

SOCIAL AND EMOTIONAL SKILLS ARE BASIS FOR DEVELOPING EMOTIONAL INTELLIGENCE

Lapoșina Emilia

Lecturer, PhD, "Ion Creangă", Pedagogical State University, Chișinău, Republic of Moldova

Abstract: In an increasingly complex and interconnected world, emotional intelligence has become an essential skill for personal and professional success. Emotional intelligence, defined as the ability to recognise, understand and manage both our own emotions and the emotions of others, plays a crucial role in how we build relationships, make decisions and cope with everyday situations. Unlike intelligence quotient (IQ), which is often perceived as a fixed measure of cognitive abilities, emotional intelligence (EQ) is a skill that can be developed and improved over time. Developing emotional intelligence offers benefits, including an improved ability to communicate effectively, resolve conflict and maintain inner balance in the face of challenges. It is important for personal and school success by becoming "an influential role model in education". Emotional learning is closely linked to social learning, which mobilises energy to achieve desired outcomes [39,40]

Keywords: emotional intelligence, emotional education, early education, emotional regulation, language disorders

Într-o lume din ce în ce mai complexă și interconectată, inteligența emoțională a devenit o abilitate esențială pentru succesul personal și profesional. Inteligența emoțională, definită ca abilitatea de a recunoaște, înțelege și gestiona atât propriile emoții, cât și pe cele ale altora, joacă un rol crucial în modul în care ne construim relațiile, luăm decizii și facem față situațiilor de zi cu zi. Spre deosebire de coeficientul de inteligență (IQ), care este adesea perceput ca o măsură fixă a capacităților cognitive, inteligența emoțională (EQ) este abilitatea care poate fi dezvoltată și îmbunătățită în timp. Dezvoltarea inteligenței emoționale oferă beneficii, inclusiv o mai bună capacitate de a comunica eficient, de a rezolva conflictele și de a menține echilibrul interior în fața provocărilor. Este importantă pentru succesul personal și școlar devenind „un model influent în educație”. Învățarea emoțională este în strânsă legătură cu învățarea socială, care permite mobilizarea energiei în vederea obținerii rezultatelor scontate [39,40].

Prin Inventarul de Competență Emoțională (*The Emotional Competence Inventory – ECI*), *inteligenta emoțională* este definită prin „capacitatea de a-și recunoaște sentimentele și de a recunoaște sentimentele altor persoane, de a se motiva și de a-și gestiona bine emoțiile, cu sine și în relații”. ECI măsoară patru aspecte ale inteligenței emoționale: auto-conștientizarea, autogestiunea, conștiința socială și aptitudinile sociale [5].

Programele Social-Emotional Learning (SEL) sau de învățare socio-emoțională reprezintă o *abordare educațională* care vizează dezvoltarea competențelor sociale și emoționale ale elevilor. Aceste programe sunt esențiale pentru *dezvoltarea inteligenței emoționale*, deoarece ajută copiii să își dezvolte abilități critice pentru viața de zi cu zi, cum ar fi recunoașterea și gestionarea emoțiilor, empatia, construirea de relații pozitive și luarea deciziilor responsabile. În general, recunoașterea importanței SEL în educație este în creștere la nivel mondial, iar multe alte țări iau măsuri pentru a-l încorpora în sistemele lor educaționale, adoptând programele la nevoile și culturile lor specifice [5,28].

Se știe că în primii ani de școală, dezvoltarea inteligenței emoționale este foarte importantă, demonstrând o viață afectivă intensă. Emoțiile, dispozițiile și sentimentele sunt deosebit de vizibile și semnificative. Această emoționalitate intensă se explică prin rolul de reglare al scoarței cerebrale asupra unui subcortex în formare.

La vârsta mică nu doar procesele afective *secundare*, dar și cele *principale* precum sentimentele și pasiunea, apar și dispar facil, se exteriorizează ușor și au o mare mobilitate punând bazele sentimentelor personale, cum ar fi mândria, tovarășia și prietenia. Ca urmare a creșterii influenței profesorilor și colegilor și descreșterii influenței părinților, măsura succesului are noi raporturi și noi standarde.

Înainte de a începe școala, copilul este marcat de instabilitate emoțională, dominată de emoții fluctuante. Dinamica emoțională este legată de creșterea conștientizării proprii activități și a relațiilor cu ceilalți. În această perioadă, copiii încep să-și dezvolte propriile dorințe și aspirații. De asemenea, cunoașterea emoțiilor și sentimentul moral, determinant pentru comportamentul general, încep să se dezvolte sub influența relațiilor și a aprecierii sociale primite în cadrul școlii. În acest stadiu, copilul devine capabil să înțeleagă și să simtă evenimentele din familie, incluzând conflicte sau despărțiri. Relațiile pozitive sunt esențiale pentru copil, în timp ce atitudinile de respingere din partea părinților pot afecta acest echilibru. Interacțiunile afectuoase între copil și părinți și dinamica pozitivă modelează dezvoltarea sănătoasă a personalității copilului [34].

Pentru a o aborda educațională potrivită, părinții trebuie să își cunoască foarte bine copiii. Această înțelegere ar trebui să includă și opinia altora, cum ar fi cadrul didactic, psihologul sau medicul. Cunoștințele despre caracteristicile specifice vârstei sunt de asemenea valoroase în activitatea educațională a părinților. Școala și procesul de învățare, prin cerințele sale specifice, aduc schimbări la toate nivelurile activității psihice a copilului. În această etapă, se conturează nevoile, interesele și atitudinile în cadrul personalității copilului [23,38].

Interesele reprezintă un factor dinamic pentru formarea personalității. În funcție de tipul de interes, putem distinge mai multe categorii: unele sunt cognitive, altele profesionale, tehnice, social-politice, estetice, moral-religioase, fizice și materiale. La copiii de vârstă școlară mică, interesele sunt de obicei variate și temporare. Ele nu sunt stabile și adesea sunt pur cognitive. Interesele se dezvoltă inițial în zona nevoilor și cerințelor și ulterior și în alte domenii. Ei încep să manifeste interes pentru cărți și pentru calitatea lucrului propriu. Este o perioadă în care sentimentele de gelozie față de alți copii pot varia semnificativ de la o zi la alta, fiind o caracteristică ce necesită atenție și trebuie gestionată cu grijă. Atitudinile își dezvoltă structura și cresc pe un plan conștient, și conștientizarea atitudinilor celor din jur, alături de educație și autoeducație, sunt extrem de valoroase.

La școlarii mici, se observă o creștere a încrederii în sine, datorită rezultatelor și aprecierilor pozitive. În egală măsură, critica poate avea un impact semnificativ asupra stimei de sine. La această vârstă, copiii sunt foarte receptivi la feedback, iar acesta le influențează percepția de sine. Dezvoltarea simțului moral se manifestă prin formarea unei judecăți morale, reflectate în comportament și atitudini. Un rol esențial în acest proces îl are identificarea cu persoanele importante din viața lui. Educatorii pot sprijini pozitiv acest proces prin oferirea unor modele morale demne de urmat. Concurența poate avea efecte pozitive, atât timp cât nu este folosită ca mod de a pedepsi sau a umili. Este esențial ca pedeapsa și recompensa să fie echilibrate și utilizate ca scop educativ. Recompensele sunt mai eficiente în comparație cu simplele încurajări, iar folosirea raționamentului și explicațiilor este preferabil pedepsei. Părinții ar trebui să creeze o atmosferă de siguranță și afecțiune, astfel încât copilul să fie motivat să înțeleagă consecințele propriilor acțiuni. În acest stadiu, este crucial să le oferim copiilor instrumentele necesare succesului, explicându-le legăturile cauzale dintre evenimente și importanța efortului personal [23].

Evoluția personalității se realizează concomitent cu dezvoltarea interrelațiilor sociale și valorificarea noilor experiențe de viață. Dezvoltarea intereselor sociale sunt determinate de viața socială, în general și de viața școlară, în particular [2]. Am văzut că nu doar relațiile defectuoase dintre părinți și copii au efecte negative (agresivitate, hiperemotivitate, instabilitate, anxietate, etc). Toate acestea se răsfrâng negativ la nivelul întregii activități

școlare. Armonizarea relațiilor părinte-copil, o viață de familie echilibrată și afectuoasă dezvoltă trăsături de personalitate opuse celor enumerate mai sus: copilul are încredere în propriile forțe, se adaptează ușor vieții școlare și dobândește un real echilibru emoțional. Rolul cadrului didactic este foarte important. El este *model* pentru școlar, este cel care îl face să înțeleagă mai repede și mai bine informațiile transmise. Modul în care el apreciază școlarul (corectitudinea, lipsa favoritismului) dezvoltă la copii simțul propriei valori.

Dezvoltarea socializării școlarului mic se manifestă evident în activitatea școlară prin relațiile cu ceilalți copii și se dezvoltă prin joc. La acest nivel de vârstă *jocul* capătă valențe noi. Copiilor le plac jocurile cu subiect, cu roluri. Jocul devine organizat, regulile sunt respectate mai riguros, iar spre finele acestei perioade sporește caracterul competitiv al acestuia. Perioada școlarului mic se caracterizează, din punct de vedere social, prin apariția prietenilor, copiii devenind mai puțin dependenți de părinți și mai interesați de colegi, de prieteni. Prietenia se leagă prin apariția unor interese și activități comune. Ei își dezvoltă comportamente asemănătoare, preferă același gen de literatură, se exprimă asemănător, au aceleași păreri despre anumite persoane [24,31].

Dezvoltarea socială, spre sfârșitul acestei etape, pregătește terenul pentru cea imediat următoare- pubertate.

Autoreglarea în copilăria timpurie se dezvoltă în două faze, și anume, de la naștere până la vârsta de doi ani și de la vârsta de trei ani până la cincisprezece ani. S-a demonstrat că o abordare sistematică și intenționată a intervenției poate facilita dezvoltarea în ambele faze, cu un accent mai mare pe cunoaștere și limbaj în faza următoare. În primă fază, copilul mic dezvoltă conștientizarea și abilitatea de a exprima și experimenta emoția în interiorul relației îngrijitor-copil. În această relație, îngrijitorul trebuie să fie receptiv și sensibil la emoțiile copilului și să ofere un mediu sigur și de susținere pentru a ajuta la etichetarea emoțiilor și exprimarea lor în siguranță. Modul în care adultul răspunde copilului cu control afectiv prin ton și tempo, atingerea și privirea îi ajută pe cei mici să învețe să gestioneze și să reducă mai bine intensitatea emoției lor pe drumul spre reglare. În a doua fază, de la 3 la 5 ani, relația continuă în acest mod, dar copilul începe să înțeleagă și să discearnă între emoțiile proprii și ale celorlalți, precum și pentru a face față emoțiilor într-un mod reglementat.

Cercetările au dus la orientări specifice pentru intervențiile din copilărie care îmbunătățesc *autoreglarea*. Acestea includ: o concentrare mai intenționată și mai direcționată asupra autoreglării, în care abilitățile de reglare cognitivă și emoțională și integrarea lor sunt predate sistematic; sprijin pentru autoreglarea propriului îngrijitor; instrucțiuni ca îngrijitorii să modeleze, să antreneze, să consolideze și să susțină sprijinul abilităților de autoreglare în interiorul contextului unei relații calde și receptive, adică abilități de *corelare*. Crearea unei generații productive și pozitive nu a fost niciodată mai ușoară decât este în sistemul educațional de astăzi, mulțumită unui sprijin social și emoțional îmbunătățit. Sănul familiei este primul loc în care copiii cresc și învață; școala vine după aceea. Relațiile dintre cadrele didactice și elevi pot afecta rezultatele învățării elevilor și personalității, de asemenea o mare pozitivitate în aceste relații și în atmosfera școlară îi ajută pe copii să fie mai productivi, atât din punct de vedere academic, cât și social. În plus, o creștere sănătoasă în toate domeniile de dezvoltare au efect pozitiv de lungă durată. În mai multe studii, cercetătorii au demonstrat că există legături între dezvoltarea socială și emoțională a copiilor și realizarea lor academică. Pentru a asigura rezultate educaționale pozitive, cercetătorii trebuie să se concentreze pe încurajarea creșterii sănătoase a abilităților sociale și emoționale ale copiilor. Dezvoltarea *competenței sociale și emoționale* a copiilor influențează în mod direct implicarea în învățare și astfel le ale facilitează rezultate școlare bune. Școlile și cadrele didactice joacă un rol fundamental în viața copiilor mici. Când copiii se adaptează bine la școală, este deseori rezultatul atitudinilor și relațiilor pozitive ale profesorilor și colegilor lor. Primii oameni cu care copiii comunică sunt adesea cei de la școală. Prin urmare, copiii mici consideră deseori că profesorii lor sunt modele de

urmat, iar profesorii au un efect uriaș asupra adaptării copiilor la mediul de învățare. Mai mult, profesorii pot face copii să iubească sau să urască școala. O modalitate simplă de a asigura rezultate productive și pozitive este de a oferi copiilor relații sociale și emoționale sănătoase [3].

Copiii mici se confruntă adesea cu dificultăți în adaptările școlare atunci când au experimentat o competență socială slabă. Copiii care trăiesc emoții negative nu sunt întotdeauna capabili să se concentreze asupra învățării. Prin urmare, când copiii experimentează relații și interacțiuni mai pozitive, au realizări academice mai puternice, se îmbunătățesc rezultatele învățării și implicarea în activitatea la clasă.

Reglarea emoțiilor celor mici poate prezice realizările lor școlare din primii ani, până în ultimii ani de școală. Competențele sociale și emoționale pot întări și chiar îmbunătăți succesul școlar [30].

Bunăstarea copiilor mici și succesul școlar sunt legate de dezvoltarea lor socială și a abilităților emoționale. Profesorii îi ajută pe copii să înceapă să învețe despre competența socială și emoțională care este legată de succesul lor. Profesorii încurajează această dezvoltare, deoarece știu cum să răspundă într-un anumit mod. Învățarea abilităților sociale și emoționale îmbunătățesc competența copiilor de citire și scriere, gândire critică, motivația învățării și comunicarea, interacțiunea și colaborarea cu colegii și profesorii. Copiii care au relații bune cu colegii, tind să învețe comportamente pozitive ca competența socială, motivația, atenția și perseverența. Pe de altă parte, copiii cu reacții adverse la relațiile între colegi tind să aibă o acceptare mai mică și să aibă trăsături supărătoare, cum ar fi hiperactivitatea și incapacitatea de concentrare. Astfel de copii, au niveluri mult mai scăzute de acomodare socială și rezultate școlare slabe [30].

Relațiile profesor-copil joacă, de asemenea, un rol vital în consolidarea abilităților comportamentale pozitive ale copiilor mici. Mulți cercetători au observat că relațiile strânse dintre copii și profesori îndeplinesc o funcție de guvernare pentru copiii care se angajează în comportament problematic, ajutând, de exemplu, în interacțiunile sociale ale acestora. Dacă relația nu este puternică, profesorul nu poate regla comportamentul negativ al copilului, ceea ce ar putea îmbunătăți deconectarea de interacțiunile sociale [12].

Istoria dezvoltării afectează în mare măsură competența emoțională. Toate emoțiile sunt produse socio-culturale. Experiența socială joacă un rol important atât în istoria dezvoltării cât și în constructul de competență emoțională.

Saarini(1999), prezintă „, principalele repere ale dezvoltării legate de modul în care învățăm să realizăm conexiuni importante între emoția și experiența socială,, [5,21].

Sunt folosite trei teme organizatorice majore care interacționează: reglarea/adaptarea, comportamentul expresiv și construirea relațiilor. Acestea captează esența a ceea ce este important în dezvoltarea emoțională.

Aptitudinile competenței emoționale:

- conștientizarea stării emoționale personale;
- aptitudinea de recunoaștere a emoțiilor altor persoane;
- aptitudinea de folosire a vocabularului emoțiilor;
- apacitatea participării empatice și compasiunii;
- aptitudinea de a înțelege stările emoționale interne care nu corespund cu expresia emoțională externă;
- aptitudinea de a găsi soluții adaptative la emoții perturbatoare;
- conștientizarea naturii relațiilor și împărtășirea reciprocă;
- capacitatea de autoeficiență emoțională.

Consecințele competenței emoționale se văd în comportamentul copiilor atunci când aceștia reușesc să-și însușească aceste aptitudini. În cercetarea empirică, trei consecințe dețin un rol important:

- aptitudinea de a-și gestiona eficient emoțiile;
- sentimentul de bine;
- reziliența adaptativă.

Cercetari relevante pe această temă sunt disponibile în prezentari publice (Asher și Rose, 1997; Compas, Worham și Ey, 1992; Crik și Dodge, 1994; Denham, 1999; Fox, 1994; Garber, Braafladt și Zelman, 1991; Parke, Cassidy, Burks, Carson și Boyum, 1992; Saarni, 1999; Thompson, 1991; Wolchik și Sandler, 1997). În cazul copiilor cercetarile sunt limitate privind starea de bine subiectiv. Rezultatele indica faptul că „ aptitudinile celor mici de a-și concentra atenția și inhiba reacțiile inadecvate sunt legate de o probabilitate mai mică de a trăi o activitate emoțional negativă în interacțiunea cu alți copii, [21].

Reziliența – capacitate de redresare imediată după un eveniment nefericit. Persoanele care manifestă comportamente emoționale competente în situații stresante sunt considerate persoane reziliente.

Cercetările lui Luthar, Doernberger și Ziegler, 1993, „ indică faptul că experiențele solicitante repetate pot epuiza influențele protective și eroda funcționarea competentă în unele domenii, „.

Cercetarea longitudinală făcută de Murphy și Moriarty (1976) sa dovedit a fi extrem de utilă în recunoașterea consecințelor competenței emoționale. Copiii sunt inclinați să manifeste capacitate de coping în fața unui stres viitor, în cazul în care sunt expuși la agenți stresori care se află în limitele capacității lor de adaptare.

Strategiile de coping, au o importanță majoră în gestionarea emoțiilor, mai ales începând cu perioada preșcolară. Odată cu maturizarea omul devine mai capabil de a oferi justificări și de a crea așteptări. Pentru a-și dezvolta abilități emoționale și sociale, psihologii recomandă să venim în ajutorul copiilor, învățându-i să vorbească despre emoțiile lor ca modalitate de a înțelege sentimentele celor cu care interacționează. Să-i ghidăm în a înțelege ce înseamnă postura, tonul vocii, expresiile de pe chip dar și alte elemente care fac parte din limbajul trupului.

După unii cercetători, copiii care au suferit traume majore, au nevoie de timp pentru controlul emoțiilor și într-un mediu propice. Dar progresele recente din domeniu, sugerează abordarea directă față de desensibilizarea efectului traumei [16].

Educarea copiilor nu este un lucru simplu. Cele trei stiluri de generale de parenting sunt:

- autoritar – caracterizat prin reguli stricte care trebuie respectate, *copii ținuti din scurt și fără drept de opinie.*
- permisiv - caracterizat prin toleranță, pasiv în impunerea limitelor, fără pretenții și fără obiective clare pentru copii lor
- asertiv - caracterizat prin limite clare, mediu familial favorabil, îndrumare, ajutor în luarea deciziilor. Prețuiesc independența copiilor, dar impun standarde înalte de responsabilitate.

O relație deschisă și afectivă cu copilul are pe termen lung efectul de a-i îmbunătăți imaginea de sine.

Studiul efectuat de psihologii Linda Russek și Gary Schwartz, început cu 35 de ani în urmă, arată cât de important este pentru viitorul copiilor construirea unei relații pozitive cu ei. Implicarea părinților în terapia jocului ajută la sănătatea fizică și mintală a copiilor [16].

În concluzie, competențele sociale și emoționale constituie pilonul central al dezvoltării inteligenței emoționale. Aceste competențe, care includ atât capacitatea de a recunoaște și gestiona emoțiile proprii, cât și ale altora, sunt esențiale pentru o viață personală împlinită și pentru relații interumane durabile și armonioase. Într-o lume în care interacțiunile fac parte din

viața de zi cu zi, abilitatea de a naviga cu succes în dinamica socială devine un factor determinant al fericirii și bunăstării personale.

În plus, educația și promovarea continuă a competențelor sociale și emoționale reprezintă o investiție în construirea unor comunități sănătoase și reziliente. Aceasta subliniază nevoia unei atenții sporite în educație, unde integrarea dezvoltării emoționale și sociale în programele școlare ajută tinerii să-și dezvolte inteligența emoțională pentru a face față provocărilor viitorului.

În esență, pe măsură ce trăim într-o lume în care complexitatea socială este în creștere, dezvoltarea și cultivarea constantă a competențelor sociale și emoționale devine nu doar un avantaj, ci și o necesitate esențială pentru succesul și bunăstarea holistică. Această orientare către inteligența emoțională mai rafinată are potențialul de a transforma nu doar indivizi, ci și comunitățile și organizațiile din care fac parte.

BIBLIOGRAPHY:

1. ANDRONE, S., I., *Rolul emoțiilor în procesul de învățare. În: Universul științelor. Materialele Simpozionului Științific Internațional*, ed. VI Iași, 2015, p. 37-40 ISBN:2285-8407
2. ARGYLE, M., *Competențele sociale. În: Psihologia socială a relației cu celălalt* (trad.). S. Moscovici (coord.) Iași: Polirom, 1998. 367 p.
3. BACUS, ANNE, *Copilul de la 3 la 6 ani. Dezvoltarea fizică, psihică, afectivă, intelectuală și socială*. Editura Teora, 2003, București, ISBN: 973-601-983-7, 224p.
4. BAQUERO, VICTORIANO, SJ, *Afectivitatea integrate eliberatoare*, Editura Ars Longa, 1997, Iași, ISBN 973-98154-4-8, 173 p.
5. BAR-ON,R, PARKER. D.A, *Manual de inteligență emoțională*, Bucuresti, Ed Curte Veche, 2011, ISBN 978-973-669-974-0, 504 p.
6. BHARWANEY, G, *Reziliența emoțională*, Bucuresti, Ed Polirom, 2020, ISBN 978-973-46-8188-4, 291 p.
7. BONCHIȘ, E, *Psihologia copilului*, Editura Universității din Oradea, Oradea, 2004
8. BRĂGUȚĂ, SN., *Paradigmele inteligenței în psihologia contemporană*. Chișinău: 2012. 140 p.
9. BUCUN, N., *Evaluarea eficienței învățării prin prisma pedagogiei competențelor*. În: *Univers Pedagogic*, 2014, nr 1, p. 3-16. ISBN:1811-5470
10. CAIN, ANNE, *Psihodrama-Balint- Metodă, teorie și aplicații*, Editura Trei, București, 1996, ISBN: 973-97429-7-1, 204 p.
11. CARTER, F. *Testați-vă EQ-ul*, Bucuresti, Meteor- Press, 2011, 176 p, ISBN 978-973-728-538-6.
12. COJOCARU-BOROZAN M. *Formarea continuă a culturii emoționale la profesorii școlari*. Chișinău: Tipografia UPS „I. Creangă”, 2010. 80 p.
13. CRISAN (MORARU) A., *Dezvoltarea inteligenței emoționale la vârsta prescolară*. Teză de doctor. București: Universitatea București, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, 2011. 351 p.
14. CRISTEA, S. *Parteneriat în educație. În Revista Didactică Pro...*, nr.3 (79). Chișinău. 2013.54-56 pp. ISBN:1810-6455
15. Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it? *Early Education and Development*, 17,57–89
16. Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it? *Early Education and Development*, 17,57–89

17. DUMITRU EL. I. *Inteligența emoțională și atașament: predictorii ai convingerilor iraționale la tineri*. Teză de doctor. București: Universitatea București. Facultatea de Psihologie și Științele Educației. Specializarea Psihologie, 2013. 262 p.
18. ELIAS M. J., TOBIAS, S. E., FRIDLANDER B. S. *Inteligența emoțională în educarea copiilor*. București: Curtea veche Publishing, 2002. 272 p. ISBN:978-606-44-0271-4
19. ERIKSON, E. *Copilărie și societate*. Bucuresti: Trei, 2015. 536 p. ISBN 978-6060719-015-1.
20. GARDNER, HOWER, *Inteligențele multiple*, Editura Curtea Veche, București, 2022, ISBN: 978-606-44-1199-0, 523p.
21. GOLEMAN, D. *Creierul și inteligența emoțională*, București, Ed Curtea-Veche, 2016, 110 p. ISBN 978-606-588-888-3.
22. GOLEMAN, D. *Leadership: Puterea inteligenței emoționale*, București, Curtea Veche Publishing, 2016, 158 p ISBN 978-606-588-861-6.
23. GOLEMAN. D. *Inteligența emoțională, ediția a III-a*, Editura Curtea Veche, București, 2008, 430 p. ISBN 978-973-669-520-9.
24. GOLEMAN, D., *Inteligența emoțională cheia succesului în viață*. București: Alfa, 2004. 376 p. ISBN: 973-8457-62-9
25. LANTIERI, L. *Introducere și meditații de Daniel Goleman- Dezvoltarea inteligenței emoționale a copiilor*, Bucuresti, Ed Curtea-Veche, 2013,198 p, ISBN 978-606-588-665-0.
26. LAPOȘINA,E., Creativity and emotional intelligence., Journal of Romanian Literary Studies, nr 40, 2025, pp 675-680
27. MAYER, J.D., Salovey P. *Teoria inteligenței emoționale*. Buc: Ed. All, 1990. 198 p.
28. MLODINOW, LEONARD, *Revoluția emoțiilor- impactul radical al emoțiilor asupra gândirii*, Editura Bookzone, București,2023, ISBN 978-630-305-040-9, 302p.
29. NECHITA Z. *Inteligența emoțională a școlarului mic - modalități de cunoaștere și dezvoltare*. Bacău, Editura Casei Corpului Didactic, 2010. 112 p.
30. PALADI, O., CAUȘ-AVRAM, O., Relația dintre inteligența emoțională și motivația pentru succes la preadolescenți. Psihologie, revista științifico-practică, nr 2, 2023. pp 14-20,ISSN 1857-2502.
31. PIAGET, JEAN, *Probleme de psihologie genetică. Copilul și realitatea*, Editura Trei, București, 2022, ISBN: 978-606-40-1371-2, 223p.
32. PIAGET, J., Jean Piaget: *Psihologia inteligenței*, Editura Științifică, București, 1965;
33. STEIN, ST. J., BOOK HOWARD, E. *Forța inteligenței emoționale: inteligența emoțională și succesul vostru*. București: ALFA, 2003. 288 p. ISBN: 973-9457-21-1
34. URSU, M. Emotional intelligence -an influential model in children's education. *Journal of Romanian Literary Studies*. 2023, nr 32.pp.1094-1100.
35. URSU, M. Emoțional intelligence in the educational act. *Journal of Romanian Literary Studies*. 2023, nr 34.pp 766-771..
36. YEUNG R. *Dezvoltarea inteligenței emoționale*, București, Ed. Meteor Press, 2018, 143 p. ISBN 978-973-728-712-0