Metode și jocuri pentru dezvoltarea socio-emoțională

Prof. înv. primar: Boitoș Sanda- Elena
Școala Gimnazială „Florea Bogdan”
3 martie 2026

Scopul și aplicabilitatea materialului

Prezentul articol își propune să ofere cadrelor didactice din învățământul primar metode și exemple de activități practice pentru dezvoltarea competențelor socio-emoționale la elevii cu cerințe educaționale speciale (CES) integrați în școala de masă. Strategiile prezentate sunt aplicabile în activitatea zilnică, adaptabile diferitelor tipuri de nevoi educaționale și contribuie la construirea unui climat incluziv, sigur și cooperant, favorabil progresului școlar și stării de bine.

Importanța dezvoltării socio-emoționale în context incluziv

Educația incluzivă presupune mai mult decât integrarea fizică a copilului cu CES în colectivul clasei. Ea implică participare activă, acceptare și sprijin emoțional. Cercetările din domeniul educației socio-emoționale arată că abilități precum autoreglarea, empatia, cooperarea și comunicarea eficientă sunt predictori importanți ai succesului școlar și ai adaptării sociale.

În cazul elevilor cu CES, aceste competențe devin esențiale pentru reducerea anxietății, prevenirea comportamentelor problematice și facilitarea relațiilor pozitive cu colegii.

Metode eficiente pentru dezvoltarea socio-emoțională

1. Învățarea cooperativă

Fundamentată pe teoria interdependenței sociale dezvoltată de David W. Johnson și Roger T. Johnson, învățarea cooperativă presupune organizarea activităților în grupuri mici, cu roluri clar definite și responsabilitate individuală.

Metoda „Jigsaw” sau distribuirea de roluri (coordonator, încurajator, raportor) dezvoltă cooperarea și comunicarea. Pentru elevii cu CES, această abordare reduce izolarea și crește sentimentul de apartenență la grup.

2. Modelarea comportamentală

Conform teoriei învățării sociale formulate de Albert Bandura, copiii învață prin observarea și imitarea comportamentelor semnificative. Învățătorul poate modela exprimarea emoțiilor și rezolvarea calmă a conflictelor, verbalizând propriile strategii de autoreglare. Jocurile de rol completează această metodă, oferind situații concrete de exersare.

3. Poveștile sociale (Social Stories)

Metodă elaborată de Carol Gray, poveștile sociale descriu situații cotidiene și comportamente adecvate într-un limbaj clar și structurat. Realizarea unor mici cărți ilustrate precum „Cum reacționez când pierd” sau „Cum cer ajutorul” crește predictibilitatea și sprijină înțelegerea normelor sociale, fiind deosebit de utile pentru copiii cu tulburări din spectrul autist.

4. Cercul clasei (Circle Time)

Promovat în cadrul programelor de educație socio-emoțională susținute de CASEL, cercul clasei presupune întâlniri regulate dedicate exprimării emoțiilor și consolidării relațiilor.
Acest moment, organizat zilnic sau săptămânal, dezvoltă empatia, ascultarea activă și coeziunea grupului.

5. Jocul comportamental structurat

Strategia cunoscută sub denumirea de Good Behavior Game presupune organizarea clasei în echipe care primesc feedback pozitiv pentru respectarea regulilor. Metoda s-a dovedit eficientă în reducerea comportamentelor disruptive și în dezvoltarea autocontrolului.

6. Metoda rezolvării de probleme sociale

Bazată pe lucrările lui Maurice J. Elias, această metodă presupune parcurgerea unor pași clari: identificarea problemei, exprimarea emoției, generarea soluțiilor și alegerea celei potrivite. Aplicată constant, dezvoltă responsabilitatea și capacitatea de luare a deciziilor.

7. Tehnici de autoreglare și mindfulness adaptat

Cercetările privind inteligența emoțională popularizate de Daniel Goleman evidențiază rolul autoreglării în succesul școlar. Exerciții simple precum „Respirația balonului" sau „Semaforul emoțiilor" pot fi integrate în rutina zilnică pentru a sprijini gestionarea impulsivității și a anxietății.

8. Contractul emoțional al clasei

Elaborat împreună cu elevii, acest instrument stabilește reguli clare de comunicare și relaționare. Afișarea vizuală a angajamentelor oferă structură și predictibilitate, aspecte esențiale pentru copiii cu dificultăți de adaptare.

Exemple de jocuri aplicative

„Păianjenul prieteniei" – dezvoltă aprecierea reciprocă.
„Scaunul aprecierii" – consolidează stima de sine.
„Schimbă perspectiva" – stimulează empatia.
„Semaforul emoțiilor" – sprijină autoreglarea.

Concluzii

Dezvoltarea socio-emoțională reprezintă fundamentul incluziunii autentice. Integrarea sistematică a metodelor interactive și a jocurilor cu valențe formative contribuie la crearea unui climat școlar bazat pe respect, cooperare și sprijin reciproc. Într-o clasă incluzivă, fiecare copil are nevoie nu doar de adaptări curriculare, ci și de oportunități reale de a învăța să își înțeleagă emoțiile și să construiască relații pozitive. Rolul învățătorului devine, astfel, unul esențial: facilitator al învățării academice, dar și arhitect al dezvoltării emoționale.

Bibliografie:

Bandura, A. (1977). Social Learning Theory.
Elias, M. J. et al. (1997). Promoting Social and Emotional Learning.
Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence.
Gray, C. (2010). The New Social Story Book.
Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1999). Learning Together and Alone.
CASEL – Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Framework for SEL.