



Curs de dezvoltare emoțională a copiilor (4 – 7 ani)

Dezvoltarea emoțională optimă a copiilor reprezintă una dintre componentele esențiale ale adaptării lor ulterioare la viața socială și la menținerea stării de sănătate mentală.

Cursul de **Dezvoltare emoțională** urmărește dezvoltarea **Competenței Emoționale (Inteligența Emoțională)** a copiilor, prin:

- cunoașterea emoțiilor de bază (bucurie, tristețe, furie, frică);
- recunoașterea și interpretarea emoțiilor proprii (indici verbali și non-verbali);
- recunoașterea și interpretarea emoțiilor celorlalți copii (indici verbali și non-verbali);
- trăirea și exprimarea emoțiilor funcționale, adaptative;
- reglarea emoțională.

Copiii vor învăța să comunice **emoțiile de bază (verbal și non-verbal)**, ceea ce îi va ajuta să accepte cu mai multă ușurință punctul de vedere al celorlalți și să înțeleagă că două persoane pot avea reacții emoționale diferite la același eveniment. De asemenea, copiii vor învăța că exprimarea emoțiilor are consecințe asupra lor și asupra celorlalți.

Lucrul cu emoțiile se va face prin: **dialog, joc, desen, povești**, pe parcursul a **8-10 ședințe**.

Profesor coordonator: Sabina Grososiu, Psiholog clinician, psihoterapeut, MA, Trainer acreditat CNFPA

