

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΙΡΑΙΩΣ
ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΙ
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ

Τεχνολογία και Συναισθηματική Νοημοσύνη στο χώρο της
Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης

Νεγιάννης Κωνσταντίνος

Διπλωματική Εργασία υποβληθείσα στο Τμήμα Οικονομικών Επιστημών του Πανεπιστημίου
Πειραιώς ως μέρος των απαιτήσεων για την απόκτηση Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης στην
Οικονομική της Εκπαίδευσης και Διαχείριση Εκπαιδευτικών Μονάδων

Πειραιάς, Ελλάδα, Φεβρουάριος 2022

UNIVERSITY OF PIRAEUS
DEPARTMENT OF ECONOMICS



MASTER PROGRAM
IN ECONOMICS IN EDUCATION AND
MANAGEMENT OF EDUCATIONAL UNITS

Technology and Emotional Intelligence in the field of Primary
Education

By

Negiannis Konstantinos

Master Thesis submitted to the Department of Economics of the University of Piraeus in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts in Economics in Education and Management of Educational Units

Piraeus, Greece, October 2021

Περιεχόμενα

Περίληψη	vii
Abstract	viii
Κατάλογος Πινάκων	ix
Κατάλογος Διαγραμμάτων	ix
Πρόλογος	x
Εισαγωγή.....	xi
A ΜΕΡΟΣ: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ	1
Κεφάλαιο 1: Θεωρητική Προσέγγιση της Έννοιας της Σ.Ν	1
1.1 Τι είναι Σ.Ν : Ιστορική αναδρομή της έννοιας.....	1
1.2 Ορισμοί Σ.Ν.....	3
1.3 Θεωρητικά μοντέλα και τρόποι μέτρησης Σ.Ν.....	5
1.4 Αξία – Σημασία Σ.Ν.....	7
Κεφάλαιο 2: Συναισθηματική Νοημοσύνη και Ελληνικό Σχολείο	9
2.1 Προγράμματα Σ. Ν. που απευθύνονται σε παιδιά.....	9
2.2 Προγράμματα προαγωγής ψυχικής και συναισθηματικής υγείας στο σχολείο.....	10
2.3 Εγχειρίδιο τεχνικών για τη συναισθηματική και κοινωνική επιδεξιότητα	11
2.4 Πρόγραμμα για την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης	12
Κεφάλαιο 3: Τεχνολογία και Συναισθηματική Νοημοσύνη	14
3.1 Πως η χρήση της τεχνολογίας επηρεάζει τη Συναισθηματική Νοημοσύνη;.....	14
3.2 Πως μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την τεχνολογία για την ενίσχυση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης;	16
3.3 Ένα πρόγραμμα για την ενίσχυση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης στην Ελληνική Εκπαίδευση	17
B' ΜΕΡΟΣ: ΕΡΕΥΝΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗΝ Σ.Ν. ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ	19
Κεφάλαιο Α': Μεθοδολογία	19
Σκοπός της έρευνας.....	19
Δείγμα της έρευνας	19
Εργαλεία έρευνας.....	20
Συλλογή των δεδομένων	20
Ανάλυση δεδομένων	21

Κεφάλαιο Β': Περιγραφική στατιστική μαθητών	21
Περιγραφική στατιστική εκπαιδευτικών	25
Περιγραφική στατιστική γονέων	28
Κεφάλαιο Γ' : Επαγωγική στατιστική	32
1 ^ο ερευνητικό ερώτημα.....	32
2 ^ο ερευνητικό ερώτημα.....	33
3 ^ο ερευνητικό ερώτημα.....	34
Συμπεράσματα.....	35
Βιβλιογραφία.....	37
Ελληνική	37
Ξένη.....	38

Στην οικογένεια μου

Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της διπλωματικής μου εργασίας, θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά όλους τους καθηγητές του τμήματος με τους οποίους είχα την τύχη να συνεργαστώ, καθώς οι γνώσεις που αποκόμισα μέσω αυτών θα με συντροφεύουν σε όλη μου την επαγγελματική σταδιοδρομία.

Ιδιαίτερα θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα της διπλωματικής μου, κα Ψυλλάκη Μαρία, για τις εύστοχες παρατηρήσεις καθ' όλη τη διάρκεια της υλοποίησης αυτής της εργασίας, καθώς και για την άριστη συνεργασία.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένεια μου για την αμέριστη και πολυεπίπεδη στήριξη της καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μου.

Τεχνολογία και Συναισθηματική Νοημοσύνη στο χώρο της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης

Σημαντικοί όροι: Συναισθηματική Νοημοσύνη, Τεχνολογία

Περίληψη

Η παρούσα εργασία αποτελεί μία έρευνα που αποσκοπεί στην διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της τεχνολογίας και της συναισθηματικής νοημοσύνης. Η εργασία παρουσιάζει τον ορισμό και την σκιαγράφηση της έννοιας «Συναισθηματική Νοημοσύνη» («EQ»), μέσα από μία ιστορική αναδρομή που ερευνά τις πρώτες διατυπώσεις θεωριών σχετικά με την έννοια, τους ορισμούς της, τα θεωρητικά μοντέλα που έχουν συνδεθεί με αυτήν, τους τρόπους μέτρησης της και την αξία της. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ο τρόπος που η έρευνα γύρω από τη συναισθηματική νοημοσύνη έχει αξιοποιηθεί από το Ελληνικό Σχολείο και καταγράφονται τα σχετικά προγράμματα αλλά και τα αποτελέσματα της ποσοτικής έρευνας που ολοκληρώθηκε με στόχο τη διερεύνηση μεταξύ τεχνολογίας και συναισθηματικής νοημοσύνης.

Technology and Emotional Intelligence in the field of Primary Education

Keywords: Emotional Intelligence, Technology

Abstract

This paper is a research aimed at investigating the relationship between technology and emotional intelligence. The paper presents the definition and outline of the concept of "Emotional Intelligence" ("EQ"), through a historical background that explores the first formulations of theories about the concept, its definitions, the theoretical models associated with it, the ways of measuring it and its value. Also, the paper examines the way in which the research on emotional intelligence has been utilized by the Greek School and the relevant programs and the results of the quantitative research that was completed with the aim of investigating the relationship between technology and emotional intelligence.

Κατάλογος Πινάκων

Αριθμός Πίνακα	Τίτλος Πίνακα	Σελίδα
2.1	Σχέση μαθητή με την τεχνολογία	23
2.2	Συναισθηματική νοημοσύνη μαθητή	24
2.3	Συναισθηματική νοημοσύνη μαθητή σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς	27
2.4	Συμβολή εκπαιδευτικών στην ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης	28
2.5	Συναισθηματική νοημοσύνη μαθητή σύμφωνα με τους γονείς	30
2.6	Συμβολή γονέων στην ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης	31
3.1	Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις επιπέδου συναισθηματικής νοημοσύνης	33
3.2	Συσχετίσεις ως προς τις απόψεις των γονέων	34
3.3	Συσχετίσεις ως προς τις απόψεις των εκπαιδευτικών	34

Κατάλογος Διαγραμμάτων

Αριθμός Διαγράμματος	Τίτλος Διαγράμματος	Σελίδα
2.1	Φύλο μαθητών	21
2.2	Χρήση τεχνολογίας στην διδασκαλία σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς	26
2.3	Χρήση τεχνολογίας στην διδασκαλία σύμφωνα με τους γονείς	29
2.4	Πόσο συχνά αισθάνεστε ότι το παιδί σας αφιερώνει πολύ χρόνο είτε στην τηλεόραση είτε στο κινητό είτε στον Η/Υ	29

Πρόλογος

Παρακάτω, πρόκειται να παρουσιαστούν τα αποτελέσματα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης και της ποσοτικής έρευνας που πραγματοποιήθηκε στην προσπάθεια να απαντηθεί το βασικό ερευνητικό ερώτημα: «Ποια είναι η σχέση τεχνολογίας και συναισθηματικής νοημοσύνης;». Για την επίτευξη του στόχου που τίθεται πρόκειται:

- 1) Να χρησιμοποιηθούν βιβλιογραφικές πηγές που περιλαμβάνουν άρθρα, μονογραφίες και μελέτες γύρω από το θέμα της σχέσης συναισθηματικής νοημοσύνης και τεχνολογίας.
- 2) Να παρουσιαστούν προγράμματα σπουδών που αφορούν το Ελληνικό Σχολείο και πιο συγκεκριμένα τον χώρο της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης
- 3) Να πραγματοποιηθεί ποσοτική έρευνα της οποίας τα αποτελέσματα θα παρουσιαστούν αναλυτικά.

Εισαγωγή

Το θέμα της παρούσας εργασίας αποτελεί η διερεύνηση της σχέσης μεταξύ Συναισθηματικής Νοημοσύνης και Τεχνολογίας στην Πρωτοβάθμια εκπαίδευση. Η ταχύτατη πρόοδος της τεχνολογίας με την ταυτόχρονη εξοικείωση των μαθητών με αυτήν και την είσοδο της στα σχολεία δημιουργεί σαφείς και επιτακτικές ανάγκες έρευνας γύρω από τη σχέση της τεχνολογίας και των επιδόσεων των μαθητών.

Ωστόσο, είναι σημαντικό να μην παραβλέπεται το γεγονός ότι η Συναισθηματική Νοημοσύνη αποτελεί έναν σημαντικότερο παράγοντα που συντελεί στην ψυχική υγεία και την καλή επίδοση των μαθητών. Συνεπώς, είναι απαραίτητο να μελετηθεί το πώς και κατά πόσο η Συναισθηματική Νοημοσύνη σχετίζεται με την Τεχνολογία και αν η επίδραση της σε αυτήν είναι θετική ή αρνητική.

Το ερευνητικό ερώτημα που τίθεται ως βασικός στόχος της εργασίας: «Ποια η σχέση μεταξύ Συναισθηματικής Νοημοσύνης και Τεχνολογίας στην Πρωτοβάθμια εκπαίδευση» ερευνάται μέσω άλλων ερωτημάτων που τίθενται και δομούν τη συγκεκριμένη εργασία. Τα ερωτήματα αυτά συνοψίζονται στα παρακάτω:

- 1) Ποια είναι η ιστορική διαδρομή της έννοιας Συναισθηματική Νοημοσύνη;
- 2) Με ποιες επιστημονικές θεωρίες συνδέθηκε η έννοια Σ.Ν.;
- 3) Πώς ορίζεται η Σ.Ν.;
- 4) Ποια είναι η σημασία της Σ.Ν.;
- 5) Αξιοποιείται η επιστημονική έρευνα γύρω από τη Σ.Ν. στο Ελληνικό Σχολείο;
- 6) Ποια προγράμματα του Ελληνικού Σχολείου αξιοποιούν την επιστημονική έρευνα γύρω από τη Σ.Ν.;
- 7) Ποια η σχέση μεταξύ Ελληνικού Σχολείου και Τεχνολογίας;
- 8) Ποια η σχέση μεταξύ Σ. Ν και Τεχνολογίας με βάση την ποσοτική έρευνα που πραγματοποιήθηκε στα πλαίσια της εκπόνησης της παρούσας εργασίας;

Τα ερωτήματα αυτά απαντώνται παρακάτω, σε ένα κείμενο που δομείται σε 3 κεφάλαια που εξετάζουν τη θεωρία γύρω από τη συναισθηματική νοημοσύνη, τη σχέση του Ελληνικού Σχολείου με την τεχνολογία και την Σ.Ν και, τέλος, την σχέση Σ.Ν και Τεχνολογίας, η οποία παρουσιάζεται μέσα από την καταγραφή της ποσοτικής έρευνας που πραγματοποιήθηκε και των αποτελεσμάτων της.

Α ΜΕΡΟΣ: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

Κεφάλαιο 1: Θεωρητική Προσέγγιση της Έννοιας της Σ.Ν

1.1 Τι είναι Σ.Ν : Ιστορική αναδρομή της έννοιας

Στη δεκαετία του 1950 ο Αβραάμ Μάσλοου έγραψε για το πώς οι άνθρωποι μπορούσαν να ενισχύσουν τις συναισθηματικές, σωματικές και πνευματικές τους δυνάμεις. Το έργο του πυροδότησε το κίνημα «Ανθρώπινο Δυναμικό», το οποίο θα μπορούσε να θεωρηθεί η μεγαλύτερη γιορτή του ανθρωπισμού από την Αναγέννηση.

Στη δεκαετία του 1970 και του 1980 το κίνημα αυτό οδήγησε στην ανάπτυξη πολλών νέων επιστημών που σχετίζονταν με τον άνθρωπο. Στα πλαίσια αυτά, πραγματοποιήθηκε σοβαρή έρευνα με στόχο να καθοριστούν και να αναλυθούν λειτουργίες όπως τα συναισθήματα και η ευφυΐα. Ένας από τους ερευνητές που έδρασαν σε αυτή την κατεύθυνση ήταν ο Peter Salovey, καθηγητής, πλέον, στο πανεπιστήμιο του Yale.

Ο ίδιος υποστηρίζει ότι τις τελευταίες δεκαετίες, οι πεποιθήσεις για τα συναισθήματα και την ευφυΐα έχουν αλλάξει σε πολύ μεγάλο βαθμό. Υπάρχει συνεχής συζήτηση σχετικά με την προέλευση του «E.Q», με ένασμα τη δημοσίευση «Emotional Intelligence» των Peter Salovey και John Jack Mayer, το 1990 (Salovey et al 2008).

Σύμφωνα με τον David Caruso : «Είναι πολύ σημαντικό να καταλάβουμε ότι η Συναισθηματική Νοημοσύνη δεν είναι το αντίθετο της ευφυΐας, δεν είναι ο θρίαμβος της καρδιάς πάνω από το κεφάλι – είναι η μοναδική τομή και των δύο» (Stein Howard 2011).

Ο Daniel Goleman βασίστηκε στην έρευνα των Salovey και Mayer, καθώς και αρκετών άλλων ερευνητών, για τη συγγραφή του βιβλίου «Συναισθηματική Νοημοσύνη».

Εκτός από την έρευνα, ο Goleman αναθεώρησε τις βέλτιστες πρακτικές στην εκπαίδευση. Έγραψε για δυο σχολικά προγράμματα, το «Self – science» του Six Seconds και το πρόγραμμα κοινωνική ανάπτυξης του New Haven Schools (Goleman 2012).

Το 1997, η ομάδα του Six Seconds προσπάθησε να υιοθετήσει αυτές τις βέλτιστες πρακτικές και να δημιουργήσει ένα πλαίσιο για τη διδασκαλία και την εξάσκηση των δεξιοτήτων του E.Q. Ο ορισμός της Six Seconds του 1997 για τη Συναισθηματική Νοημοσύνη, είναι : «Η ικανότητα να δημιουργούμε βέλτιστα αποτελέσματα στις σχέσεις μας με τον εαυτό μας και τους άλλους».

Το Six Seconds (Freedman, 2017) ανέπτυξε επίσης ένα μοντέλο που καταγράφει αυτές τις πρακτικές σε τρεις τομείς:

1. «Γνωρίστε τον εαυτό σας»
2. «Επιλέξτε τον εαυτό σας»
3. «Δώστε τον εαυτό σας»

Με την ανάπτυξη οκτώ συγκεκριμένων δεξιοτήτων, η προσέγγιση του Six Seconds αντικατοπτρίζει το όραμα του David Caruso: «Ο στόχος είναι να ενσωματώσουμε τη σκέψη και το συναίσθημα για να ζήσουμε πιο αποτελεσματικά».

Ενώ τα διάφορα μοντέλα συναισθηματικής νοημοσύνης δομούν διαφορετικά την έννοια, όλα ασχολούνται με την ενσωμάτωση του συναίσθηματος, του λόγου και της δράσης. Όπου η «θεωρία προ – E.Q» υποδηλώνει ότι το συναίσθημα είναι ένα υποπροϊόν της σκέψης, τα μοντέλα E.Q επισημαίνουν ότι το συναίσθημα έχει νόημα από μόνο του. Ως εκ τούτου, το Six Seconds χρησιμοποιεί ένα τρίγωνο για να δείξει ότι οι σκέψεις, τα συναίσθημα και οι πράξεις αλληλοσυνδέονται.

Ένας άλλος κορυφαίος ερευνητής, του οποίου το έργο ενέπνευσε τόσο τον Goleman όσο και το Six Seconds ήταν το ο Antonio Damasio. Στο *Σφάλμα του Descarte (Damasio, 1994)*, ο Damasio περιγράφει πως λειτουργούν τα συναίσθημα στον εγκέφαλο για να δημιουργήσουν την αίσθηση της ταυτότητα των ανθρώπων και να καθοδηγήσουν την ορθολογική λήψη αποφάσεων. Συνεχίζει να συζητά αυτό το έργο στο *The Feeling of What Happens, (Damasio, 1999)* όπου υποστηρίζει ότι η αίσθηση της συνειδητότητάς μας προέρχεται από το συναίσθημα.

Η συνεισφορές του Damasio παρέχουν ισχυρές αποδείξεις ότι είναι τεχνητό να διαχωρίζουμε τη σκέψη και το συναίσθημα. Άλλοι ερευνητές προχωρούν ακόμη παραπέρα. Η Candace Pert ήταν μια κορυφαία νευροβιολόγος που έγραψε το *Molecules of Emotion*, ήταν η επικεφαλής του τμήματος χημείας του εγκεφάλου του NIH από το 1982 έως το 1998 και στη συνέχεια καθηγήτρια στην ιατρική σχολή του Johns Hopkins. Πριν από τον πρόωρο θάνατο της, η Pert εργαζόταν για να εφαρμόσει τα επαναστατικά της ευρήματα σε μια νέα θεραπεία για τον καρκίνο. Η προοπτική της

Pert είναι ότι η «σκέψη» συμβαίνει στον εγκέφαλο και στο σώμα. Όλα τα είδη «πληροφοριών» υποβάλλονται σε επεξεργασία σε όλο το σώμα – ιδέες, συναισθήματα και ίσως ακόμη και πνευματικές παρορμήσεις. Ενώ ο εγκέφαλος έχει τη μεγαλύτερη επεξεργαστική δύναμη, δεν οδηγεί απαραίτητα το σύστημα. Ο ισχυρισμός της Pert σίγουρα απέχει πολύ από την αντίληψη ότι ο «λογικός» εγκέφαλος είναι το κέντρο της ανθρώπινης ουσίας (Pert, 1999).

1.2 Ορισμοί Σ.Ν

Ακόμη και αν και ο όρος συναισθηματική νοημοσύνη επισήμως επινοήθηκε το 1990 από τον Salovey και τον Mayer, φιλοσοφικά και θρησκευτικά κείμενα προσπάθησαν να εστιάσουν εδώ και αιώνες στη σημασία της ανάπτυξης της ευαισθητοποίησης και την παρακολούθηση της συμπεριφοράς για αιώνες.

Οι διαπροσωπικές δεξιότητες όπως συμπόνια, ενσυναίσθηση και εμπιστοσύνη και οι ενδοπροσωπικές δεξιότητες όπως η αυτογνωσία, η παρατήρηση και ο στοχασμός έχουν αποτελέσει αντικείμενο προβληματισμού σε όλες τις φάσεις της γραπτής ανθρώπινης ιστορίας. Με την ανάπτυξη του επιστημονικού πεδίου της Ψυχολογίας στις αρχές του εικοστού αιώνα, οι συναισθηματικές αντιδράσεις και η συμπεριφορά άρχισαν να διερευνώνται θεωρητικά και εμπειρικά (Freshman Rubino 2002: 3-4).

Τα συναισθήματα εμπλέκονται σε οτιδήποτε κάνουν οι άνθρωποι: κάθε πράξη, απόφαση και κρίση. Οι συναισθηματικά έξυπνοι άνθρωποι το αναγνωρίζουν αυτό και χρησιμοποιούν τη σκέψη τους για να διαχειρίζονται τα συναισθήματά. Στη διάρκεια των δύο τελευταίων δεκαετιών, η έννοια της Συναισθηματικής Νοημοσύνης (ΣΝ) έχει γίνει ένας πολύ σημαντικός δείκτης των γνώσεων, των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων ενός ατόμου στον εργασιακό χώρο, το σχολείο και την προσωπική ζωή.

Το συνολικό αποτέλεσμα των ερευνών υποδηλώνει ότι η ΣΝ παίζει σημαντικό ρόλο στην εργασιακή απόδοση, τα κίνητρα, τη λήψη αποφάσεων, την επιτυχημένη διαχείριση και τις ηγετικές ικανότητες.

Ο καθένας βιώνει και συσχετίζει τα συναισθήματά με διάφορες καταστάσεις στην καθημερινότητα. Τα συναισθήματα υποδεικνύουν πολύτιμες πληροφορίες για τις σχέσεις, τη συμπεριφορά και την κάθε πτυχή της ανθρώπινης ζωής γύρω μας. Η πιο πρόσφατη έρευνα δείχνει

ότι τα συναισθήματα είναι εποικοδομητικά και συμβάλλουν στη βελτίωση της απόδοσης και στην καλύτερη λήψη αποφάσεων, τόσο στην εργασία όσο και στην ιδιωτική ζωή.

Με τις εξελίξεις στη νευροεπιστήμη και τις τεχνικές απεικόνισης του εγκεφάλου, οι επιστήμονες κατανόησαν εν μέρει τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί ο ανθρώπινος εγκέφαλος. Είναι σε θέση να διακρίνουν μεταξύ τους το συναισθηματικό κέντρο του εγκεφάλου -που γεννά συναισθήματα- από το νεοφλοιό, ο οποίος είναι υπεύθυνος για τη σκέψη και τη λογική. Σήμερα οι περισσότεροι επιστήμονες πιστεύουν ότι τα συναισθήματά μας εμπλέκονται καλά στις ορθολογικές αποφάσεις και επιλογές. Υπάρχουν αυξανόμενες ενδείξεις ότι η συναισθηματική νοημοσύνη έχει μεγαλύτερο αντίκτυπο στην ικανότητά μάθησης και τη μελλοντική επιτυχία ενός ατόμου (Tripathy 2018: 2-3).

Το μοντέλο ικανότητας της συναισθηματικής νοημοσύνης περιλαμβάνει τους ακόλουθους τύπους ικανοτήτων:

□ Αντίληψη συναισθημάτων: Η ικανότητα ανίχνευσης συναισθημάτων σε πρόσωπα, εικόνες, φωνές, συμπεριλαμβανομένης της ικανότητας να αναγνωρίζει κανείς τα δικά του συναισθήματα. Η αντίληψη των συναισθημάτων είναι μια θεμελιώδης πτυχή της συναισθηματικής νοημοσύνης.

□ Χρήση συναισθημάτων: Η ικανότητα εκμετάλλευσης των συναισθημάτων για τη διευκόλυνση διαφόρων γνωστικών δραστηριοτήτων όπως η σκέψη και η επίλυση προβλημάτων.

□ Κατανόηση των συναισθημάτων: Η ικανότητα κατανόησης της γλώσσας των συναισθημάτων. Η κατανόηση των συναισθημάτων, για παράδειγμα, περιλαμβάνει την ικανότητα να είναι κανείς ευαίσθητος σε μικρές διαφορές μεταξύ των συναισθημάτων και της ικανότητας αναγνώρισης και περιγραφής του τρόπου με τον οποίο αναπτύσσονται τα συναισθήματα μέσω της μάθησης.

□ Διαχείριση συναισθημάτων: Η ικανότητα να ρυθμίζει κανείς τα συναισθήματα στον εαυτό του καθώς και στους άλλους. Ένα συναισθηματικά έξυπνο άτομο εκμεταλλεύεται τα συναισθήματα, ακόμη και τα αρνητικά, για να πετύχει στόχους. (Zalokar, 2019, σελ. 17) (Bahat Ovsenik 2020: 294 – 298)

1.3 Θεωρητικά μοντέλα και τρόποι μέτρησης Σ.Ν

Το μοντέλο μέτρησης συναισθηματικής νοημοσύνης των Mayer και Saloveys, το Τεστ Συναισθηματικής Νοημοσύνης Mayer-Salovey-Caruso (MSCEIT) δημιουργήθηκε σε δείγμα 5.000 ανδρών και γυναικών. Το MSCEIT έχει σχεδιαστεί για άτομα 17 ετών ή μεγαλύτερης ηλικίας και στοχεύει στη μέτρηση των τεσσάρων ικανοτήτων που περιγράφονται στο μοντέλο συναισθηματικής νοημοσύνης που πρότειναν, με 141 στοιχεία προς μέτρηση. Κάθε ικανότητα (αντίληψη, διευκόλυνση της σκέψης, της κατανόησης και της ρύθμισης) μετριέται με τη χρήση ειδικών μεθόδων.

Η αντίληψη του συναισθήματος μετριέται με την αξιολόγηση της έκτασης και του είδους του συναισθήματος που εκφράζεται σε διαφορετικούς τύπους εικόνων. Η διευκόλυνση της σκέψης μετριέται μέσω παραλληλισμών τους οποίους καλούνται οι εξεταζόμενοι να κάνουν μεταξύ συναισθημάτων και σωματικών αισθήσεων (π.χ. φως, χρώμα, θερμοκρασία) καθώς και συναισθήματα και σκέψεις. Η δυνατότητα κατανόησης μετριέται με ερωτήσεις σχετικά με την ανάμειξη των συναισθημάτων (π.χ. πώς τα συναισθήματα μπορούν να αλλάξουν από το ένα στο άλλο, όπως θυμός σε οργή κτλ.).

Το μοντέλο μέτρησης της συναισθηματικής νοημοσύνης του Reuven Bar-Ons, το Bar-On Emotion Quotient Inventory (EQ-i), αποτελεί ένα μέτρο αυτοαναφοράς της συναισθηματικής νοημοσύνης για άτομα ηλικίας δεκαέξι ετών και άνω. Εκατό τριάντα τρία στοιχεία χρησιμοποιούνται για τη λήψη ενός συνολικού EQ (Total Emotion Quotient) και για την παραγωγή πέντε σύνθετων κλιμάκων που αντιστοιχούν στα 5 κύρια συστατικά του μοντέλου Bar-On: Ενδοπροσωπικό EQ, Διαπροσωπικό EQ, EQ προσαρμοστικότητας, EQ διαχείρισης άγχους και EQ γενικής διάθεσης. Τα στοιχεία μετρούνται σε μια κλίμακα 5 βαθμών που κυμαίνεται από 1 (πολύ σπάνια/δεν ισχύει για εμένα) έως 5 (πολύ συχνά/συχνά ισχύει για μένα). Οι συνολικές ακατέργαστες βαθμολογίες μετατρέπονται σε τυπικές βαθμολογίες με μέσο όρο 100 και τυπική απόκλιση 15 (Bar-On, 2006).

Το Bar-On έχει εξελιχθεί αρκετά και μπορεί να χρησιμοποιηθεί με διάφορους πληθυσμούς και σε διάφορες καταστάσεις. Μεταξύ αυτών είναι το EQ interview (που θα συμπληρωθεί μετά την αυτοαναφορά), το EQ-I Short Version, το EQ-i., την έκδοση EQ-I Youth (για παιδιά και εφήβους 7-15 ετών) και το EQ-360 Assessment (ένα όργανο πολλαπλών αξιολογήσεων χρησιμοποιείται σε

συνδυασμό με την κανονική αυτοαναφορά EQ-I για να δώσει μια πιο ολοκληρωμένη εκτίμηση). Επιπλέον, το πρωτότυπο EQ-I είναι διαθέσιμο σε πολλές γλώσσες, μεταξύ των οποίων Ισπανικά, Γαλλικά, Ολλανδικά, Δανικά, Σουηδικά, Νορβηγικά, Φινλανδικά και Εβραϊκά (Bar-On, 2006).

Πολλά εργαλεία μέτρησης έχουν αναπτυχθεί με βάση το μοντέλο Golemans της συναισθηματικής νοημοσύνης και των αντίστοιχων ιδιοτήτων της. Περιλαμβάνεται μεταξύ αυτών το Emotional Competency Inventory (ECI), το Emotional Intelligence Appraisal (EIA), και το Ερωτηματολόγιο Εργασιακού Προφίλ - Έκδοση Συναισθηματικής Νοημοσύνης (WPQei).

Ο Daniel Goleman ανέπτυξε το Emotional Competency Inventory (ECI) ως μέτρο συναισθηματικής νοημοσύνης με βάση τις ικανότητες συναισθηματικής του νοημοσύνης καθώς και ένα προηγούμενο μέτρο ικανοτήτων για διευθυντές, στελέχη και ηγέτες (το Ερωτηματολόγιο Αυτοαξιολόγησης). Μετρά 20 ικανότητες, οργανωμένες σε τέσσερις κατασκευές που περιγράφονται από το μοντέλο Golemans: αυτογνωσία, κοινωνική επίγνωση, αυτοδιαχείριση και διαχείριση σχέσεων. Κάθε ερωτώμενος καλείται να περιγράψει τον εαυτό τους ή το άλλο άτομο σε κλίμακα από το 1 (η συμπεριφορά είναι ελάχιστα χαρακτηριστική του ατόμου) έως 7 (η συμπεριφορά είναι πολύ χαρακτηριστική του ατόμου) για κάθε είδος.

Ο κατάλογος Ομαδικών Συναισθηματικών Ικανοτήτων (GEC) βασίζεται στην εργασία της Vanessa Druskat και του Steven Wolff. Η έρευνά τους έδειξε ότι τα πρότυπα GEC βελτίωσαν την αποτελεσματικότητα της ομάδας με την οικοδόμηση κοινωνικών σχέσεων, η οποία διευκολύνει το αποτελεσματικό έργο, τις συμπεριφορές και την επιτυχία σε κάθε είδους διαδικασίες.

Το όργανο μέτρησης έχει πλέον χορηγηθεί σε περισσότερες από 150 ομάδες και παρέχει σχόλια για 9 ομαδικούς κανόνες που η έρευνα έχει δείξει ότι συνδέονται με την αποτελεσματικότητα της ομάδας. Η ανατροφοδότηση είναι χρήσιμη για να βοηθήσει τις ομάδες να κατανοήσουν καλύτερα τα δυνατά τους σημεία και τις αδυναμίες τους και να εντοπιστούν τομείς προς βελτίωση. Το όργανο περιέχει 57 τρόπους μέτρησης που μετρούν τις εννέα διαστάσεις του GEI.

Το Genos Emotional Intelligence Inventory (Genos EI) αποτελεί μέτρο συναισθηματικής ευφυούς συμπεριφοράς στο χώρο εργασίας. Μετρά πόσο συχνά τα άτομα εμφανίζουν συναισθηματικά ευφυή συμπεριφορά στο χώρο εργασίας σύμφωνα με το ταξινομικό μοντέλο επτά παραγόντων συναισθηματικής νοημοσύνης που προσδιορίστηκε από τον Dr Benjamin Palmer και τον καθηγητή Con Stough από το Πανεπιστήμιο Swinburne. Το Genos Emotional Intelligence

Inventory (Genos EI) αναφέρεται ως το Swinburne University Emotional Intelligence Test(ή SUEIT). Αυτό το τεστ ισχύει για την ηλικιακή ομάδα από 17 έως 75 ετών.

Το τεστ συναισθηματικής νοημοσύνης Schutte Self Report (SSEIT) περιέχει 33 στοιχεία για τη μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης. Αναπτύχθηκε από τους Schutte (et al. 1998).

Το SREIS έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με το μοντέλο Salovey and Mayer (1990) του EI. Τα στοιχεία του τεστ σχετίζονται με τις τρεις πτυχές της ΣΝ:

- (1) Εκτίμηση και έκφραση συναισθήματος
- (2) Ρύθμιση του συναισθήματος
- (3) Αξιοποίηση του συναισθήματος

Το Ερωτηματολόγιο Συναισθηματικής Νοημοσύνης Χαρακτηριστικών (TEIQue) αναπτύχθηκε από τον Κ. Β. Πετρίδη και αποτελεί αναπόσπαστο μέρος ενός επιστημονικού ερευνητικού προγράμματος που επί του παρόντος εδρεύει στο Ψυχομετρικό Εργαστήριο του Λονδίνου στο University College of London (UCL). Υπάρχουν επί του παρόντος μεταφράσεις και έκδοση των διαφόρων εντύπων TEIQue περισσότερες από 20 γλώσσες (Tripathy 2018: 21-38).

1.4 Αξία – Σημασία Σ.Ν

Αν και για πολλές δεκαετίες ο δείκτης νοημοσύνης αποτελούσε τον βασικό συντελεστή επιτυχίας στη ζωή ενός ατόμου, ο δείκτης συναισθηματικής νοημοσύνης έχει πλέον καθοριστεί ως σημαντικότερος και βασικότερος. Ο Goleman (2012) κατάφερε να αποδείξει ότι ο λόγος που άνθρωποι με υψηλότερο δείκτη νοημοσύνης καταλήγουν να εργάζονται για ανθρώπους με χαμηλότερο δείκτη νοημοσύνης, είναι η αυξημένη συναισθηματική νοημοσύνη των δεύτερων. Η συναισθηματική νοημοσύνη αποτέλεσε τον όρο κλειδί για να εξηγηθεί το γιατί άνθρωποι με χαμηλότερο IQ είναι σε ορισμένες περιπτώσεις εξυπνότεροι από ανθρώπους με υψηλότερο δείκτη νοημοσύνης.

Η συναισθηματική νοημοσύνη δεν περιορίζεται στην εξέταση των ικανοτήτων γνωστικού τομέα που μπορεί ένα άτομο να διαθέτει, αλλά εξετάζει και άλλους τομείς οι οποίοι είναι εξαιρετικά σημαντικοί στην καθημερινότητα και την επαγγελματική και κοινωνική ζωή του ατόμου. Η αξία της συναισθηματικής νοημοσύνης εκτιμάται όλο και περισσότερο στις σύγχρονες

κοινωνίες, αφού πλέον κατανοήθηκε η σημασία του δείκτη αυτού για την απόδοση των ατόμων σε πολλούς τομείς, όπως το σχολείο, ο επαγγελματικός χώρος αλλά και οι διαπροσωπικές συναλλαγές και συναναστροφές με το κοινωνικό σύνολο (Βαρσαμίδου, 2008: 8-11).

Η μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης στο σχολείο ή στον επαγγελματικό χώρο, από όταν άρχισε να χρησιμοποιείται ως χρήσιμο εργαλείο, αποτέλεσε το πρώτο βήμα το οποίο οδηγεί σε παρεμβάσεις, όπως τα προγράμματα διαχείρισης διαπροσωπικών σχέσεων, η επίλυση των συγκρούσεων, η βελτίωση της εκπαίδευσης και η αύξηση αποτελεσματικότητας της ομαδικής συνεργασίας μεταξύ μαθητών, στελεχών ή υπαλλήλων.

Η σημασία της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι τόσο μεγάλη, διότι καθορίζει τη συναισθηματική ενημερότητα, τον αυτοσεβασμό, τη θετική διεκδίκηση, τον δυναμισμό και την ικανότητα ανεξαρτησίας ενός ατόμου. Ακόμη, η αυξημένη συναισθηματική νοημοσύνη επιτρέπει την ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων που διέπονται από ενσυναίσθηση και ορίζει την κοινωνική υπευθυνότητα. Η συναισθηματική νοημοσύνη, ορίζει ακόμη, την ιδιαίτερα σημαντική για τις σύγχρονες κοινωνίες ικανότητα διαχείρισης του άγχους, την ικανότητα προσαρμογής σε διάφορες καταστάσεις και τη γενική διάθεση του ατόμου, βοηθώντας το να είναι αισιόδοξο, ήρεμο και θετικό (Βαρσαμίδου, 2008: 24-25).

Όπως προκύπτει από τα παραπάνω η χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη αποτελεί μία ένδειξη που επιφέρει σημαντικά προβλήματα στο άτομο, το οποίο δεν μπορεί να είναι αποδοτικό, ακόμη κι αν έχει γνώσεις και δεξιότητες σε έναν τομέα. Η αδυναμία του ατόμου να αλληλεπιδράσει με τους γύρω του, να διαχειριστεί το άγχος και τις αλλαγές και να αναπτύξει αισιοδοξία και ψυχραιμία σε δύσκολες καταστάσεις, μπορεί να λειτουργήσει αρνητικά, μη επιτρέποντας στο άτομο να διαχειριστεί καταστάσεις και να αξιοποιήσει τις δυνατότητες του.

Η διαπίστωση της χαμηλής συναισθηματικής νοημοσύνης είναι καθοριστικής σημασίας για ένα άτομο, καθώς θα του επιτρέψει να βελτιωθεί σημαντικά και να μπορέσει να λειτουργήσει με βάση τις δυνατότητες του, χωρίς να συναντά εμπόδια τα οποία δεν μπορεί να ελέγξει και για τα οποία δεν μπορεί να λάβει βοήθεια.

Κεφάλαιο 2: Συναισθηματική Νοημοσύνη και Ελληνικό Σχολείο

2.1 Προγράμματα Σ. Ν. που απευθύνονται σε παιδιά

Τα πρώτα στάδια της ζωής ενός ανθρώπου είναι καθοριστικά για την ανάπτυξη των συναισθημάτων. Στην συγκεκριμένη φάση της ανθρώπινης ζωής ο εγκέφαλος είναι ευμετάβλητος και διαμορφώνεται σε μεγάλο βαθμό από τις εμπειρίες τις οποίες το παιδί βιώνει. Το συγκινησιακό κύκλωμα του παιδιού διαμορφώνεται και από το παιδί αποκτούνται σύνθετα συναισθηματικά εργαλεία.

Τα τέσσερα πρώτα συναισθήματα που τα παιδιά εκδηλώνουν είναι ο θυμός, η λύπη, η χαρά και ο φόβος, ενώ στη συνέχεια εκδηλώνουν την αηδία και την έκπληξη. Τα συναισθήματα διαφέρουν μεταξύ τους ως προς την ένταση, την ποιότητα και τη διάρκεια. Ο τρόπος αντιμετώπισης εκ μέρους των γονέων επηρεάζει βαθιά και καθοριστικά την συναισθηματική ανάπτυξη ενός παιδιού.

Όταν οι γονείς λειτουργούν ως πρότυπο, έχοντας υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη, επηρεάζουν σημαντικά και το παιδί. Το ευχάριστο οικογενειακό περιβάλλον και οι ομαλές σχέσεις με τους γονείς προκαλούν συναισθηματική σταθερότητα, ενώ αντίθετα η αδιαφορία των γονέων ή η άσχημη συμπεριφορά εκ μέρους τους προς τα παιδιά προκαλούν συναισθηματική αστάθεια (Σολδάτου 2017: 11).

Σύμφωνα με τον Κακαβούλη (1997) έρευνες έχουν αποδείξει πλέον πως η συναισθηματική ανάπτυξη ακολουθεί μία πορεία από την γενική κατάσταση στη βαθμιαία διαφοροποίηση. Το κοινωνικό χαμόγελο του βρέφους, το οποίο θεωρείται θεμέλιος λίθος για την μεταγενέστερη συναισθηματική του ανάπτυξη και τις κοινωνικές σχέσεις που θα αναπτύξει με τους γύρω του.

Κατά τους επόμενους μήνες το βρέφος αρχίζει να αλληλεπιδρά με τον κοινωνικό του περίγυρο, ζητώντας ενθάρρυνση ή αντίστοιχα αποθάρρυνση για τις αντιδράσεις και τις πράξεις τους. Μετά το πρώτο έτος το βρέφος αρχίζει να αντιλαμβάνεται τα συναισθήματα των γύρω του και ένα χρόνο αργότερα, στα δύο έτη, αρχίζει να αντιλαμβάνεται τις κοινωνικές νόρμες. Σταδιακά, κατά τα επόμενα χρόνια ξεκινά ένα φανταστικό παιχνίδι, ενώ η ανάγκη για συναισθηματική αλληλεπίδραση με τους άλλους, αυτοπροσδιορισμό και ανταπόκριση στα συναισθήματα των άλλων αυξάνεται. Τα παιδιά, αναπτύσσουν ακόμη τεχνικές αυτορρύθμισης των συναισθημάτων τους (Κακαβούλης 1997) (Σολδάτου 2017: 11-13).

Περνώντας στο ζήτημα της ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης στα εκπαιδευτικά πλαίσια, πρέπει να τονιστεί ότι αν και η οικογένεια διαδραματίζει τεράστιο ρόλο στην ανάπτυξη της, συναισθηματικές δεξιότητες εξακολουθούν να αναπτύσσονται στο χώρο της εκπαίδευσης και της εργασίας.

Η σημασία της ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης στο χώρο της εκπαίδευσης αναδεικνύεται από τη διαπίστωση ότι τα παιδιά με υψηλότερη συναισθηματική νοημοσύνη καταφέρνουν να έχουν καλύτερες σχολικές επιδόσεις. Στα πλαίσια αυτά, προγράμματα ανάπτυξης συναισθηματικής νοημοσύνης εφαρμόζονται στην εκπαίδευση, για τη βελτίωση της απόδοσης των μαθητών (Σολδάτου 2017, 13-20).

2.2 Προγράμματα προαγωγής ψυχικής και συναισθηματικής υγείας στο σχολείο

Στον τομέα της εκπαίδευσης, τα προγράμματα συναισθηματικής νοημοσύνης μπορούν να εφαρμοστούν ακόμη και από τον ίδιο τον εκπαιδευτικό, αν αυτός διαθέτει την κατάλληλη κατάρτιση και επιμόρφωση.

Ο στόχος που τίθεται κατά την εφαρμογή ανάλογων προγραμμάτων είναι η συναισθηματική ανάπτυξη και η ανάπτυξη συναισθηματικών δεξιοτήτων εκ μέρους των μαθητών, που θα τους επιτρέψουν την κοινωνική προσαρμογή τους στο σχολείο και θα επιτρέψουν σε αυτούς να έχουν υψηλότερες επιδόσεις (Σολδάτου, 2017).

Στα αναλυτικά προγράμματα σπουδών, η συναισθηματική αγωγή αποτελεί μία έννοια που προωθείται ιδιαίτερα, καθώς μέσω αυτή ενισχύεται η αυτογνωσία του μαθητή που του επιτρέπει την ευκολότερη επίλυση προβλημάτων (Goleman, 1995).

Η συναισθηματική αγωγή, προβάλλει τις αρχές που πρέπει να διέπουν τη σύγχρονη εκπαίδευση, όπως ο σεβασμός προς τη διαφορετικότητα, η ανάπτυξη της ενσυναίσθησης, του αμοιβαίου σεβασμού, της κατανόησης μεταξύ των μαθητών.

Οι αρχές αυτές που διαπνέουν τη συναισθηματική αγωγή επιτρέπουν ταυτόχρονα να αναπτυχθεί ένα περιβάλλον που ενισχύει τα συναισθήματα αυτάρκειας, αυτοεκτίμησης και αυτοαντίληψης των παιδιών, κάνοντας τα να νιώθουν δυνατά και χαρούμενα (Θεοδοσάκης, 2011) (Σολδάτου 2017, 21-22).

Οι προαναφερθείσες έννοιες της αυτοεκτίμησης και της αυτοαντίληψης σχετίζονται σε μεγάλο βαθμό με την έννοια της Συναισθηματικής Νοημοσύνης. Πρόκειται για δύο έννοιες οι οποίες αφορούν βασικούς παράγοντες που συνθέτουν την ανθρώπινη προσωπικότητα, δίνοντας την εικόνα του εαυτού.

Η εικόνα που ένας μαθητής διαμορφώνει για τον εαυτό του καθορίζει τις κοινωνικές σχέσεις του, τη διαχείριση των συναισθημάτων του αλλά και τον βαθμό ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης του.

Όπως υποστηρίζει ο Burns (1982) ο εαυτός περιλαμβάνει το σύνολο των χαρακτηριστικών και των συναισθημάτων που κάθε άτομο αξιολογεί υποκειμενικά, ανάλογα με τις εμπειρίες του, τα γεγονότα της ζωής του και τα γνωστικά σχήματα που διαμορφώνουν τις αντιλήψεις του. Επιπρόσθετα, η έννοια αυτή βοηθά το άτομο να έχει εσωτερική συνοχή, να ερμηνεύει εμπειρίες και να δημιουργεί προσδοκίες (Σολδάτου, 2017: 22).

2.3 Εγχειρίδιο τεχνικών για τη συναισθηματική και κοινωνική επιδεξιότητα

Στον ελληνικό χώρο, όπως και στις περισσότερες χώρες της Ε. Ε., τα τελευταία 15 έτη έχουν αυξηθεί σημαντικά τα φαινόμενα της σχολικής βίας, κυρίως λόγω των έντονων κοινωνικών, οικονομικών και πολιτικών αλλαγών, καθώς και των διαρκώς αυξανόμενων πληθυσμιακών μετακινήσεων.

Στα πλαίσια της αντιμετώπισης αυτής της δυσάρεστης κατάστασης, η Ευρωπαϊκή Ένωση εργάζεται πάνω στη δημιουργία στοχευμένων παρεμβάσεων και δράσεων που θα ενισχύσουν την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης των μαθητών και θα παροτρύνουν την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών σε θέματα σχετικά με τη συναισθηματική νοημοσύνη (Μπάντη, 2010: 71).

Σύμφωνα με το εκπαιδευτικό υλικό που παρέχεται από το Πρόγραμμα Προαγωγής της Ψυχικής Υγιεινής και Μάθησης για τη Δευτεροβάθμια εκπαίδευση «Κοινωνική και συναισθηματική Αγωγή στο Σχολείο» η τάση που επικρατεί είναι τα προγράμματα για την συναισθηματική και κοινωνική επιδεξιότητα και την πρόληψη των συγκρούσεων να εφαρμόζονται στο σχολείο ως μέρος ευρύτερων προγραμμάτων πρόληψης για την ψυχική υγεία των μαθητών.

Το Ευρωπαϊκό Δίκτυο Σχολείων Προαγωγής της Υγείας, στο οποίο συμμετέχουν 39 χώρες, μεταξύ των οποίων και η Ελλάδα, υιοθετεί μία «ολιστική προσέγγιση», με προτεραιότητα την δημιουργία σχολείων που προάγουν την ψυχική υγεία των μαθητών. Για την ενίσχυση της συγκεκριμένης προσπάθειας δημιουργήθηκε ένα εκπαιδευτικό εγχειρίδιο με τίτλο: «Η προαγωγή της ψυχικής και συναισθηματικής υγείας στο σχολείο», το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους ίδιους τους εκπαιδευτικούς.

Το εγχειρίδιο στοχεύει στο να θέσει το πλαίσιο εντός του οποίου μπορεί να προαχθεί η ψυχική και συναισθηματική υγεία στο σχολείο, μέσα από μία σειρά ενεργητικών μεθόδων μάθησης και επικοινωνίας (Μπάντη, 2010: 73).

Ο πιο βασικός στόχος του προαναφερθέντος εγχειριδίου είναι η ανάπτυξη δεξιοτήτων μαθητών και καθηγητών που θα επιτρέψουν τη βελτίωση των σχέσεων στο σχολικό περιβάλλον, δημιουργώντας ένα ευχάριστο περιβάλλον μάθησης. Το εγχειρίδιο περιλαμβάνει ενότητες σχετικές με: «Ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, Ανάπτυξη της δεξιότητας προσεκτικής ακρόασης και της αποτελεσματικής ανταπόκρισης, Διαχείριση του άγχους, Αποτελεσματική επικοινωνία και κατηγορηματικότητα- διεκδικητικότητα, Πορεία αλλαγής της συμπεριφοράς στα σχολεία, κ.α.».

Στα ίδια πλαίσια κινούνται και άλλα εγχειρίδια, όπως το βιβλίο «Αυτοπεποίθηση και Συναισθήματα», του εξάτομου εκπαιδευτικού υλικού «Στηρίζομαι στα πόδια μου» και το εκπαιδευτικό εγχειρίδιο «Πρόγραμμα ελέγχου των συγκρούσεων» της Τριλιβά Σοφίας και του Chimienti Giovanni, που αποτελεί ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα παρέμβασης για την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων που αποτρέπουν τις συγκρούσεις και τα βίαια ξεσπάσματα (Μπάντη, 2010: 73-74).

2.4 Πρόγραμμα για την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης

Ένα από τα γνωστότερα προγράμματα για την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα αποτελεί το «Πρόγραμμα Προαγωγής της Ψυχικής Υγείας και της Μάθησης: Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο Σχολείο», που σχεδιάστηκε από την Χατζηχρήστου Χρυσή σε συνεργασία με την επιστημονική ομάδα του Κέντρου Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας, του τομέα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών (Χατζηχρήστου, 2004) (Σολδάτου, 2017: 21).

Το συγκεκριμένο πρόγραμμα μπορεί να εφαρμοστεί είτε από εξειδικευμένους σχολικούς ψυχολόγους, είτε από τους ίδιους τους εκπαιδευτικούς. Το πρόγραμμα αυτό απευθύνεται σε όλους τους μαθητές.

Στόχος του αποτελεί η πρωτογενής πρόληψη για την προαγωγή της ψυχικής υγείας των μαθητών και τη διαμόρφωση ενός θετικού κλίματος εντός του σχολείου που προάγει το σεβασμό στη διαφορετικότητα, την ενσυναίσθηση, τον αμοιβαίο σεβασμό μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτικών.

Ακόμη, στα πλαίσια της εφαρμογής του προγράμματος αυτού καλλιεργούνται δεξιότητες σε θέματα επικοινωνίας, συνεργασίας και διαπολιτισμικής κατανόησης. Το πρόγραμμα αυτό έχει ελεγχθεί και αποδειχτεί επιτυχημένο, ύστερα από εφαρμογή του σε σχολεία της Κύπρου (Σολδάτου, 2017: 21).

Για την υλοποίηση και τον σχεδιασμό προγραμμάτων αγωγής υγείας στη Δευτεροβάθμια εκπαίδευση, το νομικό πλαίσιο είναι καθορισμένο. Η συμμετοχή μαθητών και εκπαιδευτικών στα προγράμματα αυτά είναι εθελοντική.

Ο κάθε εκπαιδευτικός μπορεί να αναλάβει ένα πρόγραμμα και να συμμετέχει μέχρι και σε δύο και ο κάθε μαθητής έχει το δικαίωμα να συμμετέχει σε δύο προγράμματα ταυτόχρονα. Κάθε πρόγραμμα είναι θετικό να στηρίζεται από μία ομάδα τεσσάρων εκπαιδευτικών, τον Διευθυντή και τον Υπεύθυνο Διεύθυνσης.

Τα προγράμματα συναισθηματικής αγωγής εντάσσονται στην Αγωγή και Προαγωγή της Υγείας και στοχεύουν στο να μάθουν οι μαθητές να εκφράζουν, να αναγνωρίζουν και να χειρίζονται τα συναισθήματα τους. Ακόμη, αποσκοπούν στην ενίσχυση της αυτογνωσίας, της αυτοαντίληψης και της αυτοεκτίμησης των μαθητών και την ενίσχυση των διαπροσωπικών τους σχέσεων.

Σύμφωνα με την Χατζηχρήστου (2004, σ.17) τα προγράμματα συναισθηματικής αγωγής συνδέονται με έννοιες όπως: «η δημοκρατία, τα δικαιώματα και οι υποχρεώσεις του καθενός, η προαγωγή της συνεργασίας, η πολυπολιτισμική εκπαίδευση, η μείωση των προκαταλήψεων, η παρεμπόδιση της βίας, η κριτική σκέψη και η επίλυση προβλημάτων» (Μπάντη, 2010: 70).

Κεφάλαιο 3: Τεχνολογία και Συναισθηματική Νοημοσύνη

3.1 Πως η χρήση της τεχνολογίας επηρεάζει τη Συναισθηματική Νοημοσύνη;

Ένα σημαντικό σημείο που πρέπει να διευκρινιστεί με σαφήνεια είναι πως όταν γίνεται λόγος για τη σχέση μεταξύ συναισθηματικής νοημοσύνης και τεχνολογίας, πρέπει να εξεταστεί ξεχωριστά το αν η χρήση της τεχνολογίας συμβάλλει στην ανάπτυξη ή τον περιορισμό της συναισθηματικής νοημοσύνης και παράλληλα το αν η τεχνολογία, με την κατάλληλη χρήση της, μπορεί να συμβάλλει στην ανάπτυξη της Συναισθηματικής Νοημοσύνης των μαθητών.

Ο Daniel Goleman, στο βιβλίο του Emotional Intelligence, ορίζει τη συναισθηματική νοημοσύνη ως την ικανότητα να αναγνωρίζει κανείς τα συναισθήματά του και τα συναισθήματα των άλλων. Σημειώνει, επίσης, πως άτομα με υψηλά επίπεδα Σ.Ν. έχουν πιο υγιείς σχέσεις, προσαρμόζονται καλύτερα στο περιβάλλον και είναι πιο ικανά να εργάζονται για την επίτευξη των στόχων τους.

Ο Goleman εντοπίζει πέντε (5) βασικές ιδιότητες που ενισχύουν τη συναισθηματική νοημοσύνη:

1. Αυτογνωσία
2. Αυτορρύθμιση
3. Κοινωνικές δεξιότητες
4. Ενσυναίσθηση
5. Κίνητρα

Για να αναπτύξουν αυτές τις ιδιότητες οι νέοι, οι δάσκαλοι και οι γονείς προσπαθούν να καλλιεργήσουν την αυτογνωσία των μαθητών / παιδιών τους και τον σεβασμό προς τους άλλους. Με αυτόν τον τρόπο τα παιδιά αναπτύσσουν την συναισθηματική νοημοσύνη τους και εναρμονίζονται καλύτερα με τον κόσμο γύρω τους και τους ανθρώπους σε αυτόν.

Πολλές έρευνες υποστηρίζουν πως η εξάρτηση από την τεχνολογία επηρεάζει αρνητικά τα βασικά στοιχεία της συναισθηματικής νοημοσύνης του Goleman. Αρχικά, η εξάρτηση από την τεχνολογία υπονομεύει την αυτογνωσία. Περισσότερος χρόνος με την τεχνολογία σημαίνει λιγότερος χρόνος με τις προσωπικές σκέψεις και τα συναισθήματα, που επιτρέπουν την

αυτοεπίγνωση. Καθώς η εξάρτηση από την τεχνολογία αυξάνεται, τα παιδιά ζουν σε μια κατάσταση αυτό-αποξένωσης, αποξενωμένα από τον συναισθηματικό εαυτό τους, απενεργοποιώντας την αυτογνωσία και τον αυτοστοχασμό. Σταδιακά, τα παιδιά γίνονται πιο αντιδραστικά και λιγότερο στοχαστικά.

Δεύτερον, αποδυναμώνεται η Αυτορρύθμιση. Η έρευνα έχει αποδείξει ότι η εξάρτηση από την τεχνολογία αυξάνει την παρορμητικότητα και μειώνει την ανοχή στην απογοήτευση.

Χωρίς να αναπτύξουν την ικανότητα αυτορρύθμισης, τα παιδιά παραμένουν συναισθηματικά ανώριμα και βυθισμένα σε συμπεριφορές πρώιμης παιδικής ηλικίας όπως εκφοβισμός και εκρήξεις θυμού. Έπειτα, μέσω της εξάρτησης από την τεχνολογία, οι κοινωνικές σχέσεις μεταξύ των παιδιών περιορίζονται σημαντικά. Ακόμη και όταν τα παιδιά παίζουν παιχνίδια online με άλλους, τέτοιες απρόσωπες σχέσεις σπάνια οδηγούν σε αληθινές φιλίες. Με αυτόν τον τρόπο, η τεχνολογική εξάρτηση τείνει να γεννά την απομόνωση (Grover, 2017).

Επίσης, όσο περισσότερο η τεχνολογία κυριαρχεί, τόσο λιγότερο αναπτύσσεται η κοινωνικότητα και οι κοινωνικές δεξιότητες, οι οποίες επιτρέπουν στα παιδιά να αναπτύξουν υγιείς σχέσεις. Η ενσυναίσθηση των παιδιών υπονομεύεται, γιατί όταν ο χρόνος οθόνης αντικαθιστά τον χρόνο της οικογένειας ή των φίλων, τα παιδιά απορροφώνται και αποκόπτονται από το κοινωνικό σύνολο. Τα παιδιά ζουν σε μία εικονική πραγματικότητα όπου δεν μπορούν να αναπτύξουν την ενσυναίσθηση, την συμπόνια και την κατανόηση, μέσα από τις κοινωνικές σχέσεις.

Τέλος, το κίνητρο για την επίτευξη προσωπικών στόχων στη ζωή, που απαιτεί ώθηση, διαρκή προσοχή και υψηλά επίπεδα ανοχής στην απογοήτευση, μειώνεται γρήγορα. Όπως κάθε εθισμένος, καθώς τα παιδιά γίνονται πιο εξαρτημένα, αρχίζουν να παραμελούν τον εαυτό τους και το μέλλον τους. Όταν τα εξαρτημένα παιδιά από την τεχνολογία αναγκάζονται ξαφνικά να αλληλεπιδράσουν με τον κόσμο, γρήγορα γίνονται δυσαρεστημένα και ευερέθιστα (Grover, 2017).

Αυτό συμβαίνει επειδή, σε αντίθεση με την τεχνολογία, δεν μπορούν να ελέγξουν τον πραγματικό κόσμο ή τους ανθρώπους σε αυτόν. Ως αποτέλεσμα, όταν αντιμετωπίζουν δύσκολες καταστάσεις ζωής, τα παιδιά που εξαρτώνται από την τεχνολογία είναι πιθανό να υποφέρουν από συμπτώματα άγχους ή κατάθλιψης.

Φυσικά, τα παραπάνω δε σημαίνουν ότι τα παιδιά δεν πρέπει ή δεν είναι υγιεινό να έχουν σχέσεις με την τεχνολογία. Αντίθετα, η τεχνολογία μπορεί να χρησιμοποιηθεί με τρόπους που ενισχύουν τη συναισθηματική νοημοσύνη και τις κοινωνικές δεξιότητες. Ωστόσο, κρίνεται

αναγκαίοι οι γονείς και το εκπαιδευτικό περιβάλλον να επεμβαίνουν σε περιπτώσεις παιδιών που παρουσιάζουν συμπτώματα εξάρτησης από την τεχνολογία, μίας εξάρτησης που μπορεί να καταστεί ιδιαίτερα επικίνδυνη για την ψυχική υγεία τους (Grover, 2017).

3.2 Πως μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την τεχνολογία για την ενίσχυση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης;

Όπως αναφέρθηκε στο παραπάνω κεφάλαιο, αν και η εξάρτηση από την τεχνολογία επηρεάζει αρνητικά την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης, η ίδια η τεχνολογία, με την κατάλληλη χρήση, μπορεί να συμβάλει στην ενίσχυση της. Πλήθος εφαρμογών και διαδικτυακών εργαλείων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως εκπαιδευτικό υλικό, αξιοποιούν τις ψηφιακές δεξιότητες των παιδιών, συμβάλλοντας στην ανάπτυξη της Συναισθηματικής Νοημοσύνης τους.

Πολλά εργαλεία εκπαιδευτικής τεχνολογίας μπορούν να υποστηρίξουν την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης. Για παράδειγμα, το εργαλείο καθοδηγούμενης παρουσίασης του Pear Deck διαθέτει πρότυπα κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης (SEL) για το Google Slides και το Microsoft PowerPoint. Ακόμη, χρησιμοποιείται το διαδραστικό θερμομέτρο Stress Check, το οποίο οι μαθητές μπορούν να χρησιμοποιήσουν εξετάζοντας εάν βρίσκονται σε ένα θετικό περιβάλλον που τους επιτρέπει να εστιάσουν ή αν δυσκολεύονται να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους την παρούσα στιγμή. Ακόμη, προβάλλονται διαφάνειες ανοιχτού τύπου, με ερωτήσεις προς τους μαθητές σχετικά με την ψυχολογική τους κατάσταση.

Εκτός από το Pear Deck, το Nearpod και το Microsoft Teams προσφέρουν σετ εργαλείων SEL. Ορισμένοι δάσκαλοι χρησιμοποιούν επίσης φόρμες, όπως οι Φόρμες Google, που περιλαμβάνουν αντανakλαστικές δραστηριότητες, καθώς και πίνακες διάθεσης—εικόνες συγκινησιακών προσώπων μαζί με λέξεις συναισθημάτων (χαρούμενες, ήρεμες, λυπημένες) στις οποίες τα παιδιά κάνουν κλικ για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους. Μερικοί πίνακες διάθεσης προσαρμόζουν τον Τροχό των Συναισθημάτων του 1982 της Gloria Willcox, μια οπτική ταξινόμηση συναισθημάτων που βασίζεται στα βασικά συναισθήματα λύπης, τρέλας, φόβου, χαράς, έντασης και ηρεμίας (Farber, 2021).

Στο βιβλίο, *Gaming SEL*, του M. Farber, παρουσιάζονται διασκεδαστικές για τους μαθητές στρατηγικές που τους βοηθούν σημαντικά να αναπτύξουν και να προσεγγίσουν επιστημονικά την έννοια της Συναισθηματικής νοημοσύνης. Μέσω των τεχνικών αυτών, παρέχεται στους μαθητές μια αίσθηση ελέγχου της εκπαίδευσής τους.

Η πρωτοβουλία του μαθητή ή η αυτονομία, μαζί με τα συναισθήματα ικανότητας και αυτογνωσίας, περιγράφουν τρεις παράγοντες της θεωρίας του αυτοκαθορισμού. Ο αυτοκαθορισμός είναι μια βασική ανθρώπινη ανάγκη, και μερικές φορές οι άνθρωποι βρίσκουν άλλες διεξόδους για να τον επιτύχουν όταν δεν το καταφέρνουν στην καθημερινή τους ζωή. Αυτή η ιδέα είναι ένας από τους λόγους που πολλοί άνθρωποι και όχι μόνο παιδιά παίζουν βιντεοπαιχνίδια εκτός εργασίας και εκτός σχολείου.

Οι πίνακες επιλογής είναι μια στρατηγική που χρησιμοποιούν ορισμένοι δάσκαλοι ως ένα εργαλείο για την υποστήριξη της αυτοδιάθεσης. Συνήθως γραμμένοι ως ένα μενού επιλογών που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι μαθητές, οι πίνακες επιλογής ποικίλλουν. Μερικές φορές μοιάζουν με πίνακα tic-tac-toe και μπορούν να κατασκευαστούν ψηφιακά χρησιμοποιώντας υπερσυνδέσμους σε κοινόχρηστα έγγραφα Google ή Microsoft Word. Υπάρχουν, επίσης, πολλά δωρεάν πρότυπα στο διαδίκτυο, συμπεριλαμβανομένων επιλογών από το SlidesMania (Farber, 2021).

3.3 Ένα πρόγραμμα για την ενίσχυση της Συναισθηματικής Νοημοσύνης στην Ελληνική Εκπαίδευση

Όπως προκύπτει από το προηγούμενο κεφάλαιο, υπάρχουν πολλοί τρόποι ενίσχυσης της συναισθηματικής νοημοσύνης με τη χρήση της Τεχνολογίας. Ο λόγος να επιλέξει ένας εκπαιδευτικός έναν τέτοιο τρόπο προσέγγισης στην προσπάθεια του να συμβάλει στην ανάπτυξη της Συναισθηματικής Νοημοσύνης των μαθητών του, σχετίζεται με το γεγονός ότι του δίνεται η δυνατότητα να εκμεταλλευτεί την εξοικείωση των μαθητών με τα ψηφιακά μέσα, αλλά και το γεγονός ότι μία τέτοια προσέγγιση είναι πολύ πιο διασκεδαστική για τους μαθητές (Barber, 2021).

Το γεγονός ότι η Ελλάδα εντάσσεται στις χώρες που συμμετέχουν στην πανευρωπαϊκή προσπάθεια εξάλειψης φαινομένων όπως η σχολική βία και ανάπτυξης της συναισθηματικής νοημοσύνης μέσω της συναισθηματικής αγωγής, την καθιστά μία χώρα κατάλληλη για την

εφαρμογή προγραμμάτων που προβάλλουν την θετική χρήση της τεχνολογίας, στην προσπάθεια αύξησης της συναισθηματικής νοημοσύνης των μαθητών.

Αν και η σχέση τεχνολογίας και συναισθηματικής νοημοσύνης φαίνεται μέσα από τις σύγχρονες έρευνες να είναι αρκετά αρνητική (Grover, 2017), καθώς πολλοί νέοι παρουσιάζουν συμπτώματα εξάρτησης που λειτουργούν αντιστρόφως ανάλογα με την συναισθηματική ανάπτυξη τους, κάτι τέτοιο δε σημαίνει ότι η τεχνολογία, βασικό εργαλείο της εκπαίδευσης του μέλλοντος, δεν μπορεί να δράσει ενισχυτικά, μέσα από την παροχή πλήθους προγραμμάτων και εφαρμογών για τη Σ. Ν (Barber, 2021).

Αν και μέχρι στιγμής ένα ανάλογο πρόγραμμα δεν εφαρμόζεται στα ελληνικά σχολεία, ενδεχομένως, η ενίσχυση της εξοικείωσης εκπαιδευτικών και μαθητών με την τεχνολογία ως εκπαιδευτικό μέσο λόγω των κοινωνικών συνθηκών, προετοίμασε το έδαφος για την εφαρμογή ενός ανάλογου προγράμματος. Σύμφωνα με τον Barber (2021), εργαλεία ενίσχυσης της συναισθηματικής νοημοσύνης, τα οποία μπορούν να δουλέψουν στην φυσική και τη διαδικτυακή τάξη, είναι εύκολα προσβάσιμα στο διαδίκτυο, μέσα από οικείες στους περισσότερους μηχανές αναζήτησης, όπως η Google ή το Microsoft Teams. Φυσικά, για την επίτευξη ανάλογων δράσεων και προγραμμάτων, καθίσταται σημαντική η εκπαιδευτική επιμόρφωση και πρωτοβουλία.

Β' ΜΕΡΟΣ: ΕΡΕΥΝΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΡΡΟΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗΝ Σ.Ν. ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

Κεφάλαιο Α': Μεθοδολογία

Σκοπός της έρευνας

Στην παρούσα έρευνα διερευνάται η επιρροή της τεχνολογίας ως διδακτικό εργαλείο μαθητών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης στην συναισθηματική τους νοημοσύνη. Η επιρροή αυτή αναλύεται από 3 σκοπιές, αυτή των μαθητών, των εκπαιδευτικών και των γονέων. Τα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν είναι τα εξής:

- Ποιο είναι το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που παρουσιάζουν οι μαθητές και ποιο το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που κρίνουν οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί πως έχουν;
- Οι απόψεις των γονέων ως προς την χρήση της τεχνολογίας κατά την διδασκαλία, επηρεάζουν την άποψη τους ως προς το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που παρουσιάζουν τα παιδιά τους;
- Οι απόψεις των εκπαιδευτικών ως προς την χρήση της τεχνολογίας κατά την διδασκαλία, επηρεάζουν την άποψη τους ως προς το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που παρουσιάζουν οι μαθητές τους;

Δείγμα της έρευνας

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν συνολικά 212 μαθητές, 10 εκπαιδευτικοί των μαθητών αυτών και 212 γονείς. Οι μαθητές παρακολουθούν αποκλειστικά την ΣΤ' τάξη του Δημοτικού, ενώ είναι κυρίως κορίτσια. Η μέθοδος που ακολουθήθηκε είναι η απλή τυχαία δειγματοληψία, καθώς πέραν της βαθμίδας εκπαίδευσης δεν υπήρχε κάποιος άλλος περιορισμός ως προς το δείγμα.

Εργαλεία έρευνας

Για την επίτευξη της έρευνας, χρησιμοποιήθηκαν 3 ξεχωριστά ερωτηματολόγια. Το πρώτο ερωτηματολόγιο συμπληρώθηκε από τους μαθητές και αποτελείται από 21 ερωτήσεις συνολικά, 2 κλειστού τύπου και 19 τύπου Likert. Στο ερωτηματολόγιο αυτό, αναλύθηκε το φύλο των μαθητών, η συναισθηματική νοημοσύνη τους και η σχέση τους με την τεχνολογία. Το δεύτερο και τρίτο ερωτηματολόγιο έχουν παρόμοια διάταξη και ίδιου τύπου ερωτήσεις και απευθύνονται στους εκπαιδευτικούς και τους γονείς των μαθητών. Περιλαμβάνουν 20 ερωτήσεις συνολικά, 18 τύπου Likert, 1 κλειστού τύπου και 1 ανοιχτού τύπου. Οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς κλήθηκαν να δηλώσουν τις γενικότερες απόψεις τους για τη χρήση της τεχνολογίας κατά την διδασκαλία και τη χρησιμότητα της, να κρίνουν την συναισθηματική ανάπτυξη των μαθητών και τους τρόπους με τους οποίους συμβάλλουν οι ίδιοι στην ανάπτυξη της.

Συλλογή των δεδομένων

Ο διαμοιρασμός των ερωτηματολογίων πραγματοποιήθηκε σε Δημοτικά σχολεία, αφού δόθηκαν οι κατάλληλες άδειες από τις αρμόδιες αρχές, τους διευθυντές, τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς των μαθητών. Όλοι οι εμπλεκόμενοι ενημερώθηκαν για τους σκοπούς της έρευνας και τη σημασία της συμμετοχής τους, ενώ επισημάνθηκε ο απαιτούμενος χρόνος συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων, η εθελοντική συμμετοχή τους και η ανωνυμία των απαντήσεων. Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν στους διευθυντές, οι οποίοι τα παρέδωσαν στους εκπαιδευτικούς ώστε να φτάσουν ύστερα στα χέρια των μαθητών και των γονέων τους. Τα στοιχεία επικοινωνίας του ερευνητή επίσης παραδόθηκαν, σε περίπτωση κάποιας ερώτησης ή προβλήματος κατά την συμπλήρωση των ερωτηματολογίων. Πρέπει να τονιστεί πως καθ' όλη την διάρκεια του διαμοιρασμού τηρήθηκαν τα μέτρα ασφαλείας κατά του COVID-19.

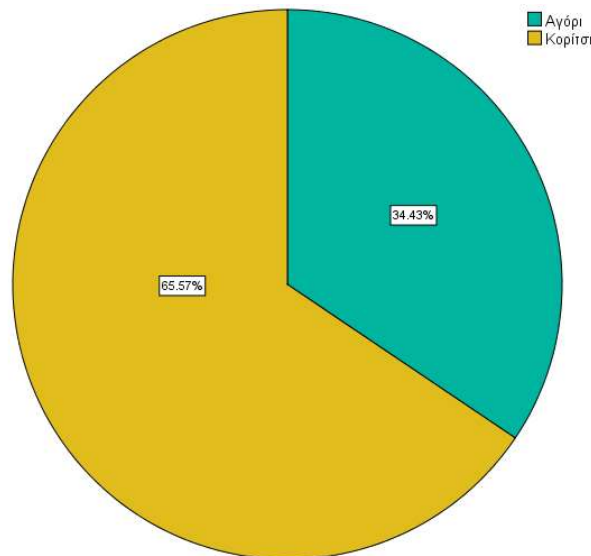
Ανάλυση δεδομένων

Για την ανάλυση του ερωτηματολογίου χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS v.25. Με σκοπό την περιγραφική παρουσίαση όλων των ερωτήσεων των ερωτηματολογίων χρησιμοποιήθηκαν συχνότητες, ποσοστά, μέσες τιμές και τυπικές αποκλίσεις, τα οποία παρουσιάστηκαν σε κατάλληλους πίνακες και γραφήματα. Ταυτόχρονα, για την ανάδειξη στατιστικά σημαντικών συσχετίσεων στο επαγωγικό κομμάτι της έρευνας, χρησιμοποιήθηκε ο συντελεστής γραμμικής συσχέτισης Pearson.

Κεφάλαιο Β': Περιγραφική στατιστική μαθητών

Στην ενότητα που ακολουθεί, παρουσιάζεται το φύλο, αλλά και η συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών, καθώς και η σχέση τους με την τεχνολογία.

Στο Γράφημα 1, είναι εμφανές πως το 65.6% των μαθητών είναι κορίτσια και το 34.4% είναι αγόρια



Γράφημα 2.1. Φύλο μαθητών

Μέσω του Πίνακα 1, διερευνάται η σχέση των μαθητών με την τεχνολογία. Όπως φαίνεται, οι μαθητές που αφιερώνουν 3 με 4 ώρες φτάνουν το 42.5%, όσοι αφιερώνουν έως 2 ώρες στην τεχνολογία καταλαμβάνουν το 34.4%, ενώ το 9.9% αφιερώνει έως 1 ώρα. Ταυτόχρονα, όσοι αφιερώνουν 5 ώρες και πάνω φτάνουν το 8% και το 5.2% ανήκει σε όσους μαθητές αφιερώνουν μόνο έως 30 λεπτά.

Επιπλέον, οι μαθητές που συμφωνούν πως τους αρέσει να χρησιμοποιείται η τεχνολογία στην διδασκαλία αγγίζουν το 24.5%, όσοι μάλλον συμφωνούν φτάνουν το 23.6% και το 17% συμφωνούν πάρα πολύ. Οι μαθητές που διαφωνούν πάρα πολύ με την παραπάνω δήλωση φτάνουν το 9.9%, ενώ όσοι διαφωνούν ή μάλλον διαφωνούν αντιπροσωπεύουν από 5.7%.

Ταυτόχρονα, διερευνάται η συχνότητα με την οποία οι μαθητές χρησιμοποιούν το κινητό ή τον υπολογιστή τους. Ορισμένες φορές χρησιμοποιούν τα παραπάνω το 43.9% των μαθητών, το 26.4% τα χρησιμοποιούν συχνά και το 18.9% πολύ συχνά. Επιπλέον, σπάνια τα χρησιμοποιούν το 7.1% των μαθητών και μόλις το 3.8% δεν κάνει καθόλου χρήση των ηλεκτρονικών μέσων που αναφέρθηκαν.

Συνεχίζοντας, το 21.2% των μαθητών μάλλον συμφωνούν πως η σχολική τους απόδοση χειροτερεύει με τη χρήση κάποιας μορφής τεχνολογίας, με το 18.4% να συμφωνεί και το 17.5% να διαφωνεί πάρα πολύ. Όσοι είναι ουδέτεροι ως προς την παραπάνω άποψη φτάνουν το 15.1%, το 14.6% αγγίζουν όσοι διαφωνούν, ακολουθούν όσοι συμφωνούν πάρα πολύ με 11.3% και μόλις το 1.9% δηλώνουν πως μάλλον διαφωνούν.

Τέλος, αναλύεται το κατά πόσο οι μαθητές προτιμούν να περάσουν την ώρα τους με την τεχνολογία από το να βγουν έξω. Όσοι συμφωνούν αγγίζουν το 44.8%, το 27.8% ανήκει σε όσους συμφωνούν πάρα πολύ και το 12.3% σε όσους είναι ουδέτεροι. Επιπλέον, το 10.4% του δείγματος μάλλον συμφωνεί, το 2.8% διαφωνεί και το 1.9% διαφωνεί πάρα πολύ.

Πίνακας 2.1. Σχέση μαθητή με την τεχνολογία

		Frequency	Valid Percent
Πόσο χρόνο αφιερώνεις στην τεχνολογία	Έως 30 λεπτά	11	5.2
	Έως 1 ώρα	21	9.9
	Έως 2 ώρες	73	34.4
	3-4 ώρες	90	42.5
	5 ώρες και πάνω	17	8.0
Μου αρέσει να εμπλέκεται η τεχνολογία στη διδασκαλία	Διαφωνώ πάρα πολύ	21	9.0
	Διαφωνώ	12	5.7
	Μάλλον διαφωνώ	12	5.7
	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	29	13.7
	Μάλλον συμφωνώ	50	23.6
	Συμφωνώ	52	24.5
	Συμφωνώ πάρα πολύ	36	17.0
	Καθόλου	8	3.8
	Σπάνια	15	7.1
	Ορισμένες φορές	93	43.9
Πόσο συχνά χρησιμοποιείς το κινητό ή τον υπολογιστή σου	Συχνά	56	26.4
	Πολύ συχνά	40	18.9
	Διαφωνώ πάρα πολύ	37	17.5
	Διαφωνώ	31	14.6
	Μάλλον διαφωνώ	4	1.9
	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	32	15.1
Η σχολική μου απόδοση χειροτερεύει με τη χρήση κάποιων μορφών τεχνολογίας	Μάλλον συμφωνώ	45	21.2
	Συμφωνώ	39	18.4
	Συμφωνώ πάρα πολύ	24	11.3
	Διαφωνώ πάρα πολύ	4	1.9
	Διαφωνώ	6	2.8
	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	26	12.3
	Μάλλον συμφωνώ	22	10.4
Προτιμώ να περάσω την ώρα μου με την τεχνολογία από το να βγω	Συμφωνώ	95	44.8
	Συμφωνώ πάρα πολύ	59	27.8

Στον Πίνακα 2 που ακολουθεί, αναλύεται η συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών. Οι τιμές των ερωτήσεων κυμαίνονται από το 1 έως το 7 (1-Διαφωνώ πάρα πολύ, 2-Διαφωνώ, 3-Μάλλον διαφωνώ, 4-Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ, 5-Μάλλον συμφωνώ, 6-Συμφωνώ, 7-Συμφωνώ πάρα πολύ) με την αύξηση του μέσου όρου, να συνεπάγεται με αύξηση της συμφωνίας των μαθητών. Οι μαθητές συμφωνούν πως καταλαβαίνουν πως αισθάνονται οι γύρω άνθρωποι (5.90). Ταυτόχρονα, τοποθετούνται ανάμεσα στις απαντήσεις «Μάλλον συμφωνώ» και «Συμφωνώ» ως προς το ότι όταν αισθάνονται φόβο το δείχνουν (5.37) και πως τους αρέσει να τους προσφέρουν βοήθεια (5.26). Επιπλέον, στο «Μάλλον συμφωνώ» κατατάσσουν τις υπόλοιπες δηλώσεις.

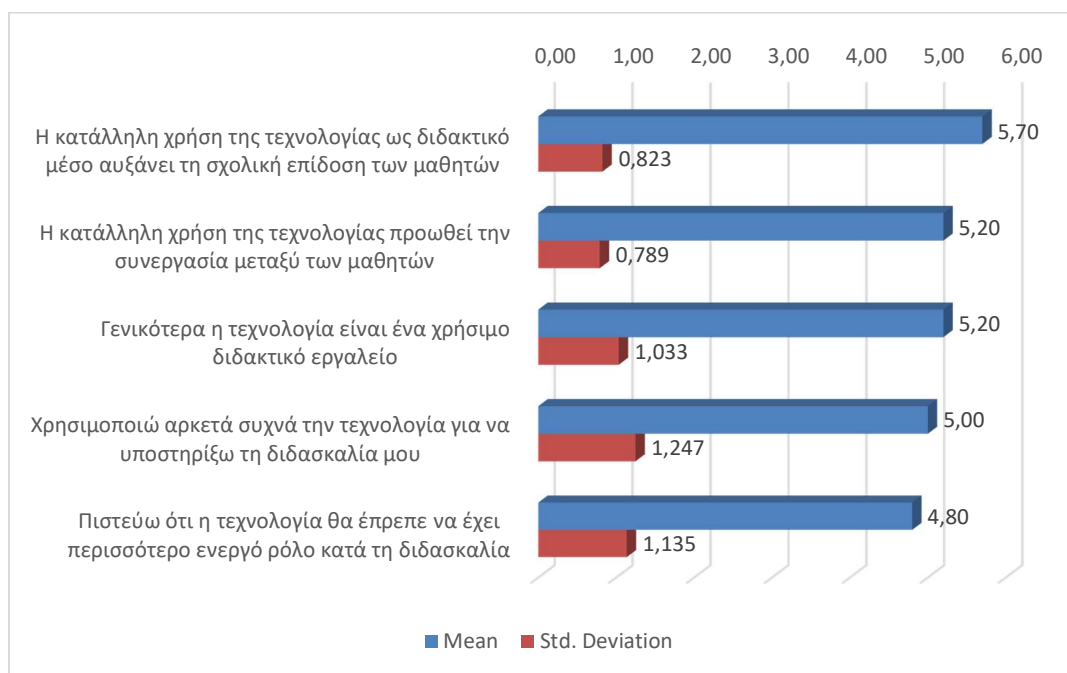
Πίνακας 2.2. Συναισθηματική νοημοσύνη μαθητή

	Mean	Std. Deviation
Καταλαβαίνω πάντα το πώς αισθάνονται οι γύρω άνθρωποι	5.90	1.182
Μπορώ να ελέγχω τα συναισθήματά μου	5.17	1.201
Μπορώ να συγκρατήσω το θυμό μου με τη λογική	5.05	1.325
Μου είναι εύκολο να εκφράσω τα συναισθήματά μου με λόγια	5.02	1.204
Μπορώ να μπω εύκολα στη θέση του άλλου	5.09	1.071
Μπορώ να δείξω το πώς αισθάνομαι με τις εκφράσεις του προσώπου μου	5.18	1.134
Όταν αισθάνομαι φόβο το δείχνω στους οικείους μου	5.37	0.922
Μπορώ να συνυπάρξω εύκολα με άλλους ανθρώπους	5.25	1.111
Γενικά προσαρμόζομαι εύκολα σε νέα περιβάλλοντα	5.23	1.245
Λέω πάντα στον εαυτό μου ότι είμαι ικανός/ή	5.12	1.235
Ενθαρρύνω πάντα τον εαυτό μου να προσπαθήσει περισσότερο	5.07	1.247
Βλέπω τις δύσκολες καταστάσεις σαν προκλήσεις και όχι σαν εμπόδια	5.23	0.978
Μου αρέσει να μου προσφέρουν και να προσφέρω βοήθεια	5.26	1.047
Υπερασπίζομαι τους άλλους όταν καταλαβαίνω πως αδικούνται	5.06	1.113
Μπορώ ανά πάσα στιγμή να προσδιορίσω τα συναισθήματά μου	5.19	1.488

Περιγραφική στατιστική εκπαιδευτικών

Στη συνέχεια, διερευνώνται οι απόψεις των εκπαιδευτικών ως προς τη χρήση της τεχνολογίας κατά τη διδασκαλία, την συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών και το πως συμβάλλουν οι ίδιοι στην ανάπτυξη της. Οι απαντήσεις δέχονται τιμές από το 1 έως το 7 (1-Διαφωνώ πάρα πολύ, 2-Διαφωνώ, 3-Μάλλον διαφωνώ, 4-Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ, 5-Μάλλον συμφωνώ, 6-Συμφωνώ, 7-Συμφωνώ πάρα πολύ) και όσο αυξάνεται ο μέσος όρος, τόσο αυξάνεται η συμφωνία των εκπαιδευτικών.

Στο Γράφημα 2, παρατίθενται οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών ως προς τη χρήση τεχνολογίας κατά την διδασκαλία. Γενικότερα, οι εκπαιδευτικοί μεταξύ των απαντήσεων «Μάλλον συμφωνώ» και «Συμφωνώ», με τάση προς το δεύτερο, βρίσκονται ως προς το ότι η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας ως διδακτικό μέσο αυξάνει τη σχολική επίδοση των μαθητών (5.70). Ταυτόχρονα, μάλλον συμφωνούν πως η κατάλληλη χρήση προωθεί την συνεργασία μεταξύ των μαθητών (5.20), πως είναι ένα χρήσιμο διδακτικό εργαλείο (5.20) και πως χρησιμοποιούν αρκετά συχνά την τεχνολογία για να υποστηρίξουν τη διδασκαλία (5.00) και πως η τεχνολογία θα έπρεπε να έχει περισσότερο ενεργό ρόλο κατά τη διδασκαλία (4.80).



Γράφημα 2.2. Χρήση τεχνολογίας στην διδασκαλία σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς

Συνεχίζοντας, στον Πίνακα 3, αναλύονται οι απόψεις των εκπαιδευτικών αναφορικά με την συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών τους. Όπως φαίνεται, ανάμεσα στις απαντήσεις «Μάλλον συμφωνώ» και «Συμφωνώ», με τάση προς το δεύτερο, βρίσκονται οι ερωτηθέντες ως προς το ότι τους αρέσει να προσφέρουν αλλά και να δέχονται βοήθεια (5.60). Ταυτόχρονα, μάλλον συμφωνούν πως οι μαθητές υπερασπίζονται τους άλλους (5.20), νοιάζονται πραγματικά για το τι συμβαίνει στους άλλους (5.20) και καταλαβαίνουν πάντα πως αισθάνονται οι γύρω άνθρωποι (4.90). Ταυτόχρονα, μάλλον συμφωνούν πως οι μαθητές δείχνουν πως αισθάνονται μέσα των εκφράσεων του προσώπου τους (4.90), προσδιορίζουν τα συναισθήματα τους (4.80), συγκρατούν τον θυμό τους (4.80), μπορούν να μπουν στην θέση κάποιου άλλου (4.80) και συνυπάρχουν εύκολα με άλλους ανθρώπους (4.80). Επιπλέον, μεταξύ ουδετερότητας και συμφωνίας, με τάση προς το δεύτερο, κατατάσσουν το ότι οι μαθητές τους μπορούν να ελέγχουν τα συναισθήματα τους (4.60) και τους αρέσει να εκφράζονται με λόγια (4.60).

Πίνακας 2.3. Συναισθηματική νοημοσύνη μαθητή σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς

	Mean	Std. Deviation
Μπορεί (ο μαθητής/η μαθήτρια) να προσδιορίσει με ακρίβεια τα συναισθήματα του/της	4.80	1.229
Καταλαβαίνει πάντα πως αισθάνονται οι γύρω του/της άνθρωποι ανάλογα τη συμπεριφορά τους	4.90	0.994
Μπορεί να ελέγχει τα συναισθήματα του/της	4.60	1.174
Μπορεί να συγκρατεί το θυμό του/της και να αντιμετωπίζει δύσκολες καταστάσεις σκεπτόμενος/η λογικά	4.80	1.229
Του/Της είναι εύκολο να εκφράσει τα συναισθήματα του/της με λόγια	4.60	1.174
Μπορεί πολύ εύκολα να μπει στη θέση του άλλου και να αναγνωρίσει το πώς νοιώθει	4.80	1.229
Μπορεί να συνυπάρξει εύκολα με άλλους ανθρώπους	4.80	1.229
Του/Της αρέσει να του/της προσφέρουν αλλά και να προσφέρει βοήθεια	5.60	0.966
Μπορεί να δείξει στους άλλους πως αισθάνεται μέσω των εκφράσεων του προσώπου του/της	4.90	1.197
Υπερασπίζεται τους άλλους όταν νοιώθει πως αδικούνται	5.20	1.317
Νοιάζεται πραγματικά για το τι συμβαίνει σε κάποιον άλλον και αισθάνεται συμπόνια για αυτόν	5.20	1.317

Στον Πίνακα 4, αναλύονται οι τρόποι με τους οποίους οι εκπαιδευτικοί βοηθούν τους μαθητές να αναπτύξουν την συναισθηματική νοημοσύνη τους. Το 40% αυτών πρωτίστως μαθαίνουν στον μαθητή το πως αισθάνονται οι άλλοι, επισημαίνοντας τον τόνο της φωνής που αυτοί έχουν, ενώ όσοι επισημαίνουν τις εκφράσεις του προσώπου και την στάση του σώματος καταλαμβάνουν από 30%.

Επιπλέον, οι εκπαιδευτικοί που συμφωνούν ότι δείχνουν στο παιδί πως να ελέγχει τα συναισθήματα του, να έχει επιμονή, να παραμένει ήρεμο και να εκφράζεται με λέξεις, καταλαμβάνουν το 40%. Ακόμη, το 30% μάλλον διαφωνούν, το 20% είναι ουδέτεροι και το 10% συμφωνούν πάρα πολύ.

Ταυτόχρονα, το 60% των εκπαιδευτικών συμφωνούν πως η συναισθηματική νοημοσύνη θα έπρεπε να διδάσκεται στα Ελληνικά σχολεία, ενώ όσοι μάλλον διαφωνούν ή είναι ουδέτεροι καταλαμβάνουν το 30% και το 10% αντίστοιχα.

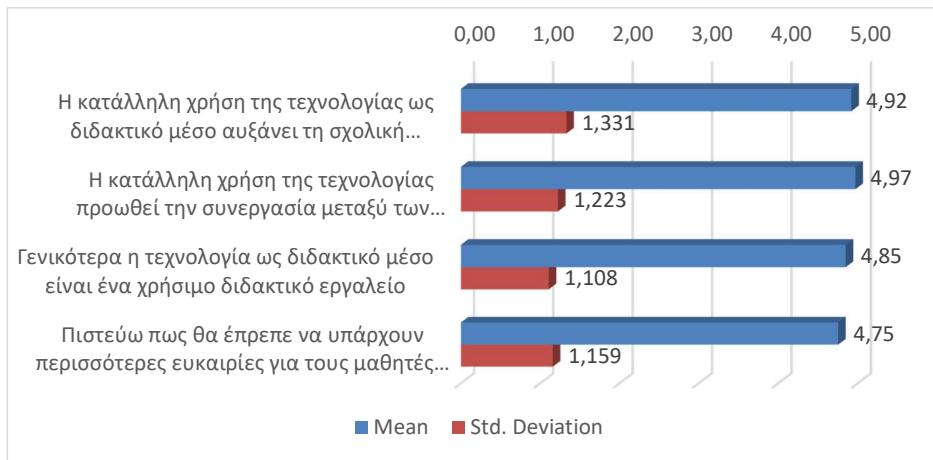
Πίνακας 2.4. Συμβολή εκπαιδευτικών στην ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης

		Frequency	Valid Percent
Τον/Την βοηθώ να καταλάβει πως αισθάνονται οι άλλοι σε ορισμένες καταστάσεις επισημαίνοντας κυρίως	Τον τόνο της φωνής που αυτοί έχουν	4	40.0
	Τις εκφράσεις του προσώπου τους	3	30.0
	Τη στάση του σώματος τους	3	30.0
Δείχνω στο παιδί πώς να ελέγχει τα συναισθήματά του, να έχει υπομονή, να παραμένει ήρεμος/η και να εκφράζεται με λέξεις	Μάλλον διαφωνώ	3	30.0
	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	2	20.0
	Συμφωνώ	4	40.0
	Συμφωνώ πάρα πολύ	1	10.0
Θεωρώ πως η συναισθηματική νοημοσύνη θα πρέπει να διδάσκεται στα Ελληνικά σχολεία	Μάλλον διαφωνώ	3	30.0
	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	1	10.0
	Συμφωνώ	6	60.0

Περιγραφική στατιστική γονέων

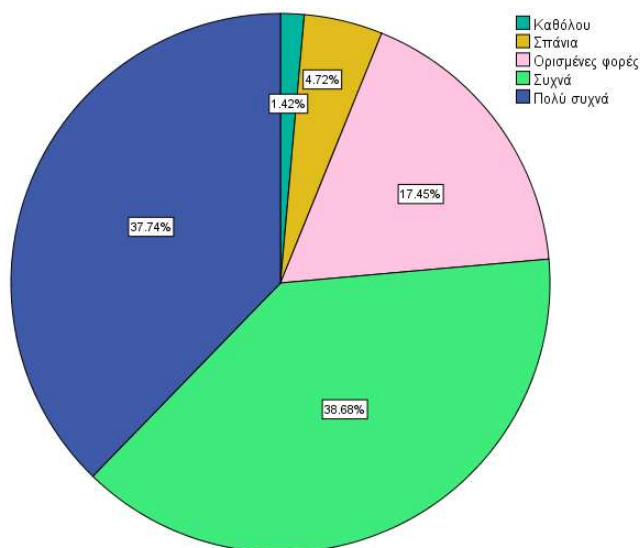
Τελευταία ακολουθεί η περιγραφική στατιστική των γονέων, όπου αναλύονται οι απόψεις τους για τη χρήση της τεχνολογίας ως διδακτικό εργαλείο, την χρήση τεχνολογίας που κάνουν τα παιδιά τους, την συναισθηματική νοημοσύνη που θεωρούν πως έχουν τα παιδιά, αλλά και πως συμβάλλουν στην ανάπτυξη αυτής. Οι απαντήσεις κυμαίνονται από το 1 έως το 7 (1-Διαφωνώ πάρα πολύ, 2-Διαφωνώ, 3-Μάλλον διαφωνώ, 4-Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ, 5-Μάλλον συμφωνώ, 6-Συμφωνώ, 7-Συμφωνώ πάρα πολύ) και όσο αυξάνεται ο μέσος όρος, τόσο αυξάνεται η συμφωνία των γονέων στην εκάστοτε δήλωση.

Στον Γράφημα 3, παρατίθενται οι αντιλήψεις των γονέων ως προς τη χρήση της τεχνολογίας κατά την διδασκαλία. Όπως φαίνεται, οι γονείς τοποθετούνται στην απάντηση «Μάλλον συμφωνώ», σε όλες τις δηλώσεις που ακολουθούν, ενώ συμφωνούν περισσότερο πως η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας προωθεί τη συνεργασία μεταξύ μαθητών (4.97).



Γράφημα 2.3. Χρήση τεχνολογίας στην διδασκαλία σύμφωνα με τους γονείς

Στο Γράφημα 4, είναι εμφανές πως το 38.7% των γονέων θεωρούν πως το παιδί τους αφιερώνει συχνά πολύ χρόνο στην τηλεόραση, στο κινητό ή στον Η/Υ, το 37.7% υποστηρίζει πως κάτι τέτοιο συμβαίνει πολύ συχνά και το 17.5% πως ισχύει για ορισμένες μόνο φορές. Επιπλέον, οι γονείς που δηλώνουν πως συμβαίνει σπάνια φτάνουν το 4.7% και το 1.4% καταλαμβάνουν όσοι δηλώνουν πως ποτέ δεν συμβαίνει αυτό με το παιδί τους.



Γράφημα 2.4. Πόσο συχνά αισθάνεστε ότι το παιδί σας αφιερώνει πολύ χρόνο είτε στην τηλεόραση είτε στο κινητό είτε στον Η/Υ

Μέσω του Πίνακα 5, διερευνώνται οι αντιλήψεις των γονέων αναφορικά με την συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών τους. Οι γονείς φαίνεται να τοποθετούνται στην απάντηση «Μάλλον συμφωνώ» σε όλες τις ακόλουθες δηλώσεις, ωστόσο περισσότερο συμφωνούν πως τα παιδιά μπορούν να προσδιορίζουν ανά πάσα στιγμή με ακρίβεια τα συναισθήματα τους (5.09) και πως όταν αισθάνονται φόβο επιτρέπουν στους οικείους τους να το καταλάβουν (5.09). Επιπλέον, λιγότερο συμφωνούν πως μπορούν να συνυπάρξουν με άλλους ανθρώπους (4.85) και πως νοιάζονται πραγματικά για το τι συμβαίνει σε κάποιον άλλον και αισθάνονται συμπόνια (4.84).

Πίνακας 2.5. Συναισθηματική νοημοσύνη μαθητή σύμφωνα με τους γονείς

	Mean	Std. Deviation
Μπορεί (το παιδί σας) να προσδιορίζει ανά πάσα στιγμή με ακρίβεια τα συναισθήματα του	5.09	1.071
Καταλαβαίνει με ακρίβεια το πως αισθάνονται οι γύρω του άνθρωποι ανάλογα με τη συμπεριφορά τους	5.04	0.945
Μπορεί να ελέγχει τα συναισθήματα του	5.01	1.164
Μπορεί να συγκρατεί το θυμό του και να αντιμετωπίζει δύσκολες καταστάσεις σκεπτόμενος λογικά	5.07	1.198
Του/Της είναι εύκολο να εκφράσει τα συναισθήματα που νοιώθει με λόγια	5.03	1.231
Μπορεί πολύ εύκολα να μπει στη θέση του άλλου και να αναγνωρίσει το πώς νοιώθει	4.98	1.178
Συνηθίζει να δείχνει στους άλλους το πως αισθάνεται μέσω των εκφράσεων του προσώπου του/της	4.92	1.235
Όταν αισθάνεται φόβο για κάτι επιτρέπει στους ανθρώπους που εμπιστεύεται να καταλάβουν ότι φοβάται	5.09	1.321
Μπορεί να συνυπάρξει εύκολα με άλλους ανθρώπους	4.85	1.446
Γενικά προσαρμόζεται εύκολα σε νέα περιβάλλοντα	4.98	1.349
Νοιάζεται πραγματικά για το τι συμβαίνει σε κάποιον άλλον και αισθάνεται συμπόνια για αυτόν	4.84	1.317

Στον Πίνακα 6, είναι εμφανές πως το 42.5% των γονέων χρησιμοποιούν τις λέξεις που οι άλλοι άνθρωποι χρησιμοποιούν για να κάνουν το παιδί τους να καταλάβει ορισμένες καταστάσεις. Ταυτόχρονα, το 11.8% αγγίζουν όσοι χρησιμοποιούν την στάση του σώματος, το 3.8% τον τόνο της φωνής και το 2.4% τις εκφράσεις του προσώπου.

Συνεχίζοντας, είναι εμφανές πως το 29.7% των γονέων συμφωνούν πως η συναισθηματική νοημοσύνη θα πρέπει να διδάσκεται στα Ελληνικά σχολεία, το 24.5% μάλλον συμφωνούν και το

21.2% έχουν ουδέτερη στάση. Επιπλέον, το 15.1% αγγίζουν όσοι μάλλον διαφωνούν, το 4.2% καταλαμβάνουν όσοι συμφωνούν πάρα πολύ, ενώ όσοι διαφωνούν ή διαφωνούν πάρα πολύ καταλαμβάνουν το 2.8% και το 2.4% αντίστοιχα.

Ταυτόχρονα, το 34.4% των γονέων συμφωνούν πως δείχνουν στο παιδί τους πως να ελέγχει τα συναισθήματα του και να εκφράζεται με λέξεις, ενώ όσοι διαφωνούν ή μάλλον διαφωνούν καταλαμβάνουν το 26.9% και το 21.2% αντίστοιχα. Επιπλέον, το 13.7% αγγίζουν όσοι είναι ουδέτεροι, ενώ το 3.8% μάλλον συμφωνούν.

Πίνακας 2.6. Συμβολή γονέων στην ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης

		Frequency	Valid Percent
	Τον τόνο της φωνής που αυτοί έχουν	8	3.8
Τον/Την βοηθώ να καταλάβει πως αισθάνονται οι άλλοι σε ορισμένες καταστάσεις επισημαίνοντας κυρίως	Τις εκφράσεις του προσώπου τους	5	2.4
	Τη στάση του σώματος τους	25	11.8
	Τις λέξεις που αυτοί χρησιμοποιούν	174	42.5
	Διαφωνώ πάρα πολύ	5	2.4
	Διαφωνώ	6	2.8
	Μάλλον διαφωνώ	32	15.1
Θεωρώ πως η συναισθηματική νοημοσύνη θα πρέπει να διδάσκεται στα Ελληνικά σχολεία	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	45	21.2
	Μάλλον συμφωνώ	52	24.5
	Συμφωνώ	63	29.7
	Συμφωνώ πάρα πολύ	9	4.2
	Διαφωνώ	57	26.9
	Μάλλον διαφωνώ	45	21.2
Δείχνω στο παιδί πώς να ελέγχει τα συναισθήματα του, να έχει υπομονή, να παραμένει ήρεμος/η και να εκφράζεται με λέξεις	Ούτε διαφωνώ ούτε συμφωνώ	29	13.7
	Μάλλον συμφωνώ	8	3.8
	Συμφωνώ	73	34.4

Κεφάλαιο Γ' : Επαγωγική στατιστική

Στην παρούσα ενότητα έγινε μια προσπάθεια ώστε να απαντηθούν τα ερευνητικά ερωτήματα, τα οποία είναι τα εξής:

- Ποιο είναι το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που παρουσιάζουν οι μαθητές και ποιο το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που κρίνουν οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί πως έχουν;
- Οι απόψεις των γονέων ως προς την χρήση της τεχνολογίας κατά την διδασκαλία, επηρεάζουν την άποψη τους ως προς το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που παρουσιάζουν τα παιδιά τους;
- Οι απόψεις των εκπαιδευτικών ως προς την χρήση της τεχνολογίας κατά την διδασκαλία, επηρεάζουν την άποψη τους ως προς το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης που παρουσιάζουν οι μαθητές τους;

Για την απάντηση των παραπάνω, δημιουργήθηκαν 3 καινούργιες μεταβλητές, οι οποίες αντιπροσωπεύουν την συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών, αλλά και το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης τους σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς. Οι μεταβλητές αυτές δημιουργήθηκαν από τον μέσο όρο 15, 11 και 11 ερωτήσεων. Τέλος δέχονται τιμές από το 1 έως το 7, ενώ όσο αυξάνεται ο μέσος όρος, τόσο αυξάνεται και το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης των μαθητών.

Στο πρώτο ερευνητικό ερώτημα, παρουσιάζονται οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των παραπάνω μεταβλητών. Για την απάντηση του δεύτερου και τρίτου ερευνητικού ερωτήματος, χρησιμοποιήθηκε ο συντελεστής γραμμικής συσχέτισης Pearson. Ο συντελεστής αυτός δέχεται τιμές από το -1 έως το 1 και όσο η τιμή πλησιάζει την απόλυτη μονάδα, τόσο πιο ισχυρή θεωρείται η εκάστοτε συσχέτιση.

1^ο ερευνητικό ερώτημα

Στον Πίνακα 7 που ακολουθεί, παρατίθεται ο μέσος όρος και η τυπική απόκλιση του επιπέδου

συναισθηματικής νοημοσύνης των μαθητών, σύμφωνα με τους ίδιους, τους εκπαιδευτικούς τους και τους γονείς τους. Όπως φαίνεται, υψηλότερα κατατάσσουν οι μαθητές τον εαυτό τους (5.21), ενώ στη δεύτερη θέση τοποθετούνται οι γονείς τους (4.99) όσον αφορά την συναισθηματική νοημοσύνη τους, ενώ οι εκπαιδευτικοί βρίσκονται στην τελευταία θέση (4.92). Ωστόσο, όλοι φαίνεται να τοποθετούν την συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών αρκετά άνω του μετρίου.

Πίνακας 3.1. Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις επιπέδου συναισθηματικής νοημοσύνης

	Mean	Std. Deviation
Επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης μαθητών	5.21	0.466
Επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης μαθητών σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς	4.92	0.716
Επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης μαθητών σύμφωνα με τους γονείς	4.99	0.857

2^ο ερευνητικό ερώτημα

Στον Πίνακα 8 που ακολουθεί, παρουσιάζονται οι τιμές των συντελεστών συσχέτισης, από τις οποίες όλες αναδεικνύουν κάποια στατιστικά σημαντική συσχέτιση. Ποιο συγκεκριμένα, όσο περισσότερο οι γονείς συμφωνούν πως η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας στη διδασκαλία αυξάνει την σχολική επίδοση και την συνεργασία, πως η τεχνολογία αποτελεί χρήσιμο διδακτικό εργαλείο και πως θα έπρεπε να υπάρχουν περισσότερες ευκαιρίες οι μαθητές να μαθαίνουν μέσω τεχνολογίας, τόσο πιο υψηλό χαρακτηρίζουν το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών τους. Οι συσχετίσεις αυτές κυμαίνονται από 0.462 έως 0.633, επομένως είναι μέτριας έως υψηλής συσχέτισης. Τέλος είναι στατιστικά σημαντικές σε 99% επίπεδο εμπιστοσύνης.

Πίνακας 3.2. Συσχετίσεις ως προς τις απόψεις των γονέων

	Επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης μαθητών σύμφωνα με τους γονείς
Η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας ως διδακτικό μέσο αυξάνει τη σχολική επίδοση των μαθητών	.633**
Η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας προωθεί την συνεργασία μεταξύ των μαθητών	.572**
Γενικότερα η τεχνολογία ως διδακτικό μέσο είναι ένα χρήσιμο διδακτικό εργαλείο	.514**
Πιστεύω πως θα έπρεπε να υπάρχουν περισσότερες ευκαιρίες για τους μαθητές όπου να μαθαίνουν μέσω της τεχνολογίας	.462**

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

3^ο ερευνητικό ερώτημα

Στον τελευταίο Πίνακα 9, είναι εμφανές πως όλες οι τιμές του συντελεστή συσχέτισης Pearson, δεν παρουσιάζουν κάποια στατιστικά σημαντική συσχέτιση.

Πίνακας 3.3. Συσχετίσεις ως προς τις απόψεις των εκπαιδευτικών

	Επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης μαθητών σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς
Η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας ως διδακτικό μέσο αυξάνει τη σχολική επίδοση των μαθητών	.421
Η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας προωθεί την συνεργασία μεταξύ των μαθητών	.243
Γενικότερα η τεχνολογία είναι ένα χρήσιμο διδακτικό εργαλείο	-.142
Χρησιμοποιώ αρκετά συχνά την τεχνολογία για να υποστηρίξω τη διδασκαλία μου	.034
Πιστεύω ότι η τεχνολογία θα έπρεπε να έχει περισσότερο ενεργό ρόλο κατά τη διδασκαλία	.551

Συμπεράσματα

Στην παραπάνω έρευνα, διερευνήθηκε η επιρροή της τεχνολογίας ως διδακτικό εργαλείο στην συναισθηματική νοημοσύνη μαθητών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης. Πιο συγκεκριμένα, στην έρευνα έλαβαν μέρος 212 μαθητές της ΣΤ' Δημοτικού, 212 γονείς και 10 εκπαιδευτικοί.

Όσον αφορά τους μαθητές, οι περισσότεροι εκ των οποίων είναι κορίτσια, φαίνεται πως η πλειοψηφία τους ξοδεύει 3 με 4 ώρες στην τεχνολογία και συμφωνούν πως τους αρέσει να εμπλέκεται η τεχνολογία στη διδασκαλία. Ταυτόχρονα, ορισμένες φορές δηλώνουν πως χρησιμοποιούν το κινητό ή τον υπολογιστή τους και συμφωνούν ως προς το ότι η τεχνολογία αποτελεί τροχοπέδη για την σχολική τους απόδοση. Ωστόσο, σε μεγάλο βαθμό προτιμούν να περάσουν την ώρα τους με την τεχνολογία από το να βγουν έξω. Τέλος, συμφωνούν σε υψηλότερο επίπεδο πως καταλαβαίνουν πως αισθάνονται οι γύρω άνθρωποι και πως δεν φοβούνται να δείξουν στους οικείους τους ότι φοβούνται.

Συνεχίζοντας με τις απόψεις των εκπαιδευτικών, φαίνεται να συμφωνούν ιδιαίτερα πως η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας αυξάνει την επίδοση και την συνεργασία των μαθητών, για αυτό και την χρησιμοποιούν συχνά. Ταυτόχρονα, θεωρούν πως σε υψηλό επίπεδο οι μαθητές τους υπερασπίζονται τους άλλους, τους αρέσει να προσφέρουν και να δέχονται βοήθεια και πως καταλαβαίνουν πάντα πως αισθάνονται οι άλλοι άνθρωποι. Ακόμη, δηλώνουν πως επισημαίνουν τον τόνο της φωνής των άλλων, για να βοηθήσουν τους μαθητές να καταλάβουν τι αισθάνονται οι άλλοι άνθρωποι, ενώ ταυτόχρονα δείχνουν στο παιδί πως να ελέγχει τα συναισθήματα του. Τέλος, ιδιαίτερη συμφωνία δείχνουν ως προς το ότι η συναισθηματική νοημοσύνη είναι απαραίτητο να διδάσκεται στα Ελληνικά σχολεία.

Περισσότερο συμφωνούν οι γονείς πως η κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας αυξάνει την επίδοση και την συνεργασία των μαθητών, για αυτό και την θεωρούν χρήσιμο διδακτικό εργαλείο. Επιπλέον, θεωρούν πως τα παιδιά τους συχνά αφιερώνουν πολύ χρόνο στην τηλεόραση, το κινητό ή τον Η/Υ, ενώ συμφωνούν σε υψηλότερο επίπεδο πως τα παιδιά μπορούν να προσδιορίζουν ανά πάσα στιγμή με ακρίβεια τα συναισθήματα τους. Ακόμη, οι ίδιοι φέρνουν ως παράδειγμα τις λέξεις των ανθρώπων για να βοηθήσουν τα παιδιά τους να καταλάβουν πως οι άλλοι αισθάνονται σε

ορισμένες καταστάσεις, ενώ συμφωνούν σε μεγάλο βαθμό πως η συναισθηματική νοημοσύνη θα πρέπει να είναι μέρος της διδασκαλίας στο σχολείο. Τέλος, σε μεγάλο επίπεδο προσπαθούν να δείξουν στο παιδί πως να ελέγχει τα συναισθήματα του και να εκφράζεται με λέξεις.

Μέσω του πρώτου ερευνητικού ερωτήματος, έγινε σαφές πως όλοι οι ερωτηθέντες κρίνουν το επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών ως υψηλό. Ωστόσο, οι μαθητές κρίνουν υψηλότερα τον εαυτό τους, με τους εκπαιδευτικούς να τους κρίνουν αυστηρότερα. Στο δεύτερο ερευνητικό ερώτημα, έγινε σαφές πως όσο πιο κατάλληλη και χρήσιμη θεωρούν οι γονείς την τεχνολογία ως μέσο διδασκαλίας, τόσο πιο υψηλή θεωρούν και την συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών τους. Ωστόσο, στο τρίτο ερευνητικό ερώτημα δεν αναδείχθηκε κάποια στατιστικά σημαντική συσχέτιση.

Βιβλιογραφία

Ελληνική

Βαρσαμίδου, Α. (2018). Η σημασία της συναισθηματικής νοημοσύνης στην Ηγεσία της Εκπαίδευσης: Η περίπτωση του σχολικού συμβούλου. Μεταπτυχιακή εργασία. Θεσσαλονίκη: Πανεπιστήμιο Μακεδονίας.

Θεοδοσάκης, Δ. (2011). Η Συναισθηματική Νοημοσύνη Στο Σύγχρονο Σχολείο Η Συναισθηματική Αγωγή Στην Εκπαιδευτική Πράξη. Αθήνα: Γρηγόρη.

Κακαβούλης, Α. (1997). Συναισθηματική Ανάπτυξη Και Αγωγή: Συναισθήματα, Ιδιοσυγκρασία, Αυτοσυνειδησία, Κοινωνικότητα, Σχέσεις Του Παιδιού, Αθήνα: Ιδιωτική Έκδοση.

Μπάντη, Α. (2010). “Προγράμματα Συναισθηματικής Ανάπτυξης Στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση - Παραδείγματα Από Τη Διεθνή Και Ελληνική Πραγματικότητα”, Διπλωματική Εργασία. Θεσσαλονίκη: Πανεπιστήμιο Μακεδονίας.

Σολδάτου, Θ. (2017). Ο σχεδιασμός και η εφαρμογή ενός προγράμματος Συναισθηματικής Νοημοσύνης για παιδιά με Διαταραχές Αυτιστικού Φάσματος: η επίδραση στη συναισθηματική νοημοσύνη και την αυτοαντίληψη. Διπλωματική Εργασία. Θεσσαλονίκη: Πανεπιστήμιο Μακεδονίας.

Χατζηχρήστου, Χ. (επιμ. έκδ.) (2004). «Πρόγραμμα προαγωγής της ψυχικής υγείας και της μάθησης. Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο. Εκπαιδευτικό υλικό για εκπαιδευτικούς και μαθητές της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης. πλαίσιο και δραστηριότητες». Αθήνα : ΤΥΠΩΘΗΤΩ.

Ξένη

Bahat, B. & Ovsenik, M. (2020). Emotional Intelligence in Secondary School Students. *Revija za univerzalno odličnost*. 9. 293-308. 10.37886/ruo.2020.018.

Bar-On, Reuven. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*. 18 Suppl. 13-25.

Braun, S. (2020). Effects of teachers' emotion regulation, burnout, and life satisfaction on student wellbeing. *Journal of applied developmental psychology*, 69, pp. 101-151. doi: 0193-3973.

Damasio, A. (1994). *Descartes' Error: Emotion, Reason and the Human Brain*. New York: Avon Books.

Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. Harcourt College Publishers.

Farber, M. (2021). *A Path to Improving Students' Emotional Intelligence*. George Lucas Educational Foundation.

Freedman, J. (2017) Επίσημος Ιστότοπος Μ. Κ. Ο. Six Seconds, Emotional WHAT? Definitions and History of EQ ανακτήθηκε από: <https://www.6seconds.org/2017/05/28/emotional-intelligence-definition-history/> (τελευταία επίσκεψη: 9/11/2021).

Freshman, B. & Rubino, L. (2002). Emotional intelligence: a core competency for health care administrators. *The health care manager*. 20.

Goleman, D. (2012). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Random House Publishing Group.

Grover, S. (2017) How Technology Lowers Emotional Intelligence in Kids. Διαθέσιμο στον Ιστότοπο: <https://www.seangrover.com/technology-lowers-emotional-intelligence-kids/> (τελευταία επίσκεψη: 9/11/2021).

Malouff, J. & Bhullar, N. (1998). The Assessing Emotions Scale. 10.1007/978-0-387-88370-0_7.

Pert, C. (1999). Molecules Of Emotion. Why You Feel The Way You Do. Pocket Books.

Salovey, P. – Mayer, D. (2008). Emotional Intelligence, New Ability or Eclectic Traits?. American Psychologist. Vol. 63, No. 6, 503–517 DOI: 10.1037/0003-066X.63.6.503.

Serrat, O. (2017). Understanding and Developing Emotional Intelligence. 10.1007/978-981-10-0983-9_37.

Stein, S. – Howard, B. (2011). The EQ Edge: Emotional Intelligence and Your Success Paperback. Jossey Bass.

Tripathy, M. (2018). EMOTIONAL INTELLIGENCE: AN OVERVIEW.

Zalokar Divjak, Z. (2019). Eno je inteligenca, drugo je otrokov socialni in čustveni razvoj. Brestanica:Posavski obzornik. 23, (17) (22. August 2019).