

## عنوان مقاله:

آموزش شایستگی هیجانی در دوره ابتدایی

## محل انتشار:

هفتمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسندگان:

مأده عباس تبار - کارشناسی ارشد روانشناسی، دبستان شهید باهنر

زهرا احمدپور ترکی - کارشناسی ارشد روانشناسی، دبستان شاهد پسران

## خلاصه مقاله:

آموزش شایستگی هیجانی که مجموعه ای از مهارت ها در زمینه شناسایی، بیان و تنظیم هیجان را در برمی گیرد موجب می شود کودکان یاد بگیرند که چگونه به طور موثر هیجانات را بیان کنند و به طور مناسبی به تنظیم هیجان پردازنده در هنگام مواجهه با مسائل مختلف با شناسایی هیجانانی که هنگام مواجهه با مسائل با آن روبه رو شده اند، اثرات منفی هیجان را تعدیل کرده و بتوانند عملکرد بهتری داشته باشند. افزایش مهارت های شایستگی هیجانی موجب می شود کودکان به هیجان خود آگاهی یافته و همچنین درک و فهم بهتری از هیجان های دیگران داشته باشد و در شرایط بحران و حساس و یا مسائل مختلف روزمره که با آن مواجه می شوند با تنظیم هیجان می توانند اثرات هیجان در نظر بگیرند و و آن را مورد بررسی قرار دهند و به مدیریت آن پردازند. در واقع کودکان با آگاهی از هیجان خود و ابراز هیجان مخصوصا هیجان مثبت در موقعیت های زندگی، احساسات منفی خویش را کاهش دهند می توان گفت با بررسی پژوهش هایی که صورت گرفت در زمینه اثربخشی مداخلات مبتنی بر شایستگی هیجانی در کاهش و یا پیشگیری از مشکلات رفتاری و همچنین ارتقای مهارت های هیجانی مطالعاتی انجام شد بررسی مطالعات انجام شده نشان می دهد برنامه های پیشگیری-مداخله باعث افزایش مهارت های شایستگی هیجانی، بیان و پذیرش هیجان می شود.

## کلمات کلیدی:

شایستگی هیجانی - اجتماعی، آموزش، دبستان، کودکان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1619719>

