este mai aproape de acțiune, de practică, de adaptare, decât logica rațională. În opinia autorului, noi punem preț prea mult pe cuvinte limitând trăirile și sentimentele la ele, evitând în final marea complexitate a celor din urmă. „Înăbușind afectivitatea devenim mult mai vulnerabili decât în cazul când am accepta-o. Unele sunt judecățile de fapt, de constatare, de descriere și altele sunt judecățile de apreciere, de importanță, de semnificația lucrurilor, adică judecățile de valoare, unde elementul determinant constă mai degrabă în conveniența emoțională decât în consistența logică”* [8, p. 62].

Înțelegem că, complexitatea și provocările societății contemporane face ca inteligența emoțională să fie practică tot mai des în context educațional, indiferent dacă ne place sau nu, IE ne dirijează comportamentul – dar nu neapărat într-un mod coerent sau perceptibil. Emoțiile și sentimentele trebuie prețuite, de aceea este recunoscută importanța dezvoltării și educării inteligenței emoționale.

Menționăm că, inteligența emoțională este capacitatea personală de identificare și gestionare eficientă a propriilor emoții în raport cu scopurile personale (carieră, familie, educație, etc.). Iar finalitatea ei constă în atingerea scopurilor, cu minim de conflicte intra și interpersonale. Chiar dacă o persoană are suficiente cunoștințe și idei inteligente, dacă nu își cunoaște și nu reușește să-și gestioneze emoțiile și sentimentele, poate întâmpina dificultăți în încercarea de a-și construi relațiile cu ceilalți. Dezvoltarea inteligenței emoționale asigură reușita, atât în plan personal, cât și în cel școlar [6]. De altfel, realizările cercetătorilor K. Albrecht, D. Caruso, M. Cojocaru-Borozan, St.R. Covey, I. Fodor, D. Goleman, M. Roco, ș.a., confirmă faptul că posedarea inteligenței emoționale dezvoltate oferă, prin intermediul competențelor emoționale, mai multe oportunități în stabilirea și menținerea relațiilor interpersonale constructive, contribuie la adaptarea socială cu succes, asigură integrarea eficientă a copiilor în mediul școlar și cel social. Ne-am obișnuit deja să raportăm totul la gândire, intelectualizând orice, punând IQ pe prim plan, ignorând nemotivat aspectele afective, nedându-ne seama că anume acestea guvernează comportamentul nostru din umbră. Autorii J. Stein Steven și E. Howard Book, remarcă în lucrările lor că: *„indiferent cât am fi de deștepți, dacă îi îndepărtăm pe ceilalți printr-un comportament agresiv, dacă suntem neatenți la modul în care ne prezentăm și nu avem suficientă rezistență la stres, nimeni nu va sta în preajma noastră pentru a vedea ce IQ ridicat avem”* [5, p.38].

Se cere să menționăm că în activitatea educațională pot fi identificate și dificultăți școlare de natură emoțională. În astfel de cazuri există un blocaj în dezvoltarea afectivă a copilului, cu influențe negative asupra structurii sale cognitive, care dereglează raporturile elevului cu școala, generând un dezechilibru de natură predominant afectivă. Astfel timizii, mai ales cei înceți și slabi temperamental, dacă nu sunt susținuți de către cine este competent și la momentul oportun, riscă să devină elevi cu dificultăți școlare. Afectivitatea stimulează în mod normal capacitatea de adaptare, îndeplinind un rol stenic în depășirea dificultăților și insucceselor școlare. Uneori însă, în urma unor conflicte interpersonale, trăite intens pe plan intern, se poate ajunge la instalarea unor condiții afective nefavorabile adaptării școlare. Dacă analizăm mai minuțios, gama tulburărilor afective este foarte variată. Dintre acestea cele mai întâlnite în rândul copiilor cu *dificultăți* sunt: nesiguranța, teama, neîncredere în forțele proprii, deprimare, tensiune emotivă, ostilitate față de copii și adulți. Dispoziția lor de bază este exagerată, fiind adesea euforici, expansivi, lipsiți uneori de autocritică.

Problemele emoționale ale copiilor vin în diferite forme și le afectează diferit viața. Există probleme superficiale, care sunt depășite cu ușurință pe măsură ce copiii cresc și învață să recunoască și să controleze emoțiile, dar și probleme de natură emoțională care devin cronice și se transformă în boli mentale dacă nu sunt tratate prompt [9]. Prin urmare, înțelegerea emoțiilor constituie cheia dezvoltării competențelor emoționale. Ea presupune identificarea cauzei și a consecințelor exprimării unei emoții fiind strâns legată

de recunoașterea și exprimarea acestora. O dată recunoscut, mesajul afectiv trebuie interpretat în mod corect.

Nivelurile IE a copiilor progresează pe măsură în care își stăpânesc mai bine emoțiile și impulsurile, se motivează intrinsec pentru a evolua, își cultivă empatia și flexibilitatea, sunt eficienți în realizările personale și colective, în adaptarea lor la provocările ce apar în viața școlară, personală și socială, își schimbă puternic comportamentul socio-afectiv, fiind necesară formarea/dezvoltarea competențelor emoționale pentru obținerea performanțelor în procesul de comunicare, de relaționare, de încadrare în societate și a dezvoltării capacităților de găsire a mijloacelor de exprimare și etichetare corectă a emoțiilor.

Un rol incontestabil îl are ambianța emoțională a copilului și capacitățile lui de: utilizare adecvată a relațiilor, control cognitiv și involuntar a stresului, concentrare, starea lui de spirit, dispoziția, motivarea, încrederea, abilitatea de a renunța la control sau dominare, abilitatea de a depăși stresul legat de schimbările din viață, autoaprecierea și altele. Se cunoaște că un anturaj emoțional sănătos oferă copilului posibilitatea de a învăța deprinderi și competențe de independență, încredere, utilizare a relațiilor și atitudinilor. El își formează opinia față de sine ca valoare, capătă senzația de acceptare necondiționată și cea de încredere și securitate, condiții care permit o învățare optimă și care susțin formarea capacităților de flexibilitate și rezistență.

Învățând să comunicăm cu copiii, ne vom bucura împreună cu familiile acestora de o inteligență emoțională armonios dezvoltată. *„Devenind mai echilibrați emoțional, va crește și siguranța lor și încrederea în sine; curiozitatea lor își va găsi căi firești de exteriorizare, vor învăța cum să-și câștige independența și autenticitatea în gândire și comportament, își vor dezvolta capacitatea de a face alegeri responsabile”*, (D. Goleman, 2008), [6, p. 32].

Este confirmat faptul că prezența competențelor emoționale asigură o bună funcționalitate a însușirilor comportamentale la nivelul constructelor autoreglării și a relațiilor interpersonale. Capacitatea de a comunica eficient și de a construi relații interpersonale pozitive este arta inteligenței emoționale ce rezumă cadrul acestei componente.

Intrarea într-un mediu cu totul nou, necunoscut îi creează copilului multe griji și frământări sufletești, probleme de comunicare cu ceilalți copii. Trăirile lui emoționale sunt foarte intense, dar obișnuirea cu noua activitate și cu noii colegi temperează această intensitate. Activitatea școlară, bine organizată și condusă cu pricepere și tact pedagogic, dezvoltă emoții și sentimente pozitive, cum sunt: plăcerea de a învăța, mulțumirea pentru rezultatele școlare pozitive, bucuria pentru o notă bună, etc.

Pentru a favoriza o bună adaptare socială și menținerea unei bune sănătăți mentale, copiii trebuie să învețe să recunoască ce simt pentru a putea vorbi despre emoția pe care o au, trebuie să învețe cum să facă deosebire între sentimentele interne și exprimarea externă și nu în ultimul rând să învețe să identifice emoția unei persoane din expresia ei exterioară pentru a putea, în felul acesta, să răspundă corespunzător.

Dezvoltarea emoțională și socială a copilului sunt aspecte esențiale în evoluția sa și în special în procesualitatea învățării, de aceea atât educatorii, cât și părinții trebuie să acorde o importanță deosebită și acestui segment de educație. Îmbrățișăm de asemenea ideea că promovarea educației emoționale și sociale trebuie să vizeze orice vârstă, urmând principiul învățării permanente, pe tot parcursul vieții, întrucât niciodată nu e prea târziu să devenim conștienți de propriile emoții și sentimente (devenind capabili de autocontrol), precum și de cele ale celor din jur.

Copiii care prezintă deficite la nivelul competențelor emoționale și sociale riscă să dezvolte probleme serioase, atât în timpul copilăriei, al adolescenței, cât și al vieții adulte, într-o serie de domenii cum ar fi: sănătatea mentală, dezvoltarea cognitivă, pregătirea pentru școală. Competențele emoționale influențează dezvoltarea cognitivă a copiilor, pregătirea și adaptarea la mediul și cerințele sociale. Iar competențele emoționale slab dezvoltate pot determina atitudini negative față de tot ce-l înconjoară.

Copiii sunt sinceri și manifestă încredere în adulți, motiv pentru care aceștia din urmă au datoria de a le cultiva emoții și sentimente pozitive: receptivitatea față de activitatea de învățare, sentimente de

prietenie, de dragoste față de părinți, de învățător, de colegi [9]. Deschiderea și toleranța sunt atitudini fără de care nu se poate dezvolta inteligența emoțională. Atitudinea pozitivă sau negativă transmite mesaje asociate. Iar succesul sau insuccesul copiilor nu pot fi abordate fără referiri la particularitățile afective, voliționale, ca aspecte corelative ale personalității. În cazul dificultăților sociale și școlare de natura emoțională există un blocaj în dezvoltarea afectivă a copilului, care dereglează raporturile copilului cu școala, generând un dezechilibru de natură predominant afectivă. Astfel, copiii cu un temperament flegmatic sau melancolic riscă să devină copiii cu dificultăți școlare dacă nu va fi monitorizat progresul școlar al acestora. La fel înțelegem că uneori, insuccesul poate apărea și din cauza unor conflicte interpersonale, trăite intens pe plan intern. Menționăm că gama tulburărilor afective este foarte variată. Dintre acestea, cele mai întâlnite în rândul copiilor cu dificultăți sunt: nesiguranța, teama, neîncrederea în forțele proprii, deprimarea, tensiunea emotivă, ostilitatea față de copii și adulți. Dispoziția lor de bază este exagerată, fiind adesea euforici, expansivi, lipsiți uneori de autocritică [3].

Cu referire la sistemul educațional, astăzi, de rând cu inteligența generală, dezvoltăm și inteligența emoțională a copiilor, care este definită drept *„abilitatea de a monitoriza, atât propriile sentimente și emoții, cât și pe ale altora, de a le diferenția și de a le folosi în scopul călăuzirii și acțiunii”*.

Creșterea mereu a sarcinilor și a consecințelor activității umane, duc la anumite constrângeri privind viața emoțională, pe care nu întotdeauna o putem rezolva sau depăși adecvat. Organizarea inteligentă, corectă și eficientă a emoțiilor și sentimentelor noastre pun asupra vieții o altă amprentă, mult mai rațională, pricepută și iscusită.

Problemele emoționale ale copiilor vin în diferite forme și le afectează diferit viața. Există probleme superficiale, care sunt depășite cu ușurință pe măsură ce copiii cresc și învață să recunoască și să-și controleze emoțiile, dar și problemele de natură emoțională, care devin cronice și se transformă în boli mentale dacă nu sunt tratate prompt. Din aceste considerente, este important să existe securitate emoțională ce presupune o relație armonioasă între părinte-copil-școală în creșterea și educarea copilului. Un anturaj emoțional sănătos oferă copilului posibilitatea de a învăța deprinderi și competențe de independență, încredere, utilizare a relațiilor și a atitudinilor. El își formează opinia față de sine ca valoare, capătă senzația de acceptare necondiționată și cea de încredere și securitate, condiții care permit o învățare optimă și care susțin formarea capacităților de flexibilitate și rezistență.

Conștiința emoțională, recunoașterea sentimentelor și crearea unui vocabular pentru exprimarea acestora este o bază esențială pentru deprinderea emoțională. Copiii cu un vocabular emoțional suficient pot comunica cu alții despre sentimentele lor și își pot exprima nevoile. Or, nesatisfacerea trebuințelor reale de comunicare eficientă, de adaptare, de a face față și de a colabora corespunzător cu cei din jur, indispensabil au cerut și au dus la remanieri de atitudini față de emoțiile și sentimentele noastre, ele fiind sprijinul esențial într-o relație umană.

În urma celor relatate observăm că afectivitatea, în ansamblul ei, are o funcție foarte importantă: permite o reglare promptă și eficace a comportamentului. Iar problematica afectivă a copiilor necesită o permanentă monitorizare.

În concluzie, condiția actuală a personalității prin care exprimarea emoțiilor constituie o necesitate umană, determină disciplinarea conduitei afective care asigură succesul personal. Comunicarea bazată pe inteligența emoțională ne ajută să fim mai aproape de nevoile, dorințele și interesele copilului. Or, o comunicare deschisă și autentică este esențială în construirea unei legături afective puternice, pline de siguranță și suport.

Disciplina emoțională se exprimă în voința de a ordona expresiile emoționale și alegerea unor strategii corespunzătoare de disciplinare afectivă care ar putea influența constructiv reacțiile în situații tensionante creând sentimente constructive și sănătoase, aduce satisfacție și eficiență, prevenind iepuizarea emoțională și extenuarea psihică a tuturor.

Bibliografie

1. Cojocaru-Borozan M. *Metodologia cercetării culturii emoționale*. Chișinău: UPS „Ion Creangă”, 2012.
2. Cojocaru-Borozan M. *Tehnologia dezvoltării culturii emoționale*. Chișinău: Tip. UPS „Ion Creangă”, 2012.
3. Cojocaru-Borozan, M., Șova, T. Țurcan–Balțat, L. *Psihologia emoțiilor*. Chișinău: S. n., 2016
4. Cosnier, J. *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*. Iași: Polirom, 2007.
5. Elias, M. *Inteligența emoțională în educația copiilor*. București: Curtea veche, 2002
6. Goleman D. *Inteligența emoțională*. București: Curtea veche Publishing, 2008. 430 p.
7. Lelord F., Andre, C. *Cum să ne exprimăm emoțiile și sentimentele*. București: Trei, 2003.
8. Ribot Th. *Logica sentimentelor*. București: Ed. Univers Enciclopedic Gold, 2010. 176 p
9. Șova T., Parea A. *Dezvoltarea emoțională a elevilor claselor primare*. Ghid metodologic pentru cadre didactice și părinți. Bălți: S.n., 2020
10. Stein Stiven J., Book Howard E. *Forța inteligenței emoționale: inteligența emoțională și succesul vostru*. București: ALLFA, 2003. 288 p.
11. <https://edict.ro/particularitatile-afectivitatii-la-prescolari/>(accesat la 02.02.2024)