

Emotional Intelligence の認識を深めよう

子どもも教師もEQを伸ばすために

NOBURO HAGIWARA SEP 23, 2018 10:17AM

試験の結果と幸福度についての研究

最後の部分で軽く触れた研究の結果です。アメリカの大学生数千人が被験者です。

Having good grades

Levine et al. (2012)

If you get a grade that is lower/higher than you expected, how happy will you feel? 1: Not at all happy 9: very happy

Higher than expected: predicted 8.27 - actual 6.55

Exactly as expected: predicted 7.81 - actual 6.45

Lower than expected: predicted 4.42 - actual 6.36

Steve Jobsのあのspeechは感動的です。"Your time is limited, so don't waste it living someone else's life. Don't be trapped by dogma - which is living with the results of other people's thinking. Don't let the noise of others' opinions drown out your own inner voice. And most important, have the courage to follow your heart and intuition. They somehow already know what you truly want to become. Everything else is secondary." Steve Jobsの言う"intuition"は精神性の高いもの、"Calling"について述べていると思います。私が講座で述べた"Our minds' strongest intuitions are often totally wrong."は所有欲をかきたてる"miswanting" (=The act of being mistaken about what and how much you will like something in the future.)の直感とお伝えするべきでした。


— NOBURO HAGIWARA

EQ

まさに、子どもも教師もEQを伸ばしていく必要があると感じました。

Test your Emotional Intelligence

Emotional Intelligence Quiz
Take the Emotional Intelligence Quiz
GREATER GOOD



ポジティブシンキング

思考の習慣を変えるのには6ヶ月かかると読んだことがあります。明日から始めれば年度内には変わるかも!?

Steve JobsのIntuitionを信じろとの違いは...

Stanford UnivでのCommencementでJobsはIntuitionを信じろとというのは、きょうの「直感を信じるな」とはまた別の視点からのEQとして重要なのかなとも思いました。あ、Instinctかな、あちらは。

今日話題の「管理職の役割

何かを生み出そうとする人を支持しながら、機会と環境を与え続けること。その一方で、ただの意見だけで、実際に行動しない人に対しては無力であるしかない。

自分の強み

自分の強みを見つけるってすごく難しく感じます。弱みならいくらでも浮かぶのに、何が自分の強みだろうと考えると途端に言葉が出てこなくなる。他の人に褒めてもらう経験って自分の強みを言語化するのにも必要なのかもしれません。

相手にしてもらいたいことのズレ

生徒ともですが、管理職や同僚との相手にしてもらいたいことのズレを縮めることが、結果的には仕事や人生の満足度を上げるんだなと思いました。

EQの生徒用のトレーニングがあれば、まずは教員同士でやってみたいです。ずれていることを認識して、共感に関する能力を育てていくことが、大人になってもとても大切だと思います。

How emotional intelligent are you

Copyです

Google Forms - create and analyze surveys, for free.

Create a new survey on your own or with others at the same time. Choose from a variety of survey types and analyze results in Google Forms. Free from Google.

GOOGLE



感性を磨くこと

子どもたちの表情が何を表そうとしているのか、感じ取れる感性が必要ですね。

Emotional Intelligence Test

ご利用ください。

Quiz - Quizizz

Free gamified quizzes on every subject that students play in class and at home. Pick an existing quiz or create your own for review, formative assessment, and more.

QUIZZ



表情を読み取る力

表情からその人の思いを慮ることは難しいことと思います。しかしながら、そこをどう考えるか、「どうかな?」「何でかな?」と考えることができることが大事なかなと思います。

png file

PRINT-KIDS.NET



幸せ、幸福感

気に入ったものを見つけて購入した時がピーク。その後、身につけて歩き出したら、それは「当然のもの」になり、すぐ何も感じなくなる。これは幸福感というより高揚感。高揚感は一時的のピークの後あつという間に消滅する。

感情的

たくさんの感情を持っています。その感情を伝えることが苦手な子どもや大人がいます。私も自分の気持ちを出すことがどうしても苦手な方です。そんな中、人間関係ができると共感することも多くなり、自己認識や自己管理も見えてくることも多くあります。

子どもたちのなかには、他人に興味がなく、ひとりであることが落ち着く特性の子もいます。自分の気持ちが伝えられず泣いてしまう子もいます。ただただ、友だちのそばにいたい子もい

ます。ひとりひとりの特性に寄り添いながら、人間関係の築きを考えて行きたいと思って日々接しています。安心した環境の設定、安心できる人間関係の構築で共感できることも増えてくるのではないのでしょうか。そして、成長とともに自己認識ができてきて、自己管理もできてくるように感じられます。今をみることも大切ですが、将来を視野に入れ、子どもの環境はどうあってほしいかを考えていくことを大切にしていきたいと思っています。

また、自分のEQを高めて行きたいと思います。

幸せ度

幸せ度を増やすには、やはりEmotional Intelligenceの成長が必須であると感じた。

指示されたとおりに行動するのではなく、ポジティブシンキングで常に目的意識を持って行動できるようになってほしい。

徹底したポジティブシンキング

「宇宙の力を信じよう」という姿勢がパワーそのものなんだと思う。

EQもIQも

先日、ある運動部が練習中に一斉に水分補給の時間をとっていました。

選手全員が同じタイミングで喉が渇くわけがないのに、なぜ一斉に水分補給の時間を取るんだろうと疑問に思っていました（自由給水にすればいいのにーと思っていたわけです）。

そこで、自分の学習計画を思い返しました。一斉一律の学習デザインで全員が一律の成長を「するわけがない」。だから個別に学習計画を立案し個別学習と協働学習を可能な限り学校教育の中で実践していくことが求められているんだな。私はできているかな、と自分を振り返る機会がありました。

今日、EQのお話を聞いてEQの成長も同じなのではないだろうか、と感じました（発達に障害があろうが特性があろうが関係なく、成長は一律ではないのでは、）。学習者のEQの見取りをする（特性をつかむ）、成長のための声かけをする、などが大切だとは思っていましたが、今回4つの項目と共感の3領域の話聞いて、そこを基に具体策を練ってみたいと思っています。

成長を「待つ」こと

時間をかけること

話を聞くこと

いいところを見つけて評価すること

そしてできる限り否定しないこと（苦手なんです、、、、）

自分の幅も広がるような気がします。

意義に使う中学生は素敵だと思いました。

しかし今日の労作展は衝撃的でした。圧倒的な差を感じました。

ポジティブに!

ポジティブシンキング大事! 問題にプライオリティつけるの大事!

いつも問題があれもこれもあることでこんがらがってますが、とにかくひとつひとつ、階段登ることが結果一番の近道。

そして、共感の3つの要素、これを間違えたらごんぎつねのように悲しい結末になってしまう事も。

そして共感以前に自己認識と自己管理の強化もすごく必要だなと。

そして、今日の労作展ほんとにため息しか出ませんでした。来年は子どもにも見せたい!

共感

共感とは、馴れ合いとか、甘やかすとか、そういったレベルの低い話ではなくて、実際に児童生徒を前にしたときにどう考えるかということの基礎・基盤になるものであると考えます。



労作展でEQ

全部を見きれなかった労作展ですが、私が普通部の生徒だったら何をテーマにしたらろう、とワクワクしました。そして、それを制作日誌に何ページに書き残せるだろうかと不安になりました。

先輩達の作品を見て、自分の中の興味に気づき、きっとできることと、頑張ればできそうなことを達成すべく、夏の期間を有

EQを学校文化に浸透させたい

より満足度の高い仕事や人生を感じるにはEQが重要といいますが、人を育てるといふ教育機関は、もっとEQに高い関心を払う必要があると感じました。教師集団が子どもと関わり育てるために、PDの重要な要素としてEQを学んでいくことが求められていると思いました。そうすることで、いわばピン芸人のような職人気質の教員間を超えて、組織として同僚同士のコミュニケーションをふかめ、共同作業を広げていく素地が学校の中に生まれてくると思うのです。

ひとえに自分のEQに対する力不足を感じているからにならないのですが。

教育の目標は、幸せに生きるための術を探すことなのではないかなと感じました。以前自分に自信がなくて困っていたのが、いつのまにか超ポジティブシンキングになり楽しく生きているので、生徒たちがそうなるにはどうすれば良いのかよく考えたいです。

自分の共感力を高めるために

私は共感することが苦手です。

例えば自分の通って来た道なら経験から推測できますし、年上ならではの知恵などで補足して、生徒たちへの共感はずとできます。

反対に、大人や同僚に対して共感するのが苦手です。今日の講座で私の「自己管理」が足りないせいで「共感」しにくくなっていることに気づきました。そろそろいい加減にトレーニングして直したいです。

また、生徒たちはEQの大切さに気づく機会が欠如しているので、今日みたいな体験ができる場を作るのも私たちの役目だと思います。
