

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII  
MOLDOVA

CURRICULUM NAȚIONAL

ARIA CURRICULARĂ  
CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

DISCIPLINA OPȚIONALĂ

# **Inteligența emoțională în comunicare**

**CLASELE**  
a X-a – a XII-a  
(treapta liceală)

**Chișinău, 2023**

Aprobat de Consiliul Național pentru Curriculum  
(Ordinul Ministrului Educației și Cercetării **nr. 917**, din **25.07.2023**)

**Consultanți naționali:**

**Angela PRISACARU**, consultant principal, Ministerul Educației și Cercetării

**Grupul de lucru pentru elaborarea Curriculumului:**

- **Mariana MARIN**, coordonator, dr. în pedagogie, conferențiar universitar, USM
- **Pavel CERBUȘCA**, dr. în pedagogie, gr. did. și managerial superior, Liceul Teoretic Republican „Aristotel”, Chișinău

**Recenzenți:**

1. **Viorica GORAȘ-POSTICĂ**, dr.hab., prof.univ., USM
2. **Tatiana VERDES**, dr. în filologie, conf.univ., UPSC
3. **Diana ȘTEFANEȚ**, dr. în psihologie, grad did. superior, IP Centrul de Excelență în Economie și Finanțe.
4. **Oxana PALADI**, dr. în psihologie, conf. univ., USM
5. **Ecaterina MOGA**, dr. în psihologie, UPSC.

# CUPRINS

I. PRELIMINARII	4
II. REPERE CONCEPTUALE	5
III. COMPETENȚE-CHEIE/ TRANSVERSALE	8
IV. COMPETENȚE SPECIFICE DISCIPLINEI	9
V. ADMINISTRAREA DISCIPLINEI	9
VI. UNITĂȚI DE ÎNVĂȚARE	12
VII. REPERE PRIVIND STRATEGIILE DIDACTICE	15
VIII. STRATEGII DE EVALUARE	16
IX. REPERE PENTRU PROIECTARE DIDACTICĂ	18
X. REFERINȚE BIBLIOGRAFICE	18

## I. PRELIMINARII

**Inteligența emoțională** este un criteriu de succes și un factor determinant al vieții personale împlinite și fericite. Dezvoltarea inteligenței emoționale reprezintă înțelegerea și gestionarea emoțiilor pentru a crea relații armonioase cu cei din jur.

**Curriculumul la disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare*** reprezintă un act normativ reglator, prevăzut pentru a fi implementat în **clasele liceale (X-XII)**.

Documentul este elaborat la inițiativa Centrului Tekwill, în cadrul Proiectului „Tekwill în fiecare școală”. **Misiunea proiectului** este să pună în valoare capitalul uman al țării și să educe, pe termen lung, o generație de oameni care să creeze în Republica Moldova produse și servicii, menite să răspundă provocărilor social-economice naționale și globale.

***Inteligența emoțională în comunicare*** este o disciplină opțională și are drept **scop dezvoltarea la elevi a competențelor de comunicare și prezentare publică a diverselor demersuri, valorificând multiplele inteligențe ale subiecților implicați, inclusiv cele emoționale**. Cursul opțional își propune să pregătească elevii pentru ca ei să aibă posibilitate să-și gestioneze emoțiile în timpul unui discurs sau prezentări publice.

**Curriculumul** se axează pe abordările *psihocentrică* (are în centrul atenției elevul cu particularitățile și nevoile sale, ritmul propriu de învățare și dezvoltare) și *sociocentrică* (focalizare pe asumarea valorilor *general-umane și naționale*). Specificul documentului actual constă în faptul că accentul de bază se pune pe armonizarea domeniului cognitiv cu cel afectiv.

Astfel, se va realiza valorificarea elementelor inteligenței emoționale, în special, prin comunicare, prin promovarea strategiilor didactice cu caracter interactiv, a învățării experiențiale, a componentelor de învățare prin participare la diverse prezentări în fața unui public cunoscut și/ sau necunoscut.

Printre elementele esențiale în implementarea eficientă a prevederilor disciplinei opționale se regăsește promovarea abordărilor curriculare trans-disciplinare și anume, activitățile în care vor fi utilizate experiențe de la alte discipline școlare pentru a pregăti elevii către un dialog constructiv și echilibrat, bazat pe formularea unor raționamente și argumente clare, dovezi veridice, totodată demonstrând o gândire critică și respectând principiul multi-perspectivității.

Totodată, elevii vor fi încadrați în diverse strategii interactive și participări directe în activități și evenimente, prezentări și discursuri, organizate în școală și/ sau în comunitate.

Curriculumul este destinat elevilor și cadrelor didactice din învățământul general, profesorilor universitari, antrenați în formarea inițială și continuă a pedagogilor, autorilor de documente curriculare, specialiștilor din cadrul organelor locale de specialitate în domeniul învățământului, autorilor de manuale și de ghiduri metodologice, părinților, membrilor societății civile, precum și tuturor factorilor de decizie interesați de educație.

## II. REPERE CONCEPTUALE

*Inteligența emoțională* este o abilitate importantă care permite elevilor să analizeze, să utilizeze și să gestioneze propriile emoții în mod conștient și liber. Astfel, pe parcursul activităților, elevii vor învăța să construiască și să țină un discurs public și totodată, să poată transforma emoțiile caracteristice unor astfel de evenimente.

Reperetele conceptuale ale disciplinei opționale *Inteligență emoțională în comunicare* reprezintă un ansamblu de cunoștințe, abilități, atitudini și valori, care contribuie la dezvoltarea unui set de competențe la elevi pentru a se integra mai ușor în societate, valorificând multiplele inteligențe, în special, cele emoționale.

Documentul valorifică principalele **concepte-cheie**: *inteligență emoțională, afecțiune, comunicare eficientă, încrederea în sine, gândire critică, dialog constructiv, prezentare publică, responsabilitate, negociere, cod etic, personalitate, stare de bine, atitudine prietenoasă etc.*

Documentul curricular se axează pe câteva **direcții de activitate**: formarea și dezvoltarea unor abilități de gestionare a emoțiilor în timpul prezentărilor publice, de colaborare și de comunicare eficientă în diverse contexte și situații concrete din viață, dezvoltarea încrederii în forțele proprii, implicarea subiecților învățării în diverse activități de structurare și prezentare a ideilor și argumentelor, cultivarea unui mod de viață participativ etc.

**Statutul disciplinei în planul de învățământ**: disciplină opțională în aria curriculară *Consiliere și dezvoltare personală*.

### **Valorile formative ale disciplinei:**

---

1. **Formarea deprinderilor practice** pentru autodeterminarea elevilor în cunoașterea propriilor emoții, abilitățile de a le identifica, de a le numi, de a le conștientiza cauzele și de a le recunoaște impactul asupra modului de manifestare.

2. **Educarea respectului față de sine și față de interlocutori** prin gestionarea emoțiilor, constând în controlul emoțiilor și alegerea celei mai bune modalități de exprimare a acestora în diferite împrejurări (autoreglarea emoțiilor, toleranță la frustrare, exprimarea emoțiilor în mod constructiv, diminuarea anxietății sociale și a timidității, gestionarea stresului etc.)

3. **Formarea capacităților de evaluare corectă a propriului comportament și al celorlalți**, a capacității de a vedea situația din perspectivele altuia, de a respecta normele sociale și culturale ale altora, a abilității de a empatiza cu ceilalți, inclusiv cu cei din diferite medii și culturi, de a recunoaște, înțelege și reacționa la emoțiile celor din jur.

4. **Managementul relațiilor** – abilitatea de a inspira, a influența și a dezvolta relații interpersonale astfel încât să se comunice eficient și să se evite conflictele sau situațiile tensionate; capacitatea de a comunica în mod clar, de a asculta, de a coopera cu ceilalți, de a rezista presiunii sociale, de a negocia conflictele în mod constructiv și de a cere și oferi ajutor atunci când este necesar.

## ***Beneficiari:***

---

- Cadrele didactice vor utiliza acest document pentru proiectarea didactică, elaborarea și aplicarea tehnologiilor educaționale moderne, formarea/ dezvoltarea și evaluarea competențelor elevilor.
- Elevii vor utiliza curriculumul pentru stabilirea obiectivelor de autoformare, autocunoaștere și autodeterminare, conceperea strategiilor proprii de învățare și formare/ dezvoltare.
- Părinții vor consulta documentul dat pentru monitorizarea calității procesului educațional precum și pentru implicarea activă în informarea și formarea tinerei generații.
- Autorii manualelor, ai ghidurilor și ai altor materiale didactice vor utiliza acest document pentru crearea ofertei de produse curriculare.
- Factorii de decizie vor utiliza acest document pentru monitorizarea calității procesului educațional la disciplina opțională.

## ***Principiile specifice predării-învățării-evaluării disciplinei opționale Inteligență emoțională în comunicare***

---

La baza disciplinei opționale *Inteligență emoțională în comunicare* se află un șir de ***principii generale didactice și specifice***, care se corelează cu strategiile de învățare:

- *priorității valorilor universale*: toleranță, cultura păcii;
- *accesibilității*: strategiile de lucru cu elevii, volumul materialului trebuie să corespundă anumitor caracteristici perceptuale de vârstă și psihologice ale adolescenților;
- *continuității*: conținuturile studiate în clasele precedente pot fi aprofundate și extinse la alte etape;
- *vizualizării*: strategia demonstrării materialului didactic;
- *științific*: strategia cercetării experimentale;
- *conștientizării*: strategia interiorizării demersului educațional;
- *umanizării procesului educațional*.

## ***Principii generale pentru orientarea cadrelor didactice în desfășurarea activităților de dezvoltare a inteligenței emoționale în comunicare la elevi:***

---

- valorizarea demnității umane și a drepturilor omului;
- aprecierea diversității culturale într-o societate democratică;
- deschiderea pentru diferențele culturale și pentru alte convingeri și viziuni asupra lumii;
- respectul pentru alte persoane, percepute ca având alte afiliere sau convingeri culturale, idei sau opinii diferite decât ale propriei persoane;
- spiritul civic, care implică sentimentul de apartenență la o comunitate;
- manifestarea atitudinii responsabile față de propriile acțiuni;
- autoeficacitatea și toleranța față de valorile altor persoane sau grupuri;
- învățarea autonomă, gândirea analitică, critică și constructivistă în diverse contexte;
- ascultarea activă - deprinderi necesare pentru a observa și înțelege ce se spune și cum se spune și pentru a observa și înțelege comportamentul non-verbal al altor persoane;
- empatia, flexibilitatea și adaptabilitatea;

- abilitățile lingvistice, comunicative și plurilingve – deprinderile necesare pentru a comunica eficient și potrivit cu alte persoane care vorbesc aceeași sau altă limbă și pentru a acționa ca mediator între vorbitorii de diferite limbi;
- cooperarea și participarea cu succes alături de alții în activități, sarcini și asocieri comune și pentru a-i încuraja pe alții să coopereze, în vederea atingerii scopurilor grupului;
- corectitudinea în soluționarea conflictelor într-o manieră pașnică, prin ghidarea părților implicate în conflict către soluții optime, acceptabile pentru toate părțile;
- cunoașterea și înțelegerea critică a propriei persoane, analizând constructiv gândurile, convingerile, sentimentele și a propriilor afiliere culturale și perspective asupra lumii;
- cunoașterea și înțelegerea critică a comunicării verbale și nonverbale care funcționează în limba/ limbile vorbite de persoană, a efectelor pe care le au diferite stiluri de comunicare asupra altor oameni;
- cunoașterea și înțelegerea critică a lumii în diverse domenii, incluzând societatea, drepturile omului, cultura, economia, mediul și durabilitatea.

### ***Funcțiile curriculumului la disciplina opțională Inteligență emoțională în comunicare:***

- 
- act normativ al procesului educațional pentru dezvoltare socială și personală în contextul unei pedagogii axate pe dezvoltarea competențelor și formarea deprinderilor de viață;
  - reper pentru proiectarea didactică și desfășurarea procesului educațional din perspectiva unei pedagogii axate pe competențe;
  - componentă de bază pentru elaborarea strategiei de evaluare la disciplina opțională *Inteligență emoțională în comunicare*.

### ***Specificul disciplinei opționale constă în:***

- 
- caracterul integrator, care permite formarea la elevi a unei viziuni de ansamblu asupra comunicării din perspectiva inteligenței emoționale;
  - aprofundarea ideilor și a cunoștințelor obținute în timpul studierii cursului și a altor discipline școlare, valorificând elementele inteligenței emoționale;
  - funcția educativă, care se orientează, în special, spre dezvoltarea la elevi a responsabilității față de interlocutori și formarea calităților personale;
  - orientarea elevilor spre oportunitățile de a-și construi viitorul cât mai demn, punând accent pe crearea unei stări de bine și contribuția la un mediu prietenos;
  - direcționarea atenției elevilor spre soluționarea unor probleme, care nu sunt elucidate în cadrul altor discipline școlare, în special cele ce țin de elementele inteligenței emoționale;
  - posibilitatea de a transforma acest curs într-o disciplină școlară din partea invariabilă, curs special sau opțional, în funcție de disponibilitatea de ore în planul de studii al instituției.

Curriculumul propune analiza unor subiecte actuale, inclusiv: eficiența persoanei, gestionarea emoțiilor, cetățenia democratică, pluralismul de idei, educația pentru calitate, comunicare fără bariere, etică în comunicare etc. Conținuturile propuse în document au un caracter sugestiv, care ar trebui selectate în corespundere cu competențele generale și specifice disciplinei opționale, care urmează să fie dezvoltate pe parcursul învățării, dar și interesele/ opțiunile subiecților educației.

Demersul educațional la disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare* derivă din cerințele societății Republicii Moldova și recomandările privind educația în secolul al XXI-lea, stipulate în documente internaționale și naționale, precum: *Declarația Universală a Drepturilor Omului*, *Convenția cu privire la Drepturile Copilului*, *Codul Educației al R. Moldova*, *Strategia "Educația 2030"*, *Standardele de calitate pentru instituțiile de învățământ primar și secundar general din perspectiva școlii prietenoase copilului* etc.

Curriculumul își propune dezvoltarea unei personalități autonome, creative, libere în gândire și acțiune, pregătită pentru a se încadra activ în diverse grupuri, demonstrând abilități de comunicare eficientă și gestionare a emoțiilor în timpul discursurilor și diverselor prezentări publice.

Vor fi dezvoltate atât abilitățile și implicațiile elevilor ce țin de domeniul **cognitiv (IQ)** - *date, definiții, fapte, evenimente, idei, informații* etc., cât și cele **afective** sau **emoționale (EQ)** - *convingere, receptivitate, relaționare, angajare, autocaracterizare, reacționare, conștientizarea prezenței unor valori* etc. precum și **psihomotorii (PM)** - *acțiuni, modele, mișcări, tehnici, soluții, scheme, operații, ritmuri* etc.

**Inteligența emoțională** este un criteriu de succes și un factor determinant al vieții personale împlinite și fericite. Dezvoltarea inteligenței emoționale reprezintă înțelegerea și gestionarea emoțiilor pentru a crea relații armonioase cu cei din jur. După cum mesajul nu vine doar prin cuvinte, suportul emoțional este mai mult o atitudine decât ceea ce exprimă o persoană. Astfel, *Inteligența emoțională* implică un mod de gândire și acțiune în care persoanele au dreptul la alegere în funcție de cum își exprimă propriile sentimente.

### III. COMPETENȚE-CHEIE/ TRANSVERSALE

Competențele-cheie/ transversale sunt formate și dezvoltate progresiv și gradual pe niveluri și cicluri de învățământ și definite la un grad înalt de abstractizare și generalizare. Deși disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare* poate oferi valențe formative aferente tuturor competențelor-cheie stipulate în art. 11(2) din Codul Educației al Republicii Moldova totuși pot fi evidențiate drept prioritare: competențe de comunicare în limba maternă; competențe de comunicare în limbi străine; competențe de a învăța să înveți; competențe sociale și civice; competențe antreprenoriale și spirit de inițiativă; competențe de exprimare culturală și de conștientizare a valorilor culturale.



## IV. COMPETENȚE SPECIFICE DISCIPLINEI

În Codul Educației al Republicii Moldova (nr. 152 din 17 iulie 2014), se menționează că **idealul educațional** al școlii din Republica Moldova constă în „*formarea personalității cu spirit de inițiativă, capabile de autodezvoltare, care posedă nu numai un sistem de cunoștințe și competențe necesare pentru angajare pe piața muncii, dar și independență de opinie și acțiune, fiind deschisă pentru dialog intercultural în contextul valorilor naționale și universale asumate*”.

**Competențele specifice disciplinei opționale** *Inteligența emoțională în comunicare* se dezvoltă pe parcursul întregului proces de învățare sunt derivate din competențele generale și reprezintă etape în dobândirea acestora.

1. *Autodeterminarea în cunoașterea propriilor emoții, dezvoltând atitudini pozitive față de propria persoană și față de interlocutori pentru obținerea succesului.*
2. *Integrarea ideilor și a subiectelor pentru valorificarea discursurilor în cadrul prezentărilor și a evenimentelor, utilizând strategii de comunicare eficientă în convingerea unui public necunoscut/ nou.*
3. *Prezentarea argumentată a propriilor idei și opinii referitoare la diverse subiecte cu caracter controversat/ discutabil, manifestând respect față de persoane și culturi, toleranță pentru diversitate și deschidere pentru dialog constructiv, compromis și negociere.*
4. *Promovarea valorilor naționale și general-umane, în cadrul diverselor evenimente și prezentări publice, demonstrând controlul emoțiilor și alegerea celei mai bune modalități de exprimare.*

---

Achiziționarea competențelor generale și specifice este un proces dinamic, întrucât elevii interacționează și comunică continuu cu diferite persoane din comunitatea mică și societate, or, finalitatea așteptată este integrarea în diverse contexte și manifestarea dialogului constructiv.

## V. ADMINISTRAREA DISCIPLINEI

Disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare* este preconizată **pentru o perioadă de un an**, aceasta incluzând pregătirea teoretică și organizarea activităților practice.

În următorii ani, elevii care au studiat acest curs au posibilitatea de a continua activitățile, participând în diverse evenimente, la nivel de instituție și/ sau comunitate: concursuri, competiții, prezentări publice, simulări etc. Elevii cu experiență pot fi implicați pentru a-și demonstra competențele dezvoltate în calitate de observatori, îndrumători, organizatori de evenimente, mentori etc.

Se propune să fie utilizate, aproximativ **50 %** din numărul de ore în dobândirea cunoștințelor teoretice și pregătirea prezentărilor publice, iar **50 %** din numărul de ore vor fi destinate pentru formarea abilităților practice în cadrul activităților de învățare, organizarea și participarea la evenimente în școală și/ sau în comunitate.

Administrarea disciplinei opționale include aspectul managerial și prezentarea timpului orientativ pentru realizarea competențelor preconizate.

Disciplina va fi predată la treapta liceală (clasele a X-a – a XII-a), având un buget de timp de **1 oră/săptămână**, pe durata fiecărui an școlar.

Proiectarea didactică anuală a disciplinei se realizează conform cerințelor normative elaborate de instituțiile competente în luarea deciziilor.

<b>Statutul disciplinei</b>	<b>Aria curriculară</b>	<b>Clasele</b>	<b>Nr. de unități de învățare pe clase</b>	<b>Nr. de ore pe an</b>
Disciplină opțională	Consiliere și dezvoltare personală	a X-a a XI-a a XII-a	4	34

**Caracterul eterogen al curriculumului.** Curriculumul dat oferă și posibilitatea creării unor grupe mixte, ce pot include elevi din clasele gimnaziale sau liceale. Totodată, grupurile de elevi pot fi formate atât pe clase, cât și pe grupuri de interese.

Elevii din clasele mai mari care deja au înregistrat anumite performanțe mai înalte pe parcursul învățării, pot avea un statut de lideri, mentori, arbitri, membrii juriului, observatori sau experți, acordând suport logistic, uneori și emoțional în funcție de nevoile persoanelor cu care interacționează.

În astfel de cazuri, conținutul, sarcinile și activitățile de învățare vor fi stabilite în mod individual pentru fiecare nivel de clasă/ grup, iar integrarea activităților de predare-învățare-evaluare se va realiza prin elaborarea unor proiecte comune.

Ordinea modulelor și a unităților de învățare poate fi schimbată dacă nu este afectată logica științifică sau didactică a disciplinei opționale.

Curriculumul este conceput astfel încât elevul să poată alege studierea cursului opțional *Inteligența emoțională în comunicare* în două clase consecutive la liceu (de ex. a X-a și a XI-a sau a XI-a și a XII-a).

Note:

- Opțiunea alegerii clasei pentru studierea acestei discipline aparține elevilor.
- Repartizarea orelor pe conținuturi este orientativă.

**TABEL CONCEPTUAL  
AL INTERRELAȚIEI COMPETENȚELOR SPECIFICE ȘI UNITĂȚILOR  
DE COMPETENȚE**

<p><i>Unitatea nr. I.</i> <b>INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ (EQ)</b></p>	<p>1. <i>Autodeterminarea în cunoașterea propriilor emoții, dezvoltând atitudini pozitive față de propria persoană și față de interlocutori pentru obținerea succesului.</i></p>	<p>1.1. Utilizarea elementelor inteligenței emoționale în diverse tipuri de comunicare, demonstrând abilități de gestionare a emoțiilor. 1.2. Argumentarea punctelor de vedere și a deciziilor personale în diverse contexte, demonstrând o gândire critică și multi-perspectivitate.</p>
<p><i>Unitatea nr. II.</i> <b>INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ ȘI ARTA ORATORIEI</b></p>	<p>2. <i>Integrarea ideilor și a subiectelor pentru valorificarea discursurilor în cadrul prezentărilor și a evenimentelor, utilizând strategii de comunicare eficientă în convingerea unui public necunoscut/ nou.</i></p>	<p>2.1. Selectarea critică a dovezilor și a opiniilor din diverse domenii în alcătuirea și prezentarea discursurilor publice, orientate spre un dialog constructiv și echilibrat. 2.2. Acceptarea altor puncte de vedere în luarea deciziilor prin proceduri democratice, consolidând starea de bine. 2.3. Asumarea responsabilității pentru deciziile luate, demonstrând corectitudine, respect față de sine și față de interlocutori.</p>
<p><i>Unitatea nr. III.</i> <b>PREZENTARE A PUBLICĂ</b></p>	<p>3. <i>Prezentarea argumentată a propriilor idei și opinii referitoare la diverse subiecte cu caracter controversat/ discutabil, manifestând respect față de persoane și culturi, toleranță pentru diversitate și deschidere pentru dialog constructiv, compromis și negociere.</i></p>	<p>3.1. Elaborarea discursurilor de tip argumentativ pe o temă de interes public. 3.2. Susținerea constructivă a punctelor de vedere în baza raționamentelor, manifestând respect față de sine și persoane diferite.</p>
<p><i>Unitatea nr. IV.</i> <b>DEZBATERI PUBLICE ȘI DISCUȚII DIN PERSPECTIVA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE</b></p>	<p>4. <i>Promovarea valorilor naționale și general-umane, în cadrul diverselor evenimente și prezentări publice, demonstrând controlul emoțiilor și alegerea celei mai bune modalități de exprimare.</i></p>	<p>4.1. Aplicarea principiilor și valorilor democratice pentru exprimarea de opinii, demonstrând încredere în forțele proprii și deschidere. 4.2. Analiza critică a valorilor, a opiniilor și a comportamentelor persoanelor, cultivând proactivitatea. 4.3. Implicarea în îmbunătățirea procesului de prezentare a propriilor idei și de acceptare sau respingere, utilizând strategii de negociere și compromis.</p>

## VI. UNITĂȚI DE ÎNVĂȚARE

### CLASELE a X-a - a XII-a

Unități de competențe	Unități de conținuturi recomandate	Sugestii de activități de învățare
<p>1.1.Utilizarea elementelor inteligenței emoționale în diverse tipuri de comunicare, demonstrând abilități de gestionare a emoțiilor.</p> <p>1.2. Argumentarea punctelor de vedere și a deciziilor personale în diverse contexte, demonstrând o gândire critică și multi-perspectivitate.</p>	<p><u>Unitatea nr. I. INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ ÎN COMUNICARE</u></p> <p><b>1.Valoarea și specificul <i>inteligenței emoționale</i> în comunicare.</b>  <b>2.Multiplele inteligențe și inteligența socială.</b>  <b>3.Caracterul emoțiilor</b> – conștientizarea, trăirea și exprimarea lor.  <b>4.Managementul emoțiilor</b> – obținerea abilităților de a face față în mod eficient stresului și frustrării.  <b>5.Auto-conștientizarea.</b> Punctele forte și limitările; conștientizarea emoțiilor și a efectelor acestora asupra comportamentului.  <b>6.Imaginea proprie și auto-motivarea.</b> Dezvoltarea unui simț de autoevaluare; încrederea în abilitățile de a face față cererilor; motivarea prin factori interni; nevoia de realizare și nevoia de dezvoltare personală.  <b>7.Îmbunătățirea Inteligenței Emoționale</b> prin performanțe mărite; motivație îmbunătățită; inovație sporită; încredere; leadership și management eficient; muncă în echipă excelentă.  <b>8.Oferirea și primirea unui suport emoțional:</b> respectul; loialitatea; toleranța, încurajarea, atitudinea pozitivă, empatia, flexibilitatea.</p> <p><b>9.Autoevaluare.</b> Video/audio prezentare: <i>Valorificarea Inteligențelor personale</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- exerciții de analiză critică și constructivă a diverselor situații și perspective;</li> <li>- discuții dirijate asupra experiențelor personale și de grup;</li> <li>- analiza critică a diverselor condiții care modelează personalitatea;</li> <li>- exerciții de analiză a comportamentului din diverse perspective: flexibilitate și dorință de adaptare la schimbare;</li> <li>- organizarea unor discuții dirijate sau mini dezbateri în public a deciziilor individuale;</li> <li>- exerciții de elaborare a criteriilor pentru o prezentare publică de succes;</li> <li>- analize critice asupra diverselor puncte de vedere personale și ale altor persoane;</li> <li>- exerciții de negociere pentru luarea unei decizii prin compromis</li> <li>- etc.</li> </ul> <p><b>Produse:</b> matricea punctelor forte și a limitărilor personale, plan de îmbunătățire a Inteligenței Emoționale, video/ audio prezentare etc.</p>

<p>2.1. Selectarea critică a dovezilor și a opiniilor din diverse domenii în alcătuirea și prezentarea discursurilor publice, orientate spre un dialog constructiv și echilibrat.</p> <p>2.2. Acceptarea altor puncte de vedere în luarea deciziilor prin proceduri democratice, consolidând starea de bine.</p> <p>2.3. Asumarea responsabilității pentru deciziile luate, demonstrând corectitudine, respect față de sine și față de interlocutori.</p>	<p align="center"><b>Unitatea nr. II. INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ ȘI ARTA ORATORIEI</b></p> <p><b>10. Elemente ale artei oratorice.</b> Prezentarea personală a oratorului.</p> <p><b>11. Construirea unui mesaj de contexiune inversă (feedback).</b> Metode de prezentare a unui discurs public.</p> <p><b>12. Comunicarea verbală și non-verbală și impactul ei asupra gestionării emoționale.</b></p> <p><b>13. Discursul improvizat.</b></p> <p><b>14. Discursul umoristic și specificul lui.</b></p> <p><b>15. Codul etic și vestimentar în diverse contexte de viață sau profesionale.</b></p> <p><b>16. Exprimarea emoțiilor prin poveștile personale</b> într-un discurs public</p> <p><b>17. Utilizarea poveștilor personale</b> într-un discurs, prin structura „<i>a fost o dată - durere</i>”</p> <p><b>18. Elementele importante ale vocii și exprimarea emoțiilor</b> prin structura „<i>a fost o dată - dorință</i>”</p> <p><b>19. Gestionarea emoțiilor prin respirație și exprimarea lor</b> prin structura „<i>a fost o dată – diferență</i>”</p> <p><b>20. Autoevaluare. Discurs public:</b> <i>Comunicare fără bariere</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jocuri de rol în prezentarea unei situații cotidiene;</li> <li>- studii de caz referitoare la manifestarea inteligenței emoționale în diverse contexte de comunicare;</li> <li>- analiza modalităților de gestionare a emoțiilor și situațiilor stresante apărute în diverse contexte din cotidian;</li> <li>- exerciții de cunoaștere în grup (metoda <i>Ceasul</i>);</li> <li>- exerciții cu elemente din dicție pentru încălzirea aparatului fonator;</li> <li>- exerciții de respirație pentru gestionarea emoțiilor, dar și pentru o vorbire fluentă;</li> </ul> <p><b>Produse:</b> prezentarea personală, mesaj de feedback, emisiuni de tip podcast, discursul improvizat, discursul umoristic, codul etic și vestimentar etc.</p>
<p>3.1. Elaborarea discursurilor de tip argumentativ pe o temă de interes public.</p> <p>3.2. Susținerea constructivă a punctelor de vedere în baza raționamentelor, manifestând respect față de sine și persoane diferite.</p>	<p align="center"><b>Unitatea nr. III. PREZENTAREA PUBLICĂ</b></p> <p><b>21. Utilizarea materialelor vizuale într-un discurs public:</b> prezentări PPT, video, audio.</p> <p><b>22. Utilizarea materialelor vizuale într-un discurs public:</b> tablă, flipchart, obiecte etc.</p> <p><b>23. Structura și prestația discursurilor la ocazii speciale.</b></p> <p><b>24. Interacțiunea și gestionarea publicului dificil.</b></p> <p><b>25. Gestionarea întrebărilor de la public și către public.</b></p> <p><b>26. Structura și elementele unui discurs de cercetare.</b></p> <p><b>27. Comunicarea în fața publicului prin discursuri de</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- exerciții de exersare a comunicării non-verbale;</li> <li>- simularea de conferințe de presă sau emisiuni televizate;</li> <li>- exprimarea atitudinii proprii în momentul evaluării diverselor situații reale sau simulate.</li> </ul> <p><b>Produse:</b> discurs public, discurs de cercetare, conversația înregistrată, prezentări-suport, emisiuni de tip podcast, interviu etc.</p>

	<p><b>convingere.</b>  <b>28. Autoevaluare. Prezentare publică pe subiecte de interes comun.</b></p>	
<p>4.1. Aplicarea principiilor și valorilor democratice pentru exprimarea de opinii, demonstrând încredere în forțele proprii și deschidere.  4.2. Analiza critică a valorilor, a opiniilor și a comportamentelor persoanelor, cultivând proactivitatea.  4.3. Implicarea în îmbunătățirea procesului de prezentare a propriilor idei și de acceptare sau respingere, utilizând strategii de negociere și compromis.</p>	<p><b>Unitatea nr. IV. DEZBATERI PUBLICE ȘI DISCUȚII DIN PERSPECTIVA INTELIGENȚEI EMOȚIONALE</b></p> <p><b>29. Formate de dezbateri. Subiecte pentru dezbateri.</b>  <b>30. Structura discursului public în cadrul dezbaterii.</b>  <b>31. Moduri de convingere a publicului, folosind argumente de tip <i>pro/ contra</i>.</b>  <b>32. Criterii de analiză a rezultatelor unor dezbateri.</b></p> <p><b>33. Autoevaluare: Simularea unui joc de dezbateri publică.</b></p> <p><b>34. Evaluare finală. Recomandări pentru îmbunătățirea performanțelor pe parcursul vieții</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- exerciții de improvizație pe diferite subiecte și metode de lucru;</li> <li>- exerciții de exersare a privirii în public în grup și particular;</li> <li>- exerciții de mentorare a altor oratori;</li> <li>- exerciții de lucru în grup de 3 persoane: orator, evaluator și observator.</li> </ul> <p><b>Produse:</b> dezbateri, fișe de arbitraj, discurs public în cadrul dezbaterii, dezbateri publică etc.</p>

**La finele cursului, elevul va fi capabil:**

- să formuleze judecăți de valoare referitor la diverse modalități de comunicare eficientă și prezentări publice;
- să coopereze cu diverse persoane în cadrul unor discuții/ prezentări publice/ dezbateri și analize a rezultatelor acestora, având la bază elemente ale inteligenței emoționale;
- să reflecteze critic și constructiv asupra diverselor puncte de vedere și prezentări, exprimate în mod verbal sau nonverbal.

## VII. REPERE PRIVIND STRATEGIILE DIDACTICE

În vederea realizării Curriculumului la disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare*, cadrele didactice vor utiliza un șir de strategii interactive de învățare informale și non-formale, în care vor fi exersate operații de:

- definire a termenilor cheie și a conceptelor;
- selectare, organizare și interpretare a informației;
- reformulare a ideilor și opiniilor;
- decodificare a mesajelor;
- formularea ipotezelor și a concluziilor;
- adoptare a deciziilor în diverse contexte;
- analiză/ autoanaliză a stării emoționale etc.

Cu acest scop, vor fi oferite elevilor oportunități de a cerceta și a acumula în mod individual și în grupuri mici a unor informații, de a explora idei și subiecte pentru comunicare/ prezentare publică. De asemenea, importantă este organizarea activităților motivante care să stimuleze creativitatea pentru autoafirmare, împlinirea de sine și atingerea valorilor formative ale disciplinei opționale.

În acest context, proiectarea demersului didactic se va realiza prin respectarea traseului logic: *competențe specifice – unități de competență – conținuturi/ unități de conținuturi – activități de învățare și tehnici de evaluare, autoevaluare și evaluare reciprocă*.

Pentru fiecare activitate teoretică sau practică, cadrele didactice vor formula obiectivele operaționale, care rezultă din unitățile de competență formulate în curriculum. Elementul de individualizare și diferențiere a procesul educațional este important prin oferirea diferitor conținuturi și sarcini didactice, ținând cont de potențialul elevilor/ multiplele lor inteligențe și condițiile de desfășurare a actului educațional, asigurând prin incluziunea educațională un mediu favorabil/ non-stresant de dezvoltare a competențelor.

Se recomandă utilizarea strategiilor didactice (metode, procedee, mijloace și forme de organizare) pentru facilitarea învățării prin acțiune, inclusiv: *discursuri publice, jocul de rol, simulări a conferințelor de presă, studiul de caz, dezbateră, dialogul socratic, exercițiul, algoritmizarea, problematizarea* etc. Un element specific al curriculumului actual sunt *activitățile de învățare în baza proiectului*, organizate de cadrele didactice în comun cu elevii, dar și prin implicarea diversilor actori educaționali, cum ar fi părinții sau membrii comunității.

Drept finalitate a procesului educațional în formarea abilităților și dezvoltarea competențelor, un accent deosebit se va pune pe realizarea anumitor **produse concrete**: *prezentări publice, comunicări, articole, interviuri, elaborarea de chestionare, fișe de analiză/ autoanaliză, registru personal de gestionare a emoțiilor* ș.a. Acestea contribuie la formarea de abilități practice, consolidarea atitudinilor și a valorilor. De asemenea, sunt utilizate abordări trans- și interdisciplinare, elevii având oportunitatea de a crea sau de a dezvolta produse de la alte discipline școlare.

Pentru eficientizarea procesului de învățare, se recomandă cadrelor didactice utilizarea elementelor metodologiei „Clasa Inversată”.

În contextul creării unui ecosistem bazat pe tehnologiile digitale, se pot utiliza diferite tipuri de resurse educaționale digitale și servicii online, de exemplu:

- pentru comunicarea sincronă: Zoom, Google Meet, Skype, Microsoft Teams, Cisco Webex;
- pentru afișarea și cumularea modelelor de realizare a sarcinilor oferite asincron, cumularea lucrărilor/ produselor realizate de elevi: Google Classroom, Padlet, Linoit etc.;
- pentru crearea mesajelor video/ audio: Flipgrid, Vocaroo, SpeakPipe, Online Voice Recorder etc.;
- pentru crearea probelor de evaluare: Socrative, Quizalize, Quiz Whizer, Kahoot, Quizizz, Wizer.me etc.
- pentru feedback instantaneu: Mentimeter, Wooclap, Poll Everywhere etc.,
- pentru stimularea creativității: Genially, Canva, Crello, Diffen etc.

*Alte resurse utile:*

- sisteme de management al învățării (Moodle, Edmodo, Trello etc.);
- colecții digitale de resurse educaționale (de exemplu, [www.educatieonline.md/](http://www.educatieonline.md/));
- tutoriale în format video plasate online (YouTube și TeacherTube);
- instrumente de colaborare (Google Drive, Word Online etc.);
- instrumente pentru crearea de comunități (rețele sociale);
- instrumente pentru planificarea activităților educaționale (Genially, Trello, Google Calendar).

Se recomandă abordarea acestora pe baza principiului consecvenței și relevanței.

## VIII. STRATEGII DE EVALUARE

În evaluarea competențelor specifice și unităților de competențe la disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare* se vor utiliza diverse metode/ modalități, prin care vor fi apreciate progresele fiecărui elev sau ale grupurilor, orientate spre a ajuta elevii să-și depășească propriile dificultăți. În acest context, evaluarea competențelor și a unităților de competențe la disciplina opțională va fi organizată ca parte componentă a procesului de învățare.

**Evaluarea** oferită de cadrul didactic și **evaluarea reciprocă**, oferită de colegi trebuie orientată spre a minimaliza situațiile de tensiuni și stres, fiind valorificate eficient multiplele inteligențe ale elevilor. Procesul de comunicare a rezultatelor învățării va fi orientat asupra rezultatelor pozitive și sugestiilor de îmbunătățire a modalităților de comunicare și a eficienței prezentărilor publice.

Un rol important în organizarea procesului de evaluare îl au fi demersurile de **autoevaluare** în care elevii sunt subiecți ai propriilor implicații și acționează conform strategiei următoare:

- autoanaliza diverselor acțiuni pe parcursul învățării;
- gestionarea de către elevi a propriei implicații în învățare;
- managementul eficient al timpului și al resurselor de învățare;
- motivarea pentru o poziție cetățenească activă și responsabilă.

Pentru evaluarea competențelor vor fi elaborate criterii care oferă un set de descrieri pozitive ale implicațiilor observabile a elevilor, care indică faptul că o persoană a atins un anumit nivel de experiență/ încredere în sine într-o anumită competență sau grup de competențe.

Evaluarea rezultatelor școlare la disciplina la disciplina opțională este o componentă funcțională importantă a procesului educațional și se concepe ca **evaluare criterială prin**



**descriptori (ECD).** Strategiile de evaluare se vor construi astfel încât să solicite elevilor implicare de ordin intelectual, practic, atitudinal și să îi ajute în parcursul de formare la disciplină, dar și în dezvoltarea personală. ECD se va axa pe măsurarea/ aprecierea competențelor, care sunt concepute ca finalități de bază ale procesului educațional și ca rezultate autentice ale învățării.

Astfel, **scopul evaluării** la disciplina *Inteligența emoțională în comunicare* vizează stimularea evoluției experiențelor și a gradului de formare a finalităților stipulate în Curriculum.

În funcție de momentul unui act evaluativ într-un parcurs de învățare, se vor realiza: *evaluarea inițială – predictivă; evaluarea formativă – continuă; evaluarea sumativă – finală.*

- **Evaluarea inițială (EI)** este recomandată la început de an școlar sau unitate de învățare, pentru a determina gradul de formare la elevi a pre-achizițiilor necesare studierii cu succes a noului. Evaluarea inițială nu are rol de control, iar rezultatele se valorifică în scopul eficientizării procesului educațional ulterior. Poate fi atât instrumentală (pe baza unor instrumente de evaluare elaborate) cât și non instrumentală.

- **Evaluarea formativă** se proiectează pe parcursul fiecărei unități de învățare, având ca obiectiv cunoașterea sistematică și continuă a rezultatelor curente și a progresului elevilor. Aceasta oferă profesorului posibilitatea intervenției imediate, permite aplicarea în timp optim a unor măsuri corective, care să modifice rezultatele elevilor în sensul dorit.

Se recomandă organizarea a două evaluări formative în cadrul fiecărei unități de învățare: evaluare formativă la finele orelor de ancorare, observare reflexivă sau proiectare a activităților, la discreția cadrului didactic, pe baza alegerii unor produse relevante în cheia celor recomandate în Curriculum.

- **Evaluarea sumativă** se proiectează la finele fiecărui semestru. Ca instrument de evaluare sumativă se recomandă *Raportul de activitate semestrial* sau *Portofoliul de progres*.

La finele semestrului și anului de studii, aprecierea rezultatelor școlare ale elevilor la disciplină se va face pe bază de criterii și descriptori, **fără note**.

La evaluările formative și sumative se vor acorda **calificative**: *foarte bine (FB)*, *bine (B)*, *suficient (S)*. Se recomandă să fie luate în considerare produsele realizate de elevi în mod individual sau în grup.

Media semestrială și cea anuală se vor calcula în baza procedurii reversibil de conversie calificativ ↔ punctaj:

*FB ↔ 3 puncte;*

*B ↔ 2 puncte;*

*S ↔ 1 punct.*

- Media semestrială se calculează pe baza mediei aritmetice a punctajului acumulat din calificativele obținute de elev la evaluările formative și sumative pe parcursul modulului.

- Media anuală se calculează pe baza mediei aritmetice a punctajului acumulat din mediile semestriale.

- După caz, se vor realiza rotunjiri prin adaos în favoarea subiectului educației.

## IX. REPERE PENTRU PROIECTARE DIDACTICĂ

În contextul Curriculumului, conceptul central al proiectării la disciplina opțională *Inteligența emoțională în comunicare*, este proiectarea didactică personalizată. Aceasta exprimă dreptul cadrului didactic de a lua decizii asupra modalităților pe care le consideră optime în asigurarea calității procesului educațional.

Totodată, prin proiectarea didactică personalizată, profesorul își asumă responsabilitatea de a asigura elevilor parcursuri școlare individualizate, în funcție de condiții și cerințe concrete.

Nivelul obligatoriu de proiectare didactică la disciplina *Inteligența emoțională în comunicare* este cel de lungă durată. La solicitarea administrației instituției sau la discreția profesorului, pot fi realizate și proiecte de scurtă durată: proiectele didactice (zilnice) pentru orele de: ancorare, generalizare a observațiilor reflexive, proiectare a activităților de discurs public, reflecție/ autoevaluare.

Proiectul de lungă durată include: antetul; proiectul de administrare a disciplinei (anual); proiectele unităților de învățare (semestriale).

Antetul proiectului de lungă durată va include în mod obligatoriu: denumirea disciplinei; anul de instruire la disciplină; competențele specifice disciplinei; sugestii bibliografice.

## X. REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

1. **Cadrul de referință al Curriculumului Național**, aprobat prin Ordinul Ministrului Educației, Culturii și Cercetării nr. 432 din 29 mai 2017.
2. **Codul Educației al Republicii Moldova** (2014).
3. **Convenția cu privire la drepturile copilului** (1989).
4. **Repere conceptuale privind elaborarea curriculumului opțional**, aprobat prin Ordinul Ministrului Educației nr. 635 din 31 mai 2021).
5. **Standardele de calitate pentru instituțiile de învățământ primar și secundar general din perspectiva școlii prietenoase copilului** (2013).
6. **Strategia "Educația 2030**, (2020).
7. **Conflictele și comunicarea**, Editura ARC, Chișinău, 1998.
8. Corcos, G., Vilder C. **Cum să-ți dezvolti inteligența emoțională?** trad. din franceză de Diana Corinciuc. București, 2019. (activități practice)
9. Cucos, C. Educația. **Dimensiuni culturale și interculturale**, Editura Polirom, Iași, 2000.
10. **Curriculumul la decizia școlii între proiectare și implementare**. Ghid. MECTS din România, 2011.
11. **Declarația Universală a Drepturilor Omului** (1948).
12. Gardin, F. **Inteligență emoțională**. Pitești, Delta Cart Educational, 2010.
13. Gardner, H. **Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st century**, Morison, 2018.
14. Guțu, V. **Curriculum educațional**. Chișinău. CEP USM, 2014.

15. Ivanov, C., **Şase saşi în şase saci**. Manual de dicţie, Bucureşti, Favorit, 2015;
16. Jasson, G. **Inteligenţa emoţională**, 2016.
17. **O persoană activă este una bine informată**. Ghidul cetăţeanului. Chişinău, 2009.
18. Palii, Al., **Cultura comunicării**, Chişinău, Ed. Epigraf, 2008;
19. Pânişoară, I.-O., **Comunicarea eficientă**, Iaşi, Ed. Polirom, 2008,
20. Prutianu, Ş. **Antrenamentul abilităţilor de comunicare**, Iaşi, Polirom, 2004;
21. Reardon, B. **Toleranţa – calea spre pace**, Editura ARC, Chişinău, 2004.
22. **Respect pentru diversitate. Compendiu de exerciţii practice la îndemâna facilitatorilor**. Bucureşti: Bristisch-Counsil, 2010.
23. Solovei, R., Secară, R. **Tineri în acţiune**. SIEDO, Chişinău, 2004.
24. Stamatescu, M. **Evaluarea valorilor şi atitudinilor**, S.A.I., serie nouă, vol XLVI, 2001.
25. **Toleranţa şi competenţa socială. Ghid metodic pentru formatori**, Chişinău, 2006.