

INFLUENȚA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE ASUPRA ABILITĂȚILOR DE COMUNICARE ȘI DE ÎNVĂȚARE LA PREADOLESCENȚI

Angela CALANCEA

Doctor în psihologie, conferențiar universitar, Universitatea Liberă Internațională din Moldova, Chișinău, Republica Moldova

e-mail: angela.calancea@yahoo.com

<https://orcid.org/0000-0003-2869-0157>

Prezentul studiu explorează impactul inteligenței emoționale asupra dezvoltării abilităților de comunicare la preadolescenți, ținând cont de factori precum vârsta și genul. Cercetarea se bazează pe modelele lui Mayer & Salovey (1997) și Goleman (1995), care subliniază importanța inteligenței emoționale în succesul personal și social al indivizilor. Eșantionul de studiu a inclus 60 de preadolescenți cu vârste cuprinse între 10 și 14 ani, iar analiza datelor a fost realizată prin aplicarea testelor de psihometrie validate. Rezultatele au indicat diferențe semnificative în nivelurile de inteligență emoțională în funcție de vârstă și gen, evidențiind o corelație pozitivă între inteligența emoțională și competențele de comunicare. Aceste descoperiri subliniază necesitatea unor intervenții educaționale care să sprijine dezvoltarea inteligenței emoționale și să faciliteze îmbunătățirea abilităților de comunicare, esențiale pentru succesul social al preadolescenților. Studiul recomandă implementarea unor programe educaționale specifice pentru cultivarea acestor abilități, în scopul unei dezvoltări armonioase și adaptabile a acestora pe termen lung.

Cuvinte-cheie: inteligența emoțională, emoții, competențe de comunicare și învățare, educație, dezvoltare personală, dezvoltare socio-emoțională, preadolescent.

THE INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE ON COMMUNICATION AND LEARNING SKILLS IN PREADOLESCENTS

This study explores the impact of emotional intelligence on the development of communication skills in preadolescents, considering the influence of determining factors such as age and gender. The research is based on the theoretical models of Mayer & Salovey (1997) and Goleman (1995), which emphasize the importance of emotional intelligence in individuals' personal and social success. The study sample included 60 preadolescents aged between 10 and 14, and data analysis was conducted through the application of validated psychometric tests. The results showed significant differences in emotional intelligence levels based on age and gender, highlighting a positive correlation between emotional intelligence and communication skills. These findings underline the need for educational interventions that support the development of emotional intelligence and facilitate the improvement of communication skills, essential for preadolescents' social integration and success. The study recommends implementing specific educational programs to cultivate these skills for their long-term harmonious and adaptable development.

Keywords: emotional intelligence, emotions, communication skills, learning skills, education, learning, personal development, socio-emotional development, preadolescent.

L'INFLUENCE DE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE SUR LES COMPÉTENCES EN COMMUNICATION ET EN APPRENTISSAGE CHEZ LES PRÉADOLESCENTS

Cette étude explore l'impact de l'intelligence émotionnelle sur le développement des compétences communicationnelles chez les préadolescents, en tenant compte des facteurs tels que l'âge et le sexe. Elle s'appuie sur les modèles théoriques de Mayer & Salovey (1997) et Goleman (1995), soulignant l'importance de l'intelligence émotionnelle pour le succès personnel et social. L'échantillon comprenait 60 préadolescents de 10 à 14 ans, et les données ont été analysées à l'aide de tests psychométriques validés. Les résultats ont montré des différences significatives dans les niveaux d'intelligence émotionnelle selon l'âge et le sexe, ainsi qu'une corrélation positive entre l'intelligence émotionnelle et les compétences communicationnelles. Ces résultats soulignent la nécessité d'interventions éducatives visant à soutenir le développement de l'intelligence émotionnelle et à améliorer les compétences de communication, essentielles pour l'intégration sociale et le succès des préadolescents. L'étude recommande des programmes éducatifs spécifiques pour promouvoir ces compétences et favoriser un développement harmonieux à long terme.

Mots-clés: intelligence émotionnelle, émotions, compétences communicatives, compétences en apprentissage, éducation, développement personnel, développement socio-émotionnel, préadolescent.

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ И ОБУЧЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Данное исследование анализирует влияние эмоционального интеллекта на развитие коммуникативных навыков у подростков, учитывая такие факторы, как возраст и пол. Исследование основано на теориях Майера и Саловея (1997), а также Големана (1995), подчеркивающих важность эмоционального интеллекта для личного и социального успеха. В исследовании участвовали 60 подростков в возрасте от 10 до 14 лет, и данные были проанализированы с использованием утвержденных психометрических тестов. Результаты показали значительные различия в уровнях эмоционального интеллекта в зависимости от возраста и пола, а также положительную корреляцию между эмоциональным интеллектом и коммуникативными навыками. Результаты подчеркивают необходимость образовательных вмешательств, направленных на развитие эмоционального интеллекта и улучшение коммуникативных навыков, что важно для социальной интеграции и успеха подростков. Исследование рекомендует внедрение специфических образовательных программ для поддержания этих навыков и обеспечения гармоничного развития на долгосрочную перспективу.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоции, навыки общения и обучения, воспитание, личностное и социально-эмоциональное развитие, подросток.

Introducere

Inteligența emoțională reprezintă unul dintre cei mai importanți factori care contribuie la succesul personal și social al individului [2, p.8]. În contextul secolului XXI, conceptul de inteligență nu se mai limitează la aspectele cognitive, ci cuprinde și competențele emoționale și sociale, cum ar fi auto-controlul, empatia, toleranța și gestionarea eficientă a emoțiilor. Aceste abilități sunt esențiale pentru dezvoltarea optimă a personalității și pentru adaptarea la dinamica mediului social [3, p.14]. Cercetări-

le realizate de Reuven Bar-On și Antonio Damasio au identificat circuite neuronale specifice ce susțin inteligența emoțională, demonstrând rolul fundamental al acestui construct în procesarea emoțiilor și în interacțiunile sociale. Termenii „Emotional Intelligence” (EI) și „Emotional Quotient” (EQ) sunt utilizați frecvent pentru a desemna acest concept central în psihologia contemporană [4, p.16-17].

În ultimii ani, literatura de specialitate a consolidat baza teoretică a inteligenței emoționale, evidențiind rolul său esențial în succesul personal și integrarea

socio-profesională. Cercetători notorii, precum T. Bradberry, G. R. Adams, A. Faber, M. D. Berzonsky, P. Ekman și S. J. Stein, au explorat în detaliu influența inteligenței emoționale asupra dezvoltării individului [5, p. 8-9]. Într-o societate aflată în continuă schimbare, dezvoltarea competențelor emoționale și comunicative devine crucială pentru integrarea și succesul individual. Inteligența emoțională, așa cum a fost conceptualizată de Salovey și Mayer (1990) și popularizată de Goleman (1995), se referă la abilitatea de a recunoaște, înțelege și gestiona emoțiile proprii și ale altora. Competențele comunicative, pe de altă parte, includ ansamblul de abilități necesare pentru a transmite informații eficient și pentru a menține relații interpersonale armonioase [7, p. 12].

Preadolescența reprezintă o etapă crucială în dezvoltarea acestor competențe, deoarece schimbările biologice și psihologice din această perioadă influențează atât gestionarea emoțiilor, cât și interacțiunile sociale. În acest context, studiul de față își propune să analizeze relația dintre inteligența emoțională și competențele comunicative la preadolescenții din mediul rural, evidențiind factorii determinanți ai acestei dinamici și oferind recomandări pentru îmbunătățirea proceselor educaționale [1].

Ipotezele cercetării: 1. Există diferențe semnificative în nivelurile de inteligență emoțională în funcție de vârstă și gen; 2. Există o corelație pozitivă între inteligența emoțională și competențele comunicative la preadolescenți.

Scopul cercetării: Scopul cercetării constă în examinarea legăturii dintre inteligența emoțională și competențele comunicative la preadolescenți în funcție de gen și de vârstă.

Baza experimentală a cercetării: Eșantionul a fost alcătuit din 60 de preadolescenți (10-14 ani) din școli rurale, grupați astfel: 10-11 ani (18 participanți), 11-12 ani (19 participanți), 13-14 ani (23 participanți).

Abordări teoretice ale inteligenței emoționale

Inteligența emoțională (IE) este un concept esențial pentru succesul personal și social al individului, fiind studiată în diverse cercetări și teorii. IE a fost cercetată intens începând cu anii '90, având trei direcții principale, reprezentate de: Mayer și Salovey, Bar-On și Goleman. Astfel, Salovey și Mayer (1990, 1993) definesc IE ca fiind abilitatea de a percepe corect emoțiile, de a le exprima, de a le utiliza pentru a facilita gândirea și de a înțelege și reglementa emoțiile pentru a promova dezvoltarea emoțională și intelectuală.

Bar-On, în 1992, a detaliat mai multe dimensiuni ale IE, structurate pe componente intra personale și interpersonale. Printre aceste dimensiuni intra personale se numără: Conștientizarea emoțiilor proprii și recunoașterea sentimentelor; Optimismul, care reflectă o atitudine pozitivă față de viață și o autonomie în exprimarea gândurilor și sentimentelor; Respectul pentru sine și pentru ceilalți, bazat pe aprecierea reciprocă; Autorealizarea, ce se referă la îndeplinirea potențialului propriu; Independența, ce vizează capacitatea de auto-control și autonomie.

Mayer și Salovey grupează inteligența emoțională în 5 domenii: Conștiința de sine și a emoțiilor proprii; Stăpânirea emoțiilor și gestionarea conflictelor interne; Motivarea interioară și controlul impulsurilor; Empatia față de sentimentele celorlalți; Conducerea relațiilor interumane, care presupune aptitudini sociale și gestionarea interacțiunilor. Goleman, în 1995, a adăugat dimensiuni precum auto-controlul, motivația și aptitudinile sociale, considerând că, din punct de vedere educativ, aceste competențe trebuie dezvoltate pentru o integrare armonioasă în societate. Conform acestuia, mintea rațională și mintea emoțională sunt interconectate, iar rațiunea poate influența modul în care trăim și exprimăm emoțiile, iar acestea din urmă pot modela comportamentele și reacțiile interpersonale [8, p. 23]. Inteligența

emoțională reprezintă un factor esențial în dezvoltarea competențelor de comunicare și în menținerea unui echilibru emoțional sănătos, având un impact direct asupra relațiilor interpersonale și succesului social. Prin dezvoltarea acesteia, indivizii dobândesc abilități fundamentale pentru a înțelege și gestiona propriile emoții, precum și pentru a răspunde adecvat la emoțiile celor din jur. În special în cazul preadolescenților, integrarea inteligenței emoționale în educație devine imperativă pentru formarea unor indivizi echilibrați, capabili să se adapteze și să contribuie eficient într-un mediu social diversificat. Astfel, educația emoțională trebuie să fie o prioritate, facilitând crearea unui cadru favorabil dezvoltării personale și interpersonale armonioase [6].

Analiza rezultatelor experimentului de constatare privind inteligența emoțională la preadolescenți

1. Analiza distribuției inteligenței emoționale la preadolescenți

Introducere. În cadrul cercetării asupra inteligenței emoționale la preadolescenți, rezultatele experimentului de constatare sunt prezentate în tabelul următor. Acesta ilustrează distribuția nivelurilor de inteligență emoțională obținute pe baza testului „Inteligența Emoțională – Daniel Goleman” aplicat unui grup de preadolescenți. Scopul analizei este de a evalua comportamentele asociate cu diferite niveluri de inteligență emoțională și de a discuta implicațiile acestora pentru dezvoltarea psihologică a adolescenților în acest stadiu al vieții.

Metodologie. Testul utilizat pentru măsurarea inteligenței emoționale se bazează pe conceptul propus de Daniel Goleman, care include abilități precum auto-cunoașterea, autocontrolul emoțional, motivația, empatia și abilitățile sociale. Grupul de subiecți a fost selectat pentru a reprezenta diversitatea preadolescenților, iar rezultatele obținute au

fost clasificate în trei categorii: sub mediu, mediu și peste mediu. Distribuția acestora este prezentată în tabel, iar analiza se va concentra pe identificarea corelațiilor între aceste niveluri și comportamentele specifice asociate fiecărei categorii.

Analiza detaliată a rezultatelor

1. Nivel sub mediu (71,67%). Cele mai multe dintre persoanele incluse în acest studiu se află în categoria de inteligență emoțională sub medie, ceea ce sugerează o dificultate generală în gestionarea și exprimarea emoțiilor. Aceste date sunt în concordanță cu cercetările anterioare care subliniază că adolescenții, în special la vârsta preadolescenței, se confruntă cu provocări semnificative în ceea ce privește autoreglarea emoțională și empatia (Salovey & Mayer, 1990). Comportamentele asociate acestei categorii includ agresivitatea, tendința de a da vina pe alții și refuzul de a-și asuma responsabilitatea pentru emoțiile lor, ceea ce ar putea duce la dificultăți în relaționarea cu ceilalți și în gestionarea conflictelor interpersonale.

2. Nivel mediu (23,33%). Preadolescenții care se încadrează în categoria de inteligență emoțională medie prezintă o performanță mai bună în gestionarea emoțiilor, dar încă sunt influențați semnificativ de factori externi. Aceștia pot face față provocărilor emoționale atunci când sunt sprijiniți de stimuli externi, dar sunt susceptibili să se blocheze în fața unor temeri sau neliniști. Aceste rezultate reflectă modele de dezvoltare emoțională mai avansate decât cele observate în categoria sub mediu, dar încă insuficient integrate pentru a asigura o autoreglare emoțională completă (Goleman, 1995).

3. Nivel peste mediu (5%). Doar un procent mic dintre subiecți au obținut scoruri peste mediu, indicând prezența unor trăsături emoționale și comportamentale remarcabile, cum ar fi autocontrolul avansat, empatia crescută și o motivație intrinsecă puternică. Aceștia sunt capabili să-și regleze emoțiile eficient

și să înțeleagă complexitatea sentimentelor lor și ale celor din jur. Aceste trăsături sunt esențiale pentru dezvoltarea unor abilități sociale și interpersonale excelente și pentru gestionarea relațiilor mai complexe care apar în perioada preadolescenței (Bar-On, 2000). De asemenea, această categorie de subiecți este mai capabilă să interpreteze semnalele non-verbale și să aplice abilități sociale în mod adaptativ.

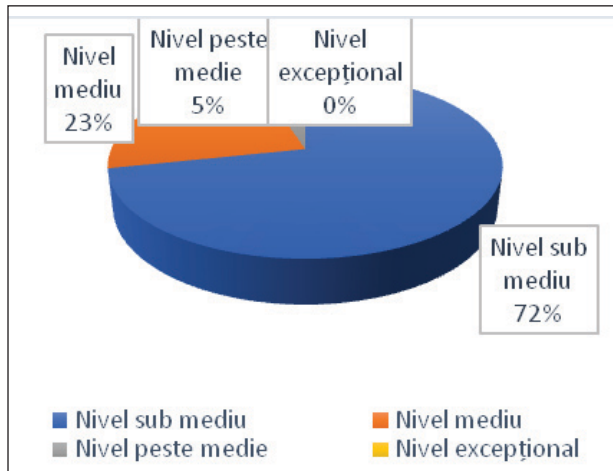


Fig. 1. Distribuția datelor privind nivelurile inteligenței emoționale la preadolescenți

Sursa: Rezultatele cercetărilor autorului.

Implicarea factorilor de mediu. Este important de subliniat că mediul familial și educațional joacă un rol semnificativ în dezvoltarea inteligenței emoționale. Deși testul folosit oferă o imagine clară a nivelului de inteligență emoțională, trebuie luat în considerare că diversele condiții socio-culturale și educaționale pot influența aceste scoruri. De exemplu, un mediu familial care promovează deschiderea emoțională și susține dezvoltarea empatiei poate contribui la creșterea nivelului de inteligență emoțională.

Concluzii. Analiza nivelurilor de inteligență emoțională la preadolescenți sugerează că o mare parte dintre aceștia se află într-o fază de dezvoltare în

care inteligența emoțională nu este complet integrată. Totuși, o mică proporție de preadolescenți prezintă un nivel de inteligență emoțională avansat, ceea ce indică posibilitatea dezvoltării acesteia prin intervenții specifice. Rezultatele acestei cercetări pot contribui la crearea unor programe educaționale și intervenționale care să sprijine dezvoltarea abilităților emoționale la tineri, esențiale pentru succesul lor personal și social.

2. Inteligența emoțională în dependență de gen la preadolescenți

În figura 2, s-au prezentat datele privind distribuția scorurilor de inteligență emoțională (EQ) în funcție de gen, cu detalii despre nivelurile sub mediu, mediu, peste medie și excepțional. Analizând aceste rezultate, observăm o diferențiere interesantă între fete și băieți în ceea ce privește distribuția scorurilor.

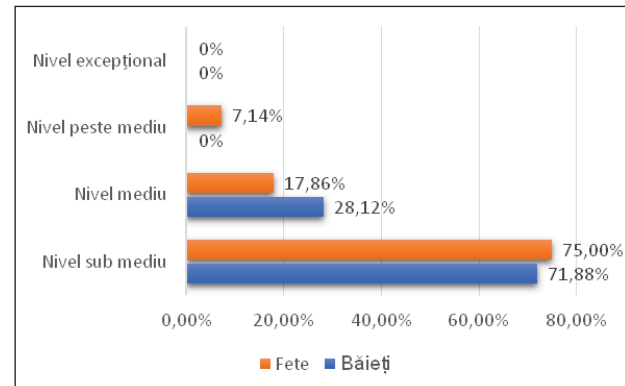


Fig. 2. Rezultatele obținute la inteligența emoțională în dependență de gen la preadolescenți

Sursa: Rezultatele cercetărilor autorului.

Analiza datelor:

1. Fete:

- La nivelul sub mediu, fetele reprezintă 75% (21 de subiecți), ceea ce indică o prevalență semnificativă a acestui nivel în rândul lor. Aceste rezul-

tate sugerează că majoritatea fetelor din acest grup au dificultăți semnificative în gestionarea emoțiilor, ceea ce se poate corela cu trăsături comportamentale precum timiditatea, tendința de a internaliza emoțiile și dificultatea de a le exprima deschis.

- *La nivelul mediu*, fetele sunt 17,86% (5 subiecți), ceea ce arată că un procent mic din ele reușesc să își gestioneze emoțiile într-un mod mai echilibrat, însă încă se confruntă cu dificultăți legate de gestionarea fricii și motivația externă.

- *La nivelul de peste mediu*, doar 7,14% (2 subiecți) dintre fete au obținut scoruri în această categorie, indicând o minoritate care prezintă abilități avansate de autoreglare emoțională și empatie.

2. Băieți:

- *La nivelul sub mediu*, băieții constituie 71,88% (23 de subiecți), ceea ce sugerează o tendință similară cu cea observată în cazul fetelor. Băieții din această categorie se confruntă cu dificultăți în gestionarea emoțiilor, ceea ce poate include comportamente precum agresivitatea, negarea responsabilității emoționale și conflictele interpersonale.

- *La nivelul mediu*, băieții au 28,12% (9 subiecți), ceea ce reprezintă un procent semnificativ mai mare față de fetele aflate la același nivel. Aceasta ar putea sugera că băieții sunt mai predispuși să aibă o abordare rațională în fața problemelor emoționale, dar încă depind de factori externi pentru a le depăși.

- *La nivelul de peste mediu și excepțional*, nu au fost înregistrați subiecți, ceea ce sugerează o distribuție mai concentrată în intervalele inferioare de inteligență emoțională.

Interpretare și discuție. Distribuția rezultatelor pe criterii de gen arată că atât fetele, cât și băieții prezintă o concentrație mare de subiecți în categoria de nivel sub mediu. Totuși, există o diferență semnificativă în ceea ce privește nivelul mediu, unde băieții prezintă un procentaj mult mai mare (28,12%) comparativ cu

fetele (17,86%). Aceasta ar putea reflecta o diferență în modul în care băieții și fetele fac față emoțiilor și în modul în care acestea sunt exprimate. Băieții ar putea manifesta o reglementare emoțională mai rațională, în timp ce fetele sunt mai susceptibile să interiorizeze emoțiile.

Implicații pentru intervenții educaționale.

Având în vedere că majoritatea preadolescenților, indiferent de gen, se află la nivel sub mediu în ceea ce privește inteligența emoțională, rezultatele sugerează necesitatea unor programe educaționale și intervenționale care să sprijine dezvoltarea abilităților emoționale și de autoreglare. De asemenea, diferențele de gen identificate pot oferi informații utile pentru adaptarea intervențiilor, în vederea adresării nevoilor specifice ale fiecărui grup. Fetele ar putea beneficia de sesiuni de dezvoltare a empatiei și exprimării deschise a emoțiilor, în timp ce băieții ar putea avea nevoie de tehnici care să sprijine gestionarea și verbalizarea sentimentelor într-un mod sănătos.

În concluzie, figura 2 ilustrează o tendință clară în distribuția inteligenței emoționale pe gen la preadolescenți, cu o predominanță a scorurilor sub mediu în rândul ambelor sexe, dar și cu diferențe semnificative la nivelul categoriei „mediu”. Această distribuție subliniază importanța intervențiilor timpurii și a dezvoltării abilităților emoționale specifice fiecărei grupe de vârstă și gen.

3. Distribuția inteligenței emoționale în funcție de vârstă la preadolescenți

Figura 3 ilustrează distribuția preadolescenților pe categorii de vârstă (11, 13 și 14 ani) în funcție de nivelul inteligenței emoționale, astfel evidențiind diferențele în dezvoltarea acestei abilități pe parcursul perioadei preadolescenței. Analizăm fiecare grupă de vârstă pentru a observa tendințele și corelațiile cu comportamentele emoționale și sociale la preadolescenți.

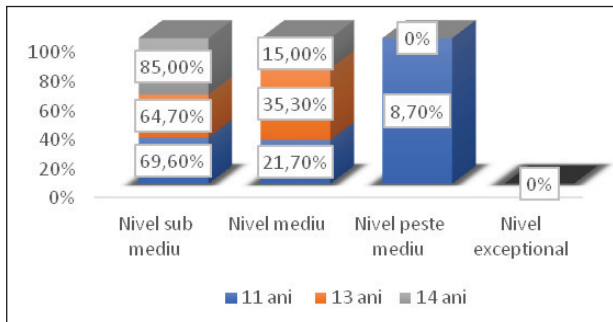


Fig. 3. Distribuția inteligenței emoționale în funcție de vârstă

Sursa: Rezultatele cercetărilor autorului.

Descrierea Datelor.

1. Preadolescenți de 11 ani:

- La nivelul sub mediu, aceștia constituie 69,60% (16 subiecți), ceea ce indică o proporție semnificativă de copii care întâmpină dificultăți în gestionarea și exprimarea emoțiilor la această vârstă. La 11 ani, copiii se află într-o perioadă de tranziție între copilărie și adolescență, ceea ce poate explica aceste dificultăți, având în vedere că procesul de dezvoltare emoțională este încă incomplet.

- La nivelul mediu, doar 21,70% (5 subiecți) au obținut scoruri medii, ceea ce sugerează că puțini dintre aceștia au un control emoțional mai echilibrat și o înțelegere mai bună a sentimentelor proprii și ale celor din jur.

- La nivelul peste mediu, există 8,70% (2 subiecți), ceea ce reflectă o minoritate care deja la această vârstă are abilități emoționale avansate, cum ar fi auto-reglarea și empatia.

2. Preadolescenți de 13 ani:

- La nivelul sub mediu, 64,70% (12 subiecți) dintre aceștia se află în această categorie, o scădere față de grupul de 11 ani, dar totuși un procent semnificativ. La această vârstă, copiii au început primele

semne de maturizare emoțională, dar se confruntă încă cu dificultăți în autoreglare.

- La nivelul mediu, 35,30% (7 subiecți) au un control mai bun asupra emoțiilor, semn că la această vârstă se dezvoltă mai mult abilități de autocunoaștere și gestionare a sentimentelor.

- Nu există subiecți în categoria peste mediu sau exceptional, ceea ce sugerează că, deși 13 ani reprezintă o vârstă de tranziție semnificativă, abilitățile emoționale încă nu sunt pe deplin dezvoltate.

3. Preadolescenți de 14 ani:

- La nivelul sub mediu, aceștia reprezintă 85,00% (15 subiecți), ceea ce reprezintă cel mai mare procentaj dintre toate categoriile de vârstă. Aceasta poate fi o dovadă a faptului că, în ciuda vârstei mai mari, copiii de 14 ani continuă să întâmpine dificultăți emoționale considerabile, semn că dezvoltarea emoțională poate fi influențată de o serie de factori contextuali, educaționali și sociali.

- La nivelul mediu, doar 15,00% (3 subiecți) obțin un scor mediu, indicând o minoritate care a reușit să depășească dificultățile emoționale și să ajungă într-un stadiu de mai bun autocontrol.

- Nu există subiecți în categoria peste mediu, ceea ce sugerează că la 14 ani, majoritatea încă nu au ajuns la un nivel înalt de autoreglare emoțională sau empatie.

Interpretare și discuție

1. Tendințe generale în funcție de vârstă:

- Nivelul sub mediu prevalează la toți preadolescenții, dar în mod particular, 14 ani este vârsta cu cel mai mare procentaj în această categorie (85%). Acest lucru poate fi legat de faptul că, deși 14 ani este vârsta adolescenței târzii, mulți preadolescenți încă nu au dobândit abilități de autoreglare emoțională și gestionează dificultățile emoționale într-un mod mai puțin eficient.

- Nivelul mediu crește de la 11 ani (21,70%) la 13 ani (35,30%), ceea ce sugerează o progresie în dez-

voltarea abilităților emoționale pe măsură ce copiii se apropie de adolescență. Totuși, chiar și la 13 ani, nu toți copiii au ajuns la un nivel optim de autocontrol emoțional.

2. Diferențe de dezvoltare între vârste: În timp ce copiii de 11 ani arată o tendință de a se afla în categoria sub mediu, cei de 13 ani sunt mai echilibrați emoțional, dar continuă să se confrunte cu provocări în autoreglare. Preadolescenții de 14 ani, în ciuda vârstei mai mari, au un procentaj considerabil în categoria sub mediu, ceea ce ar putea indica faptul că la această vârstă provocările emoționale sunt încă semnificative.

3. Implicații pentru intervenții: Rezultatele sugerează necesitatea unor intervenții specifice la fiecare vârstă, care să sprijine dezvoltarea inteligenței emoționale. La 11 ani, este important să se pună accent pe abilități de autoreglare și înțelegerea emoțiilor. La 13 ani, se pot introduce tehnici mai avansate de gestionare a fricii și dezvoltare a empatiei. La 14 ani, intervențiile ar putea ajuta la integrarea unei viziuni mai realiste asupra sinelui și a relațiilor interpersonale.

Concluzie. Distribuția preadolescenților pe vârste sugerează că, în general, majoritatea acestora se află în categoria sub mediu în ceea ce privește inteligența emoțională, iar acest lucru este evident la toate vârstele analizate. Totuși, pe măsură ce copiii îmbătrânesc, există o tendință de îmbunătățire a abilităților emoționale, chiar dacă nu toți preadolescenții reușesc să ajungă la un nivel optim de autoreglare și empatie. Aceste date sunt importante pentru dezvoltarea unor programe educaționale și de intervenție care să sprijine copiii în procesul lor de maturizare emoțională.

4. Partajarea datelor privind nivelurile inteligenței emoționale la preadolescenți

Figura 4 prezintă rezultatele obținute de

preadolescenți în urma unui test de inteligență emoțională, împărțind subiecții în trei categorii: nivel scăzut, mediu și înalt. Distribuția datelor arată un echilibru între subiecții cu inteligență emoțională medie și înaltă, cu un procentaj semnificativ de 51,67% dintre subiecți situându-se la nivelul mediu și 48,33% la nivelul înalt. Aceste procente sugerează o dezvoltare destul de avansată a abilităților emoționale în rândul preadolescenților.

Descrierea Datelor.

1. Nivel mediu:

- 51,67% (31 subiecți) au obținut un scor în categoria „nivel mediu”. Acest procentaj reflectă faptul că majoritatea preadolescenților au abilități emoționale bune, dar nu excelente. Cei aflați în această categorie sunt capabili să își controleze emoțiile și să le abordeze într-un mod adecvat, având relații bune cu cei din jur. Totuși, aceștia pot experimenta uneori schimbări spontane de dispoziție, ceea ce sugerează că autoreglarea emoțională nu este încă perfectă. Acest nivel de inteligență emoțională este caracterizat prin empatie și sociabilitate, dar și prin unele fluctuații emoționale.

2. Nivel înalt:

- 48,33% (29 subiecți) dintre preadolescenți au obținut un scor în categoria „nivel înalt”. Aceasta reprezintă o proporție aproape egală cu cea a celor din categoria medie, ceea ce sugerează că aproape jumătate dintre subiecți au abilități avansate de gestionare și exprimare a emoțiilor. Preadolescenții din această categorie sunt conștienți și responsabili față de propriile emoții și față de sentimentele celor din jur, sunt empatici, deschiși și nu se tem să își exprime dorințele, visurile și emoțiile. Aceștia sunt adesea descriși ca persoane cu bun simț și realiste, având un control emoțional ridicat și o capacitate mai mare de a se adapta situațiilor interpersonale.

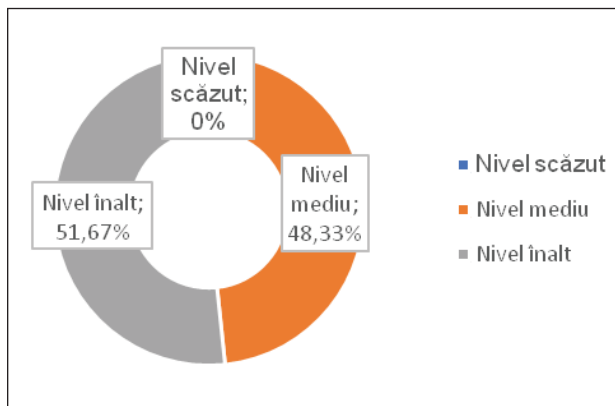


Fig. 4. Partajarea datelor privind nivelurile inteligenței emoționale la preadolescenți

Sursa: Rezultatele cercetărilor autorului.

Interpretare și discuție.

1. Echilibrul între nivelurile mediu și înalt. Distribuția relativ echilibrată între nivelurile mediu și înalt sugerează că, la preadolescenți, există o dezvoltare consistentă a inteligenței emoționale. Aproape jumătate dintre subiecți se află la nivelul înalt de inteligență emoțională, ceea ce indică o capacitate ridicată de a înțelege și reglementa emoțiile proprii și ale celor din jur. Este un semnal pozitiv că preadolescenții sunt pe cale să dobândească abilități de gestionare a emoțiilor, esențiale pentru succesul lor în interacțiunile sociale și în gestionarea relațiilor interpersonale.

2. Caracteristicile preadolescenților cu nivel mediu și înalt. Preadolescenții cu nivel mediu sunt caracterizați printr-o bună autoreglare emoțională și empatie, dar pot experimenta schimbări spontane de dispoziție, ceea ce poate reflecta o anumită instabilitate emoțională specifică vârstei. Acest comportament este normal pentru vârsta preadolescenței, când copiii trec printr-o perioadă de adaptare la schimbările fiziologice și psihologice. Preadolescenții cu nivel înalt se disting printr-o

conștientizare profundă a propriilor emoții și ale celor din jur, empatie și un comportament deschis. Aceste trăsături sunt esențiale pentru dezvoltarea unei inteligențe emoționale avansate și pot influența pozitiv relațiile lor interpersonale, precum și capacitatea de a face față provocărilor emoționale.

3. Implicații pentru intervenții educaționale. Datele sugerează că intervențiile educaționale ar putea beneficia în mod semnificativ din accentuarea dezvoltării inteligenței emoționale. În mod specific, este important să se încurajeze dezvoltarea abilităților de autoreglare emoțională și de empatie pentru toți preadolescenții, în special pentru cei aflați la nivelul mediu, pentru a-i sprijini în gestionarea emoțiilor și în îmbunătățirea relațiilor interpersonale. De asemenea, pentru cei cu nivel înalt, intervențiile ar putea viza consolidarea acestui nivel și îmbunătățirea abilităților de leadership emoțional.

Concluzie. Figura 1.4 evidențiază o distribuție relativ echilibrată între preadolescenții cu nivel mediu și cei cu nivel înalt de inteligență emoțională, ceea ce sugerează o dezvoltare favorabilă a abilităților emoționale în acest grup. Aproape jumătate dintre preadolescenți au dobândit un control emoțional bun și abilități avansate de gestionare a relațiilor interpersonale, iar acest lucru reprezintă o bază solidă pentru dezvoltarea continuă a inteligenței emoționale pe măsură ce aceștia înaintază în adolescență.

5. Împărțirea pe nivele, potrivit inteligenței emoționale, în dependență de gen, la preadolescenți

Figura 5 prezintă distribuția procentuală a scorurilor obținute de preadolescenți la testul de inteligență emoțională, împărțită pe gen. Analiza se concentrează pe diferențele dintre fete și băieți în ceea ce privește nivelurile de inteligență emoțională – mediu și înalt.

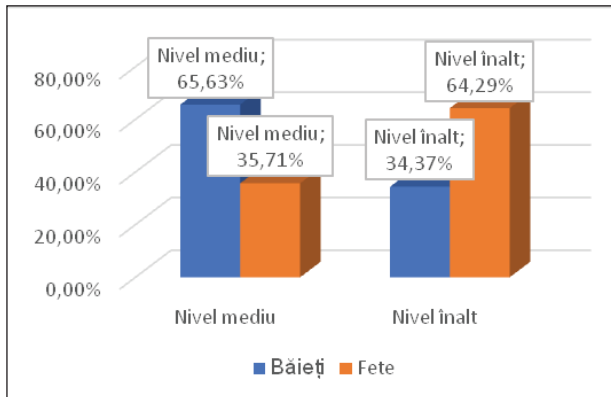


Fig. 5. Împărțirea pe nivele, potrivit inteligenței emoționale, în dependență de gen, la preadolescenți

Sursa: Rezultatele cercetărilor autorului.

Descrierea Datelor:

1. Fete

- *Nivel mediu:* La fete, 35,71% (10 subiecți) au obținut un scor în categoria „nivel mediu”. Acest procentaj sugerează că aproximativ o treime dintre fete au abilități emoționale bune, dar nu excelente. Fetele din această categorie sunt capabile să își regleze emoțiile și să le abordeze într-un mod corect, dar nu au atingerăa unui control emoțional complet și stabil.

- *Nivel înalt:* 64,29% (18 subiecți) dintre fete au obținut un scor în categoria „nivel înalt”. Acesta este un procentaj semnificativ, ceea ce indică faptul că majoritatea fetelor din grupul studiat au o inteligență emoțională bine dezvoltată, cu abilități avansate de autoreglare emoțională și empatie. Fetele din această categorie sunt mai conștiente de propriile emoții și ale celor din jur și au o capacitate sporită de a exprima și gestiona emoțiile.

2. Băieți

- *Nivel mediu:* La băieți, 65,53% (21 subiecți) au obținut un scor în categoria „nivel mediu”. Aceas-

tă proporție este mai mare decât la fete, ceea ce sugerează că băieții din acest grup au tendința de a avea un nivel mediu de inteligență emoțională mai pronunțat. Ei pot face față situațiilor emoționale într-un mod corect, dar este posibil ca autoreglarea lor emoțională să nu fie încă complet dezvoltată.

- *Nivel înalt:* La băieți, doar 34,37% (11 subiecți) au obținut un scor în categoria „nivel înalt”. Acest procentaj este semnificativ mai mic decât la fete, ceea ce sugerează că băieții, în general, nu au aceleași abilități avansate de gestionare a emoțiilor comparativ cu fetele, în contextul acestui grup de preadolescenți.

Interpretare și Discuție

1. Diferențele între fete și băieți:

- Se observă o diferență semnificativă între fete și băieți în ceea ce privește distribuția pe nivele de inteligență emoțională. Fetele au un procentaj mai mare de subiecți cu scoruri în categoria „nivel înalt” (64,29%), comparativ cu băieții (34,37%). Acest lucru sugerează că fetele tind să aibă abilități emoționale mai dezvoltate și sunt mai capabile să-și exprime și să regleze emoțiile într-un mod eficient.

- Băieții, pe de altă parte, se concentrează mai mult în zona „nivelului mediu” (65,53%), indicând un grad mai scăzut de autoreglare emoțională avansată în comparație cu fetele. Aceasta ar putea reflecta diferențe de gen în modul în care băieții și fetele își dezvoltă abilitățile emoționale, cu fetele având poate un avantaj în acest sens datorită factorilor culturali și educaționali.

2. Posibile implicații pentru educația emoțională:

- În contextul educației emoționale, este important să se recunoască aceste diferențe între fete și băieți, astfel încât intervențiile să fie adaptate nevoilor fiecărei grupe. De exemplu, ar putea fi util să se pună un accent suplimentar pe dezvoltarea abilităților emoționale la băieți, în special în ceea ce

privește gestionarea emoțiilor și exprimarea acestora într-un mod deschis și sănătos.

- De asemenea, pentru fete, intervențiile ar putea viza consolidarea nivelului înalt de inteligență emoțională, încurajându-le să își exprime dorințele și emoțiile într-un mod asertiv și să își gestioneze abilitățile de relaționare cu ceilalți.

3. Impactul asupra relațiilor interpersonale:

- Fetele, având un procentaj mai mare în categoria „nivel înalt”, pot fi mai bine echipate pentru a dezvolta relații interpersonale sănătoase, fiind capabile să își înțeleagă și să răspundă adecvat la emoțiile celor din jur. Aceasta le poate oferi un avantaj în dezvoltarea empatiei și a conexiunilor sociale autentice.

- Băieții, deși se află într-un procent mai mare în categoria „nivel mediu”, pot beneficia de intervenții care să le îmbunătățească abilitățile de gestionare a emoțiilor, având posibilitatea de a progresa în domeniul inteligenței emoționale și în dezvoltarea unor relații sociale eficiente.

Concluzie. Figura 1.5 arată o diferență semnificativă între fete și băieți în ceea ce privește distribuția scorurilor de inteligență emoțională. Fetele tind să aibă un nivel emoțional mai înalt, în timp ce băieții sunt mai concentrați în categoria „nivel mediu”. Aceste observații sugerează că intervențiile educaționale ar trebui să țină cont de diferențele de gen în dezvoltarea inteligenței emoționale și să fie personalizate pentru a sprijini atât dezvoltarea continuă a fetelor, cât și îmbunătățirea abilităților emoționale ale băieților.

6. Clasificarea nivelelor inteligenței emoționale pe vârste la preadolescenți

Figura 6 prezintă distribuția procentuală a nivelelor de inteligență emoțională pe categorii de vârstă (11 ani, 13 ani și 14 ani). Analiza se concentrează pe proporțiile de subiecți care au obținut scoruri la nivelurile „înalt” și „mediu” de inteligență emoțională pentru fiecare categorie de vârstă.

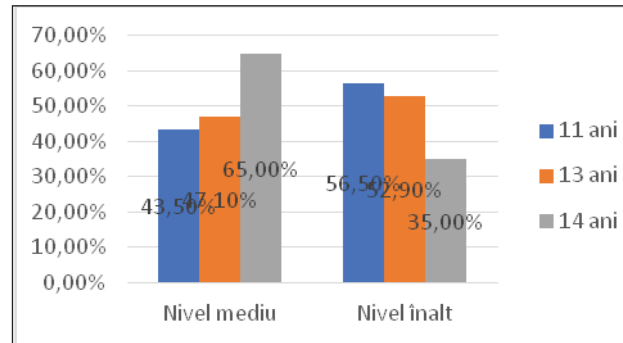


Fig. 6. Clasificarea nivelelor inteligenței emoționale pe vârste la preadolescenți

Sursa: Rezultatele cercetărilor autorului.

Descrierea Datelor:

1. Subiecții de 11 ani

- **Nivel înalt:** 56,50% (13 subiecți) dintre preadolescenții de 11 ani au obținut scoruri în categoria „nivel înalt”. Acesta este cel mai mare procentaj înregistrat pe toate grupele de vârstă, ceea ce sugerează că majoritatea copiilor de 11 ani au o inteligență emoțională dezvoltată, capabili fiind să-și exprime și să-și regleze emoțiile într-un mod adecvat și să fie empatici față de ceilalți.

- **Nivel mediu:** 43,50% (10 subiecți) dintre subiecții de 11 ani au obținut scoruri în categoria „nivel mediu”. Aceasta sugerează că, în ciuda unui procentaj semnificativ de copii cu inteligență emoțională înaltă, aproape jumătate dintre aceștia au abilități emoționale mai moderate, dar încă satisfăcătoare.

2. Subiecții de 13 ani

- **Nivel înalt:** 52,90% (10 subiecți) dintre preadolescenții de 13 ani au obținut scoruri în categoria „nivel înalt”. Acest procentaj este relativ ridicat, dar nu atinge procentajul observat pentru subiecții de 11 ani. Acest lucru sugerează că la 13 ani există o oarecare diferență față de 11 ani în ceea ce privește dezvoltarea inteligenței emoționale, cu

unele persoane de 13 ani fiind încă în proces de dezvoltare a acestora.

- *Nivel mediu:* 47,10% (9 subiecți) dintre subiecții de 13 ani au obținut scoruri în categoria „nivel mediu”. Comparativ cu 11 ani, mai mulți copii de 13 ani au un nivel emoțional moderat, ceea ce poate indica o etapă de tranziție, în care copiii se confruntă cu provocări emoționale mai complexe.

3. Subiecții de 14 ani

- *Nivel înalt:* 35% (6 subiecți) dintre preadolescenții de 14 ani au obținut scoruri în categoria „nivel înalt”. Acesta este cel mai mic procentaj dintre cele trei categorii de vârstă, ceea ce sugerează o scădere a abilităților emoționale în această grupă de vârstă.

- *Nivel mediu:* 65% (12 subiecți) dintre subiecții de 14 ani au obținut scoruri în categoria „nivel mediu”, ceea ce este cel mai mare procentaj înregistrat în acest nivel. Aceasta indică faptul că majoritatea adolescenților din această categorie de vârstă au un nivel de inteligență emoțională moderat, dar nu extrem de avansat.

Interpretare și discuție

1. Diferențe între Vârste

- La 11 ani, majoritatea subiecților au obținut scoruri în categoria „nivel înalt” (56,50%), ceea ce sugerează că la această vârstă copiii sunt mai capabili să își exprime emoțiile și să fie conștienți de ele, poate datorită unei dezvoltări mai favorabile în acest domeniu.

- La 13 ani, se observă o scădere a procentajului celor cu „nivel înalt” (52,90%), iar un număr mai mare de subiecți (47,10%) se află în categoria „nivel mediu”. Aceasta ar putea reflecta o perioadă de dezvoltare emoțională mai complexă, caracterizată de schimbări hormonale și sociale, în care unii preadolescenți devin mai nesiguri în exprimarea emoțiilor.

- La 14 ani, procentul celor cu „nivel înalt” scade semnificativ (35%), iar majoritatea subiecților se încadrează în „nivel mediu” (65%). Această tendință

poate sugera o stagnare a dezvoltării inteligenței emoționale în această perioadă de vârstă, posibil datorită factorilor sociali, educaționali sau hormonal care influențează gestionarea și exprimarea emoțiilor.

2. Implicații pentru educația emoțională

- Rezultatele sugerează că la 11 ani preadolescenții sunt cei mai încrezători și capabili să își exprime emoțiile. Educația emoțională ar trebui să sprijine dezvoltarea acestei abilități la această vârstă, ajutând copiii să își construiască în continuare autocunoașterea și să-și gestioneze emoțiile într-un mod sănătos.

- La 13 ani, intervențiile educaționale ar trebui să abordeze schimbările emoționale și provocările specifice acestei vârste, sprijinind dezvoltarea unei inteligențe emoționale mai complexe și mai adaptabile.

- La 14 ani, fiind o vârstă caracterizată de un procent semnificativ mai mare de subiecți cu nivel mediu, se recomandă ca programele educaționale să se concentreze pe dezvoltarea abilităților de autoreglare emoțională și de gestionare a relațiilor interpersonale, având în vedere că preadolescenții pot întâmpina dificultăți în integrarea emoțiilor într-un context social mai larg.

Concluzie. Figura 1.6 arată diferențele în dezvoltarea inteligenței emoționale la preadolescenți pe măsură ce aceștia cresc. Cei de 11 ani au cel mai mare procentaj de subiecți cu „nivel înalt” de inteligență emoțională, în timp ce la 14 ani majoritatea preadolescenților se află la „nivel mediu”. Aceste observații sugerează că vârsta de 14 ani este o perioadă de tranziție emoțională, iar intervențiile educaționale ar trebui să fie direcționate pentru a sprijini dezvoltarea inteligenței emoționale pe măsură ce preadolescenții progresează către adolescență.

Concluzii generale și recomandării

Studiul prezentat confirmă existența unor diferențe semnificative în nivelurile de inteligență emoțională

în funcție de vârstă și gen, evidențiind, totodată, o corelație pozitivă între inteligența emoțională și competențele comunicative. Aceste rezultate subliniază importanța includerii educației emoționale în curricula școlară, având în vedere că preadolescenții cu un nivel mai ridicat de inteligență emoțională manifestă abilități comunicative mai dezvoltate, ceea ce le facilitează integrarea socială.

Analiza datelor din acest studiu sugerează că fetele tind să prezinte un nivel mai ridicat de inteligență emoțională decât băieții, iar vârsta influențează semnificativ scorurile obținute, preadolescenții de 14 ani având cele mai mari procente la nivelul sub mediu, iar cei de 13 ani predominând la nivelul mediu. De asemenea, se observă o legătură puternică între inteligența emoțională și competențele comunicative, rezultatele experimentului indicând faptul că dezvoltarea uneia dintre aceste componente influențează în mod pozitiv și creșterea celeilalte.

Pentru a susține dezvoltarea inteligenței emoționale la preadolescenți și pentru a contribui la creșterea competențelor lor comunicative, sunt **recomandate următoarele măsuri**: Implementarea programelor de dezvoltare socio-emoțională în școli, care să includă exerciții de auto-reflecție și gestionare a emoțiilor; Antrenarea abilităților de comunicare prin jocuri de rol și scenarii interactive; Creșterea gradului de conștientizare a profesorilor și părinților asupra importanței inteligenței emoționale; Încurajarea auto-reflecției și gestionării emoțiilor prin activități care promovează introspecția, empatia și abilitățile sociale.

Studiul evidențiază faptul că inteligența emoțională este o componentă esențială pentru succesul personal și dezvoltarea unei personalități stabile și echilibrate. Preadolescența, o perioadă complicată din punct de vedere emoțional, este o fereastră critică în care educația emoțională poate oferi preadolescenților instrumentele necesare pentru a na-

viga mai eficient provocările interpersonale și pentru a-și consolida competențele de comunicare. De asemenea, dezvoltarea inteligenței emoționale contribuie semnificativ la încrederea în sine și la integrarea armonioasă în colectivități. Astfel, este esențial să se pună un accent deosebit pe educația emoțională în această perioadă, deoarece aceasta nu doar că sprijină dezvoltarea competențelor comunicative, dar ajută și la consolidarea unor relații sociale sănătoase, favorizând integrarea și adaptabilitatea pe termen lung a preadolescenților. Implementarea recomandărilor menționate poate contribui semnificativ la dezvoltarea unui EQ ridicat și, implicit, la îmbunătățirea abilităților de comunicare ale preadolescenților, esențiale pentru succesul lor în viitor.

Referințe bibliografice

1. CALANCEA A. *Trening-ul de dezvoltare a competențelor afective: Ghid pentru formarea practică în consilierea psihologică*. Î.S.F.E.-P. "Tipografia Centrală", Chișinău, 2012, 272 p.
2. GOLEMAN, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books, 1995, p. 384.
3. SALOVEY, P., & MAYER, J. D. Emotional Intelligence. In: *Imagination, Cognition, and Personality*, 9 (3), 1990, pp. 185-211.
4. FRIEDMAN, H. S. The Development of Emotional Intelligence. In: *Annual Review of Psychology*, 42, 1991, pp. 79-104.
5. SINEAVSKI, V. V., & FEDORISIN, B. A. *Cognitive and Social Competence in Adolescence*. Moscow University Press, 1998, p. 256.
6. GARDNER, H. *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books, 1983, p. 400.
7. EKMAN, P. *Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life*. Owl Books, 2003, p. 314.
8. BRADBERRY, T., & GREAVES, J. *Emotional Intelligence 2.0*. Talent Smart, 2009, p. 193.