



Πάτρα, 15/11/2024

Δραστηριότητα 1^η

Παρακολουθήστε το βίντεο και προβληματιστείτε σχετικά με τα ακόλουθα:

- Τι είναι ΣΝ;
- Μπορούμε να γίνουμε πιο συναισθηματικά νοήμονες;
- Είναι οι γυναίκες πιο συναισθηματικά ώριμες;
- Ποιοι πολιτισμοί είναι συναισθηματικά πιο ώριμοι;

Δραστηριότητα 2^η

Ακολουθούν κάποιες περιπτώσεις ύπαρξης ή απουσίας συναισθηματικών ικανοτήτων. Μελετήστε τες και εντοπίστε την περίπτωση στην οποία αναφέρεται η καθεμιά από αυτές.

1. Κάθε φορά που πιέζεται χάνει το κέφι του και ξεσπά σε όποιον βρεθεί μπροστά του.
2. Συνειδητοποίησε ότι η συγκεκριμένη τακτική δεν οδηγεί πουθενά και προχώρησε σε δραστικές ενέργειες για να διορθώσει τα λάθη της.
3. Έχει ακέραιο χαρακτήρα με έντονο ενδιαφέρον για τις ανάγκες των υφισταμένων του. Ωστόσο, δεν παρασύρεται από τα συναισθήματά του.

Ανάλυση των περιπτώσεων συναισθηματικών ικανοτήτων

1. «Κάθε φορά που πιέζεται χάνει το κέφι του και ξεσπά σε όποιον βρεθεί μπροστά του».

Αναφέρεται στην έλλειψη αυτοελέγχου και στη δυσκολία διαχείρισης του άγχους και των συναισθημάτων σε δύσκολες καταστάσεις.

2. «Συνειδητοποίησε ότι η συγκεκριμένη τακτική δεν οδηγεί πουθενά και προχώρησε σε δραστικές ενέργειες για να διορθώσει τα λάθη της.»

Αναφέρεται στην αυτεπίγνωση, καθώς το άτομο αναγνωρίζει τα λάθη του και προχωρά σε αλλαγές για να βελτιωθεί.

3. «Έχει ακέραιο χαρακτήρα με έντονο ενδιαφέρον για τις ανάγκες των υφισταμένων του. Ωστόσο, δεν παρασύρεται από τα συναισθήματά του.»

Αναφέρεται στην ύπαρξη κοινωνικών δεξιοτήτων και ενσυναίσθησης, με ισορροπία ανάμεσα στη συναισθηματική νοημοσύνη και στη λήψη ορθολογικών αποφάσεων.

Δραστηριότητα 3^η

Αναφέρετε τώρα εσείς 3 παραδείγματα από τον χώρο της εργασίας σας που να είναι αντιπροσωπευτικά:

- της ύπαρξης της «αυτεπίγνωσης»,
- της έλλειψης της «παρακίνησης» &
- της ύπαρξης «κοινωνικών δεξιοτήτων».

1. Ύπαρξη της «αυτεπίγνωσης»

Ένας εκπαιδευτικός αντιλαμβάνεται ότι ο τρόπος διδασκαλίας του δεν εμπνέει τους μαθητές του. Αναγνωρίζει τις αδυναμίες του και αποφασίζει να εφαρμόσει πιο διαδραστικές μεθόδους.

2. Έλλειψη της «παρακίνησης»

Ένας συνάδελφος δεν δείχνει ενδιαφέρον για επαγγελματική εξέλιξη, αποφεύγει την επιμόρφωση και βλέπει τη διδασκαλία ως αγγαρεία, χωρίς διάθεση για καινοτομία.

3. Ύπαρξη «κοινωνικών δεξιοτήτων»

Ένας διευθυντής σχολείου γνωρίζει πώς να ενώνει την ομάδα των εκπαιδευτικών, να ενθαρρύνει τη συνεργασία και να επιλύει συγκρούσεις με διπλωματία.

Δραστηριότητα 4^η

Σκεφτείτε και καταγράψτε λέξεις που αυθόρμητα σας έρχονται στον νου όταν ακούτε τη λέξη «ενσυναίσθηση». Κατηγοριοποιήστε αυτές τις λέξεις, δημιουργώντας εννοιολογικούς χάρτες. Στη συνέχεια παρακολουθήστε ένα σχετικό βίντεο και συγκρίνετε το περιεχόμενό του με τις απαντήσεις που δώσατε.

Απάντηση:

Λέξεις που συνδέονται με την «ενσυναίσθηση»

- Συναισθήματα: κατανόηση, συμπόνια, ευαισθησία
- Επικοινωνία: ακρόαση, διάλογος, ανταπόκριση
- Σχέσεις: εμπιστοσύνη, σύνδεση, σεβασμός
- Δράση: βοήθεια, υποστήριξη, προσαρμοστικότητα

Εννοιολογικός χάρτης για την ενσυναίσθηση:

1. Συναισθήματα

Κατανόηση

Συμπόνια

Ευαισθησία

2. Επικοινωνία

Ακρόαση

Διάλογος

Ανταπόκριση

3. Σχέσεις

Εμπιστοσύνη

Σύνδεση

Σεβασμός

4. Δράση

Βοήθεια

Υποστήριξη

Προσαρμοστικότητα

Η ενσυναίσθηση δεν είναι απλώς ένα συναίσθημα, αλλά μια ενεργή στάση που προάγει την ουσιαστική επικοινωνία και τη συνεργασία στο εργασιακό περιβάλλον.

Δραστηριότητα 5^η

Πώς θα ορίζατε έναν συναισθηματικά νοήμονα εκπαιδευτικό οργανισμό; Ο προηγούμενος ορισμός ισχύει στην περίπτωση του εκπαιδευτικού οργανισμού; Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι να υπάρχει ένας συναισθηματικά νοήμων εκπαιδευτικός οργανισμός; Ποιες είναι οι αδυναμίες των εκπαιδευτικών οργανισμών που δυσχεραίνουν τη «συναισθηματική ανάπτυξή τους»;

Ορισμός ενός συναισθηματικά νοήμονα εκπαιδευτικού οργανισμού

Ένας συναισθηματικά νοήμων εκπαιδευτικός οργανισμός είναι ένα σχολείο ή ένας εκπαιδευτικός φορέας που όχι μόνο προάγει τη γνώση και τη μάθηση, αλλά και αναπτύσσει ένα περιβάλλον όπου **τα συναισθήματα όλων των μελών (εκπαιδευτικών, μαθητών, διοίκησης, γονέων) αναγνωρίζονται, γίνονται σεβαστά και διαχειρίζονται με τρόπο που ενισχύει τη συνεργασία, την παρακίνηση και την ευημερία.**

Τέτοιος οργανισμός χαρακτηρίζεται από:

Αυτεπίγνωση: Τα μέλη του αναγνωρίζουν και κατανοούν τα συναισθήματά τους.

Αυτορρύθμιση: Διευκολύνει τη διαχείριση συγκρούσεων και το άγχος μέσω υγιών πρακτικών.

Ενσυναίσθηση: Οι εκπαιδευτικοί και η διοίκηση κατανοούν τις ανάγκες των μαθητών και των συναδέλφων.

Κοινωνικές δεξιότητες: Ενισχύει τη συνεργασία και την επικοινωνία μεταξύ όλων των εμπλεκόμενων μερών.

Παρακίνηση: Διαμορφώνει κουλτούρα δια βίου μάθησης και συνεχούς ανάπτυξης.

Ισχύει ο παραδοσιακός ορισμός της συναισθηματικής νοημοσύνης στους εκπαιδευτικούς οργανισμούς;

Ο αρχικός ορισμός της συναισθηματικής νοημοσύνης αναφέρεται στην ικανότητα ενός ατόμου να αναγνωρίζει, να διαχειρίζεται και να χρησιμοποιεί τα συναισθήματά του αποτελεσματικά (Goleman, 1995). Στους εκπαιδευτικούς οργανισμούς, η έννοια αυτή επεκτείνεται, καθώς δεν αφορά μόνο τα άτομα, αλλά τη συνολική κουλτούρα του οργανισμού.

Αντίθετα με ένα άτομο, ένας εκπαιδευτικός οργανισμός δεν έχει «συναισθήματα», αλλά αποτελείται από ανθρώπους που αλληλεπιδρούν συναισθηματικά. Επομένως, **ένας εκπαιδευτικός οργανισμός μπορεί να θεωρηθεί συναισθηματικά νοήμων όταν ενισχύει τη συναισθηματική νοημοσύνη των μελών του και προωθεί ένα υποστηρικτικό, συνεργατικό και εμπνευσμένο περιβάλλον.**

Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι να υπάρξει ένας συναισθηματικά νοήμων εκπαιδευτικός οργανισμός;

Η δημιουργία ενός τέτοιου οργανισμού είναι μια πρόκληση, καθώς απαιτεί αλλαγές στη νοοτροπία, στις δομές και στις πρακτικές. Οι δυσκολίες περιλαμβάνουν:

1. Παραδοσιακές ιεραρχικές δομές

Οι εκπαιδευτικοί συχνά έχουν περιορισμένη συμμετοχή στις αποφάσεις, κάτι που αποδυναμώνει τη συναισθηματική τους εμπλοκή.

2. Γραφειοκρατία & έλλειψη αυτονομίας

Η αυστηρή τήρηση κανονισμών και ο έλεγχος από την κεντρική διοίκηση μειώνουν την ευελιξία και την πρωτοβουλία.

3. Έλλειψη κατάλληλης εκπαίδευσης σε θέματα συναισθηματικής νοημοσύνης

Οι περισσότεροι εκπαιδευτικοί δεν έχουν διδαχθεί πώς να διαχειρίζονται τα συναισθήματα των μαθητών ή των συναδέλφων τους.

4. Αντίσταση στην αλλαγή

Η ενσωμάτωση της συναισθηματικής νοημοσύνης απαιτεί αλλαγή κουλτούρας, η οποία συχνά συναντά αντίσταση λόγω εδραιωμένων αντιλήψεων.

5. Υπερφόρτωση & έλλειψη χρόνου

Εναλλακτικά αδυναμίες οργανισμών:

- Έλλειψη ομαδικότητας και συνεργασίας.
- Δημιουργία συνωμοσιών.
- Απόκρυψη αδυναμιών.
- Έλλειψη εσωτερικής επικοινωνίας & εμπιστοσύνης.
- Ελαττωματικό δίκτυο πληροφόρησης (πορεία και λειτουργία οργανισμού).
- Κακή ψυχοσωματική κατάσταση εργαζομένων
- Μειωμένος προσανατολισμός στο ανθρώπινο δυναμικό.
- Λήψη αποφάσεων εις βάρος του προσωπικού.
- Μείωση κατανόησης.
- Έλλειψη κινήτρων
- Ανάπτυξη κυνισμού.
- Ανυπαρξία καινοτομίας.
- Έλλειψη ενθουσιασμού.
- Καλλιέργεια χρόνιας εξάντλησης

Πώς μπορούν να αντιμετωπιστούν αυτές οι αδυναμίες;

- **Σε προσωπικό επίπεδο:** Προσδιορισμός, αξιολόγηση & βελτίωση των στοιχείων της ΣΝ.
- **Σε ομαδικό επίπεδο:** Συντονισμός των διαπροσωπικών σχέσεων.

- **Σε επίπεδο οργανισμού:** Η ΣΝ να είναι προτεραιότητα στην πρόσληψη, εκπαίδευση, ανάπτυξη, αξιολόγηση και προαγωγές

Η ΣΝ καλλιεργείται και αναπτύσσεται σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας και μάλιστα συνδέεται με την έννοια της **ωριμότητας**

Οι εκπαιδευτικοί συχνά ασχολούνται με διοικητικά καθήκοντα και δεν έχουν χρόνο να αναπτύξουν ουσιαστικές σχέσεις με μαθητές και συναδέλφους.

Πώς μπορούν οι εκπαιδευτικοί οργανισμοί να ενισχύσουν τη συναισθηματική τους νοημοσύνη;

- Εκπαίδευση και επιμόρφωση: Διοργάνωση σεμιναρίων για τη συναισθηματική νοημοσύνη και τη διαχείριση συναισθημάτων στο σχολείο.
- Συμμετοχική ηγεσία: Ανάπτυξη μιας κουλτούρας όπου οι εκπαιδευτικοί έχουν λόγο στη λήψη αποφάσεων.
- Δημιουργία υποστηρικτικού περιβάλλοντος: Καλλιέργεια εμπιστοσύνης και ανοιχτής επικοινωνίας.
- Προώθηση συνεργασίας: Ομαδική εργασία, ανταλλαγή καλών πρακτικών και δημιουργία δικτύων υποστήριξης.
- Ανατροφοδότηση και αξιολόγηση: Διαρκής ανατροφοδότηση σχετικά με τη συναισθηματική ατμόσφαιρα του σχολείου και προσπάθεια βελτίωσης.

Ένας συναισθηματικά νοήμων εκπαιδευτικός οργανισμός δεν είναι ουτοπία, αλλά απαιτεί συντονισμένη προσπάθεια και αλλαγή στάσεων, ώστε να ενισχυθεί η συναισθηματική ευφυΐα όλων των εμπλεκομένων.

Δραστηριότητα 6^η

Σε ποιον τύπο ηγέτη αντιστοιχεί καθεμιά από τις ακόλουθες φράσεις;

1. «Δοκιμάστε αυτό»

Καθοδηγητής (Coaching) Ο καθοδηγητικός ηγέτης ενθαρρύνει την ανάπτυξη των ικανοτήτων των μελών της ομάδας μέσω καθοδήγησης και προτάσεων.

2. «Κάντε ό, τι σας λέω»

Καταπιεστικός (Commanding) Ο καταπιεστικός ηγέτης επιβάλλει αυστηρούς κανόνες και απαιτεί άμεση συμμόρφωση.

3. «Θα ήθελα να ακούσω την άποψή σας»

Δημοκρατικός (Democratic) Ο δημοκρατικός ηγέτης προωθεί τη συνεργασία και την ομαδική λήψη αποφάσεων.

4. «Ακολουθήστε με και θα τα καταφέρουμε».

Οραματιστής (Visionary) Ο οραματιστής ηγέτης εμπνέει και καθοδηγεί την ομάδα προς ένα κοινό όραμα.

5. **«Οι άνθρωποι είναι πάνω από όλα»**

Ανθρωπιστής (Affiliative) Ο ανθρωπιστής ηγέτης δίνει έμφαση στις σχέσεις και την ευημερία των ανθρώπων.

6. **«Κάντε ό, τι κάνω κι εγώ τώρα»**

Σύμβουλος (Pacesetter) Ο σύμβουλος ηγέτης λειτουργεί ως πρότυπο και απαιτεί υψηλές επιδόσεις μέσω του προσωπικού του παραδείγματος.

Δραστηριότητα 7^η

Μελετήστε και σχολιάστε το ακόλουθο απόσπασμα του Goleman:

«Ήταν η Κυριακή Super Bowl, αυτή η ιερή ημέρα όπου οι περισσότεροι Αμερικανοί άνδρες θα παρακολουθήσουν τον μεγαλύτερο ποδοσφαιρικό αγώνα της χρονιάς. Η πτήση από Νέα Υόρκη για Ντιτρόιτ είχε δύο ώρες καθυστέρηση και η ένταση μεταξύ των επιβατών - σχεδόν εξολοκλήρου επιχειρηματιών - ήταν φανερή. Καθώς φτάνουν στο Ντιτρόιτ, παρουσιάζεται ένα πρόβλημα στη ράμπα επιβίβασης και το αεροπλάνο σταματάει περίπου εκατό πόδια από την πύλη. Οι επιβάτες νιώθουν φρικτά.

Μια από τις αεροσυνοδούς πήγε στην ενδοεπικοινωνία. Κανονικά θα έπρεπε να ζητήσει από όλους τους επιβάτες να συμμορφωθούν με τους ομοσπονδιακούς κανονισμούς που απαιτούν όλοι να κάθονται μέχρι το αεροπλάνο να σταματήσει. Ωστόσο, δεν έκανε αυτή την αυστηρή ανακοίνωση.

Αντιθέτως, με παιχνιδιάρικο τρόπο προειδοποιεί ένα αξιολάτρευτο μικρό αλλά άτακτο παιδί φωνάζοντας: «Είσαι όρθιος...!».

Με αυτό, όλοι γέλασαν και κάθισαν πίσω μέχρι το αεροπλάνο να σταματήσει να κινείται. Και δεδομένων των περιστάσεων, οι επιβάτες κατέβηκαν από το αεροπλάνο σε εκπληκτικά καλή διάθεση».

Απάντηση:

Το απόσπασμα του Goleman αποτελεί ένα εξαιρετικό παράδειγμα συναισθηματικής νοημοσύνης στην πράξη, ειδικότερα στη διαχείριση των συναισθημάτων των άλλων μέσω κοινωνικής επίγνωσης και επιρροής.

Ανάλυση του αποσπάσματος

1. Κατανόηση της συναισθηματικής κατάστασης των επιβατών

Οι επιβάτες βιώνουν άγχος, εκνευρισμό και απογοήτευση λόγω της καθυστέρησης και του εμποδίου στην αποβίβαση.

Η αεροσυνοδός αντιλαμβάνεται τη δυσαρέσκεια και αναγνωρίζει την ανάγκη εκτόνωσης της έντασης.

2. Εναλλακτική προσέγγιση μέσω χιούμορ

Αντί να επιβάλει αυστηρά τους κανόνες, χρησιμοποιεί παιγνιδιάρικο τόνο και χιούμορ για να διαχειριστεί την κατάσταση.

Αυτή η μέθοδος οδηγεί σε θετική συναισθηματική αντίδραση, κάνοντας τους επιβάτες να χαμογελάσουν και να χαλαρώσουν.

3. Αποτελεσματική ηγεσία μέσω συναισθηματικής νοημοσύνης

Η αεροσυνοδός λειτουργεί ως ηγέτης της στιγμής, καθοδηγώντας συναισθηματικά το πλήρωμα και τους επιβάτες.

Αντί για καταπιεστική ηγεσία, εφαρμόζει ένα μοντέλο που παραπέμπει σε ανθρωπιστική και καθοδηγητική ηγεσία.

4. Η σημασία της συναισθηματικής νοημοσύνης σε καθημερινές αλληλεπιδράσεις

Δείχνει ότι η συναισθηματική νοημοσύνη δεν είναι μόνο θεωρία, αλλά μια δεξιότητα που μπορεί να εφαρμοστεί σε κάθε τομέα.

Η αλλαγή του συναισθηματικού κλίματος μπορεί να επιτευχθεί όχι μόνο με εξουσία, αλλά και με κατανόηση και συναισθηματική διαχείριση.

Σύνδεση με την εκπαίδευση

Στο εκπαιδευτικό περιβάλλον, οι ηγέτες (διευθυντές, εκπαιδευτικοί) που διαθέτουν συναισθηματική νοημοσύνη μπορούν:



Να μειώνουν την ένταση σε δύσκολες καταστάσεις.



Να προωθούν θετικές σχέσεις μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτικών.



Να διαχειρίζονται κρίσεις με δημιουργικότητα και όχι αυταρχικότητα.

Το παράδειγμα της αεροσυνοδού είναι μια υπενθύμιση ότι η ηγεσία και η επιρροή δεν προέρχονται μόνο από τον τίτλο ή την εξουσία, αλλά από την ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων των άλλων.

XPΗΣΙΜΑ LINKS:

<https://www.youtube.com/watch?v=Y7m9eNoB3NU>

<https://www.youtube.com/watch?v=LgUCyWhJf6s>

<https://www.youtube.com/watch?v=1Ewgu369Jw>