

Lektion 9

Grundlaget for forandring



Omfatter SEL Tråde: **SelfA SocA SelfM ReIM**



Anslået varighed: **60-90 minutter**

Overblik over lektionen

Introduktion, Diskussion, Gruppearbejde, Parvis arbejde, Overvejelser, Skriftligt arbejde, Plenum

Læringsmål

Nøglespørgsmål: hvordan kan vi blive klar over de fremskridt vi har gjort? Eleverne skal:

- ▶ Kunne finde ud af, hvordan fremskridt tager sig ud.
- ▶ Gennemgå fremskridtene.
- ▶ Begynde at opstille mål.

Materialer og forberedelse

Lærerne får brug for:

- ▶ Spørgeskema L9R1 om følelsesmæssig intelligens.

Introduktion (10 minutter)

Gennemgå formålet med projektet. Orientering om lektionsmålene:

Spørg

Hvilke fire områder består følelsesmæssig intelligens af?

- ▶ Omdel ressource L2R1. Sørg for at de forstår: Bevidsthed om sig selv, social bevidsthed, selvkontrol og relationsstyring.
- ▶ Bed eleverne om at foreslå en definition for hver kvadrant.

Aktivitet Et (20-30 minutter) Klasediskussion

Hvordan tager et fremskridt sig ud? Hvis det er muligt, samles klassen i en rundkreds og man kører denne aktivitet (Der er en detaljeret liste over andre mulige arrangementer i lærerens vejledning).

Formålet med aktiviteten er at lede en diskussion med klassen inden for områderne nedenfor ved at foreslå nøgleord og ord, der står for „fremskridt“ og bede de studerende om i fællesskab at reflektere over dem. Sæt gang i en diskussion om følgende områder:

- ▶ Øget viden og bedre forståelse,
- ▶ styrket ordforråd til beskrivelse af egne og andres følelser.
- ▶ Mere sofistikerede strategier vedrørende følelsesmæssig intelligens.
- ▶ At blive bedre til at klare sociale hændelser.
- ▶ Bedre sociale resultater (færre negative hændelser?)
- ▶ Forbedret klasseklima.
- ▶ Mere hensigtsmæssig interaktion i gruppen.
- ▶ Forbedrede støttestrukturer.
- ▶ Åben og transparent samtale.
- ▶ Positivt personligt følelsesmæssigt helbred.
- ▶ Forbedret forståelse af enkeltpersoners rettigheder.



På tavlen/whiteboard'et, skrives ord, der knytter sig til forbedring såsom:

- forbedret • bedre • forstå • mere • større • god • ændret • forandret
- sundere • mindsket.

Dernæst skriver man en liste over søgeord såsom:

- følelser • spørgsmål • roller • adfærd • venner • klassekammerater
- klasseatmosfære • mobning • hjælp • snak • lytning • rettigheder • lykke
- strategier • følelsesmæssig trivsel.



Bed nu eleverne om at komme med udtryk med både et søgeord og et „forbedringsord“. Notér en række fælles udsagn der definerer, hvordan fremskridt ser ud set med dine elevers øjne.

Udled fra elevernes udsagn den type af klasse miljø de gerne ville være i og hvordan deres egen adfærd kan bidrage til ændringer i denne retning.

Aktivitet To (20 minutter) Parvis diskussion

- ▶ Eleverne skal her arbejde parvist
- ▶ Giv eleverne en kopi af spørgeskemaet (L9R1)
- ▶ Bed dem om:
 - ▶ Fra hvert område i spørgeskemaet at vælge en erklæring der:
 - Har givet dem en god strategi vedrørende følelsesmæssig intelligens
 - Gennem lektionen har givet dem en bedre forståelse.
 - Har udfordret dem mest
 - Angiver, hvor de selv har ændret sig mest.

Afrunding (5 minutter) Gennemgå det lærte

Oprids målene for den afsluttende lektion: Opstilling af personlige mål, der bygger på det lagte fundament.

“Huske-på” opgave (Optional)

(Valgfrit) Færdiggør det individuelle spørgeskema, hvis det er hensigtsmæssigt for dine elever.

Understøttende aktiviteter

UNDERSØGELSER. Find online eksempler på spørgeskemaer vedr. følelsesmæssig intelligens og gennemgå dem. Har de yderligere ideer eller vejledning med hensyn til muligheder for forbedring. Nogle eksempler er: *Emotional Intelligence test 1* eller *Goleman's EQ Test*. Kan vi stole på resultaterne herfra? Brug dem til at fokusere en diskussion.

SKRIFTLIGT ARBEJDE/MUSIK/BILLEDKUNST. Lav en liste over hvad man forventer sig mht. klasse miljø og fremlæg det i et kreativt format, fx. en ordvæg, digte, rap, plakater, ordsky, tegneserier (ref. links i den foregående lektion).

Links

Personligt spørgeskema og individuel feedback

ENABLE: <http://enable.eun.org/>.