

Πώς να αναπτύξετε τη συναισθηματική νοημοσύνη στην τάξη



13-15

45 m

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Κατανόηση της έννοιας της Συναισθηματικής Νοημοσύνης και της σημασίας της
- Να μάθουν υγιείς τρόπους ρύθμισης των συναισθημάτων τους
- Να χρησιμοποιήσουν ένα ψηφιακό εργαλείο για να δημιουργήσετε ένα γράφημα για τη ρύθμιση των συναισθημάτων

ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ

- Ένας υπολογιστής με πρόσβαση στο Διαδίκτυο
- Ένας προβολέας
- Ένας πίνακας και μαρκαδόροι
- Στυλό και χαρτιά
- Τα παρακάτω βίντεο:
- [“Συναισθηματική Νοημοσύνη” από το HBS Online στο YouTube](#)
- [“Μέσα Έξω – Συναισθηματική Νοημοσύνη” από τον Alex Kneier στο YouTube](#)

ΜΑΘΗΣΙΑΚΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΚΑΙ ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

1) Παρουσίαση (10 λεπτά)

Ο δάσκαλος ρωτά τους μαθητές αν έχουν ακούσει την έννοια της Συναισθηματικής Νοημοσύνης στο παρελθόν και τους ενθαρρύνει να προσπαθήσουν να την ορίσουν. Στη συνέχεια, ο δάσκαλος προβάλλει το πρώτο βίντεο, το οποίο εξηγεί τον όρο και ζητά από τους μαθητές να απαντήσουν στις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Τι είναι η Συναισθηματική Νοημοσύνη;
- Ποια τέσσερα μέρη της αναφέρονται στο βίντεο;

Στη συνέχεια ο δάσκαλος γράφει στον πίνακα τις απαντήσεις των μαθητών.

2) Εξάσκηση (15 λεπτά)

Στη συνέχεια, ο δάσκαλος προβάλλει το δεύτερο βίντεο και ρωτά τους μαθητές εάν μπορούν να προσδιορίσουν ποια μέρη της συναισθηματικής νοημοσύνης παρουσιάζονται.

Ο δάσκαλος ρωτά τους μαθητές γιατί είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε τα συναισθήματά μας και να τα διαχειριζόμαστε (σε διαφορετικά πλαίσια της ζωής μας όπως το σχολείο, ο χώρος εργασίας και το οικογενειακό πλαίσιο). Για παράδειγμα, ένα καλό παράδειγμα συναισθηματικής νοημοσύνης στο σχολείο θα ήταν το εξής: ένας συμμαθητής παλεύει με τα μαθήματα, την εργασία και τον φόρτο εργασίας του σχολείου. Ένας μαθητής με υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη θα είναι σε θέση να καταλάβει ότι ο συμμαθητής του δυσκολεύεται στο σχολείο επειδή κάποιος προφανώς τρέχει στο σπίτι.

3) Παραγωγή (20 λεπτά)

Ο δάσκαλος ζητά από τους μαθητές να βρουν ιδέες και να κάνουν διάκριση μεταξύ υγιών και ανθυγιεινών τρόπων διαχείρισης των συναισθημάτων μας.

ANAMENOMENES ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ

- Λόγω της φύσης του θέματος, ορισμένοι μαθητές μπορεί να πιστεύουν ότι αυτό δεν είναι σημαντικό μάθημα και να προκαλούν σάλο. Ο δάσκαλος πρέπει να είναι έτοιμος να εξηγήσει πόσο σημαντικό είναι το θέμα, παρόλο που οι μαθητές δεν θα εξεταστούν επίσημα στο υλικό.

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- Ο δάσκαλος ζητά από τους μαθητές να δουλέψουν σε ομάδες των 2-3 για να δημιουργήσουν ένα infographic με πληροφορίες σχετικά με τρόπους που μπορεί να χρησιμοποιήσει κάποιος για να ρυθμίσει τα συναισθήματά του. Οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν το Canva ή οποιοδήποτε άλλο ψηφιακό εργαλείο θέλουν για να φτιάξουν το γράφημα. Τα γραφήματα θα αναρτηθούν αργότερα στις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης του σχολείου.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Serrat, O. (2017). “Understanding and Developing Emotional Intelligence”. In Springer eBooks (pp. 329–339). https://doi.org/10.1007/978-981-10-0983-9_37
- HBS Online. (2022). “What Is Emotional Intelligence? YouTube”. YouTube. Retrieved June 29, 2023, from <https://www.youtube.com/watch?v=tbKr0EuiVjc>.
- Alex Kneier. (2016). “Inside Out - Emotional Intelligence”. YouTube. Retrieved June 29, 2023, from <https://www.youtube.com/watch?v=kdhjztWMnVw>.