



# Sociālā mācīšanās mācīšanai

Seminārs 14.03.22.-18.03.22.

Grācā, Austrijā,

Anna Pauliņa

# Berlīnes Universitātes pētījums



# Sociālā mācīšanās:

ar to tiek domāta sociālās kompetences apguve;

sociālās prasmes ir visas īpašības, kas ļauj personai konstruktīvi piedalīties sabiedrībā un labi mijiedarboties ar citiem cilvēkiem sociālajā vidē.

Sociālā  
inteliģence un  
emocionālā  
inteliģence

To definēja 1920 gadā Edvards Lee Torndike:

«Tā ir spēja citus cilvēkus saprast, vadīt un gudri rīkoties cilvēciskajās attiecībās»,

- Ilgu laiku par inteliģences mērauklu tika ņemts cilvēka IQ. Pēc jaunākajiem atzinumiem tomēr cilvēka emocionālā inteliģence (EQ) ir daudz nozīmīgāka, viņa personīgajos un profesionālajos panākumos, kā piem., līdzjūtība, komunikācijas prasmes, cilvēcība, takta izjūta, pieklājība.

# Emocionālā inteliģence

- Ilgu laiku par inteliģences mērauklu tika ņemts cilvēka IQ. Pēc jaunākajiem atzinumiem tomēr cilvēka emocionālā inteliģence (EQ) ir daudz nozīmīgāka, viņa personīgajos un profesionālajos panākumos.

# Emocionālā inteliģence

- Emocionālās inteliģences jēdziens kļuva pazīstams, kad amerikāņu psihologa Daniela Golemana, 1995.gadā izdotā grāmata «EQ-Emocionālā inteliģence», kļuva starptautiski pazīstama.

# Emocionālā inteliģence

Pēc D. Golemana emocionālā  
inteliģence ietver šādas kompetences:

savu stipro un vājo pušu apzināšanos;

reālistisku savas personības  
novērtējumu;

personīgo vajadzību, sajūtu un motīvu  
atpazīšana un saprašana;

personīgo mērķu apzināšanās.

# Emocionālā inteliģence

spēt ietekmēt savas sajūtas ar iekšējā dialoga palīdzību;

ar to mēs varam kontrolēt savu emociju izpausmes;

spēja sevi motivēt, neskatoties uz bailēm;

spēja iejusties citos cilvēkos un atbilstoši reaģēt



# Emocionālā inteligence

nodibināt kontaktus ar citiem cilvēkiem un ilgāku laiku uzturēt labas attiecības ar citiem;

sevi skaidri un saprotami paust savu viedokli;

citus aktīvi uz klausīt, saprast viņu viedokli un veidot savu viedokli par dzirdēto.

Šādiem cilvēkiem ir lielāki panākumi personīgajā un profesionālajā dzīvē, viņi spēj par sevi labāk parūpēties.

# Idejas emocionālās intelīgences izkopšanai

- ABC lapa: dota lapa ar alfabēta burtiem: dažās minūtēs uzskaiti lietas, ko Tu labprāt dari un/vai labi vari darīt.
- Vari atbildēt arī uz jautājumiem:» Kas citiem tevī patīk? Kādas rakstura īpašības Tevi dara
- Īpašu?»

## Jā/Nē spēle

- Mērķis: iepazīties/ sevi un citu pieņemt.
- Skolēni sadalās grupās pa seši. Kartiņas ar jautājumiem tiek noliktas vidū (smagāki vai vieglāki jautājumi, atkarībā no skolēnu vecuma vai to, cik skolēni pazīstami).
- Katrs spēlētājs saņem vienu Jā un Nē karti. Tad
- pirmais no grupas izvelk jautājumu un atbild uz to ar Jā vai Nē un noliek apslēpti atbildi savā priekšā. Tad pārējie atbild apslēpti ar Jā vai Nē ,noliekot kartiņu sev priekšā. Tad kartiņas tiek atklātas .Skolēns, kurš atbildēja uz jautājumu, var arī pamatot savu atbildi. Tad seko nākošais skolēns, kurš izvelk jautājumu.

# Jā/Nē spēle

Refleksijai jautājumi:

Ko Tu piedzīvoji spēles laikā?

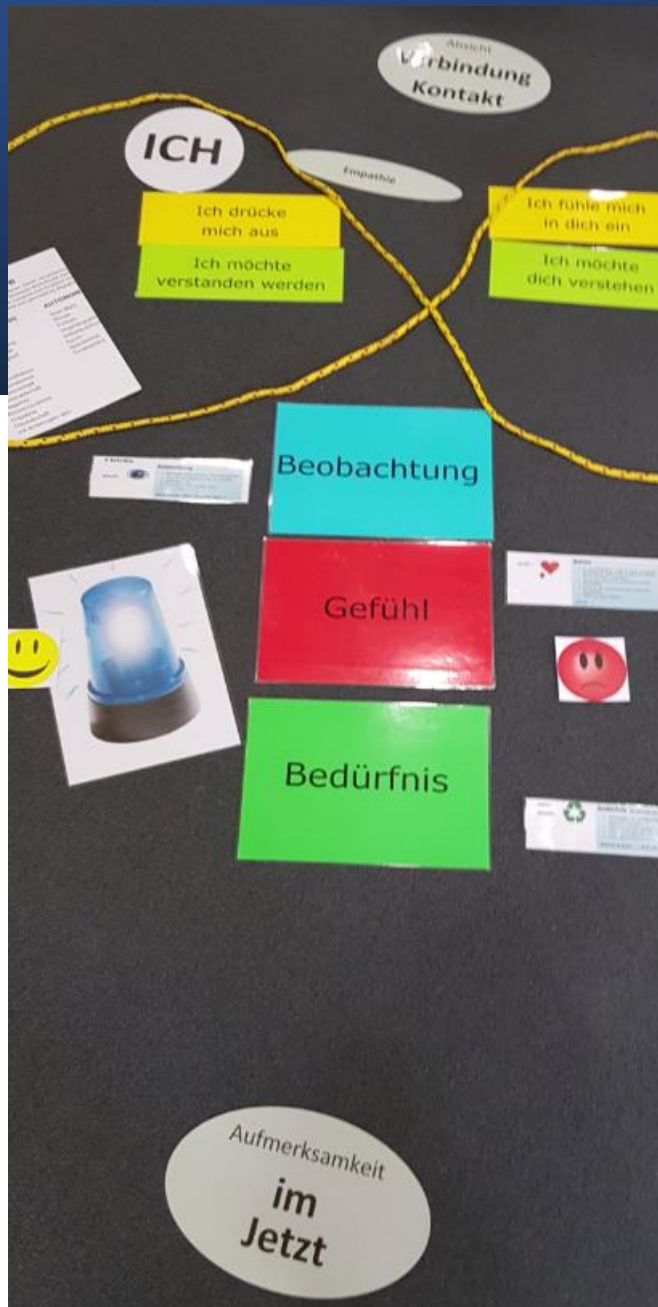
Kas Tev bija interesanti?

Vai bieži bija atšķirības starp Tavu atbildi un citu skolēnu atbildēm?

# Citas spēles un vingrinājumi, emocionālās saiknes nodibināšanai



# Treniņš kontaktu nodibināšanai



Seminārā  
piedalījās  
skolotāji no  
Vācijas,  
Polijas un  
Igaunijas





Open Space dienā katrs dalībnieks dalījās pieredzē vai prezentēja savu skolu



# Secinājumi

Šajā seminārā tika iegūtas vispusīgas zināšanas par emocionālās inteliģences jēdzienu;

Tika veikti dažādi treniņa uzdevumi, lai trenētu savstarpējo sapratni un sadarbību;

Semināra materiālus var izmantot mācību stundās un klases pasākumos sociālo prasmju attīstīšanai.