

Euro-Forum Marek Gudków

# Szablon diagnostyczny numer 3 – Inteligencja emocjonalna, nazywanie, rozpoznawanie i wyrażanie emocji. Klasa II.

Innowacyjny Program Nauczania Wczesnoszkolnego



## Inteligencja emocjonalna – nazywanie, rozpoznawanie i wyrażanie emocji

### Klasa II

Punktem wyjścia do rozwoju umysłowych zdolności związanych z zarządzaniem emocjami jest rozpoznawanie, nazywanie a także wyrażanie podstawowych stanów emocjonalnych. Na rozwój tego aspektu inteligencji emocjonalnej położony był nacisk w ćwiczeniach opracowanych dla uczniów pierwszej klasy szkoły podstawowej (szablon diagnostyczny nr 2). Szablon diagnostyczny nr 3 jest jego logiczną kontynuacją, zawierającą propozycje ćwiczeń dla uczniów drugiej klasy szkoły podstawowej. Na tym etapie edukacji, bazując na umiejętności identyfikowania i wyrażania emocji, dzieci zaczynają poszerzać swoją wiedzę emocjonalną o przyczynach wywołujących różnorodne stany emocjonalne w określonych sytuacjach społecznych. Aby rozumieć to, co przeżywają inni ludzie zwykle odwołujemy się do własnej wyobraźni, dzięki której możemy postawić się na miejscu danej osoby i wygenerować prawdopodobne pomysły na temat tego, co myśli, czuje, czego pragnie i co chce zrobić dana osoba w określonych okolicznościach. Dzieci zaczynają dostrzegać i klarownie rozumieć, jakie są typowe okoliczności pojawienia się podstawowych emocji. Odkrywają zatem, że:

- radość ma miejsce wtedy, gdy osoba zgodnie z planem realizuje swoje zamierzenia, dokonuje upragnionych postępów lub otrzymuje cenione obiekty;
- smutek ma miejsce wtedy, gdy jednostka doświadcza nieodwracalnej straty – osoby, przedmiotu, celu, działania itp.;
- gniew pojawia się, gdy ma miejsce zniewaga osoby lub tego, co jest dla niej ważne;
- strach ma miejsce wtedy, gdy najbliższym środowisku jednostki pojawia się bezpośrednie, fizyczne lub wyobrażone zagrożenie istnienia i funkcjonowania;
- zdziwienie pojawia się, gdy dzieje się coś niespodziewanego, niezgodnego z oczekiwaniami;
- wstręt pojawia się w takich okolicznościach, gdy osoba znajduje się w bezpośredniej bliskości odstręczającego obiektu lub idei.

Wyobrażanie sobie różnorodnych psychologicznych stanów drugiego człowieka rozwija empatię i zdolność do decentracji interpersonalnej, przyczyniając się do tworzenia bardziej satysfakcjonujących, harmonijnych i trwałych relacji z innymi ludźmi (Ekman, Davidson, 2002).





## **SYTUACJE DIAGNOSTYCZNE**

### **Sytuacja diagnostyczna 1: „Dokończ historie”**

Nauczyciel rozmieszcza w sześciu różnych miejscach sali obrazki przedstawiające ekspresję podstawowych stanów emocjonalnych (radość, strach, smutek, złość, zdziwienie, wstręt), a uczniowie stają w grupie na środku. Następnie nauczyciel czyta na głos krótkie historyjki, a zadaniem uczniów jest ich dokończenie poprzez ustawienie się w wybranym miejscu sali, adekwatnie do treści opowiadania:

- Michał wspiął się na wysoką skałę i nie umiał z niej zejść. Bardzo się wtedy ... (przestraszył)
- Zuzia dostała na urodziny wymarzony rower. Była z tego powodu bardzo.... (szczęśliwa)
- Adrian zachorował w dniu szkolnej wycieczki i musiał zostać w domu. Był z tego powodu ... (smutny)
- Kasia wyszła do ogródka, żeby zawołać swojego kotka. Na jej zawołanie przybiegł kot z ogonem pomalowanym na zielono. Kasia była tym bardzo .... (zaskoczona)
- Młodszy brat zepsuł Ani jej pracę plastyczną, nad którą bardzo długo pracowała. Była z tego powodu ... (zagniewana)
- Podczas przerwy szkolnej Jaś wgryzł się w swoje jabłko. W miejscu ugryzienia zobaczył wielkiego robala. Poczuł wtedy ... (wstręt)

W trakcie zabawy nauczyciel zwraca uwagę na to, którzy uczniowie bez problemu samodzielnie realizują to zadanie, a którym sprawia to trudności. Swoje obserwacje zamieszcza w arkuszu diagnostycznym nr 3.1.

#### **Cel:**

- Diagnoza umiejętności rozpoznawania emocjonalnego znaczenia sytuacji
- Kształtowanie empatii, decentracji interpersonalnej i wyobraźni
- Zwiększanie zdolności do rozumienia i analizowania emocji
- Rozwijanie wiedzy na temat typowych kontekstów sytuacyjnych wywołujących odmienne stany emocjonalne

**Czas:** Czas jest regulowany przez nauczyciela. Zabawa może zająć do 10 minut.

#### **Materiały:**

- 6 obrazków przedstawiających emocje podstawowe, rozmieszczone w różnych punktach sali





- Historyjki do dokończenia

**Uwagi:**

- Na początku zabawy nauczyciel może poinstruować dzieci, że w razie potrzeby mogą one zmieniać swoje wybory. Te zmiany powinny być zauważone i odnotowane przez nauczyciela.
- W ćwiczeniu można użyć innych historyjek (np. z lektur szkolnych), pod warunkiem ich wyraźnego znaczenia emocjonalnego.

**Sytuacja diagnostyczna 2: „Przyczyny emocji”**

Nauczyciel wykorzystuje 30 różnych ilustracji przedstawiających dziecięce postacie, które wyrażają tzw. emocje podstawowe: radość, strach, smutek, złość, zdziwienie, wstręt. Zadaniem uczniów jest wylosowanie rysunku, nazwanie emocji oraz podanie przykładu sytuacji, w której pojawia się dana emocja. Nauczyciel zwraca przy tym uwagę na to, którzy uczniowie bez problemu realizują to zadanie, którym sprawia to pewne trudności, a którzy nie potrafią nazwać emocji lub opisać sytuacji, w których te emocje się pojawiają. Swoje obserwacje zamieszcza w arkuszu diagnostycznym nr 3.2.

**Cel:**

- Diagnoza umiejętności rozpoznawania emocji podstawowych i wskazywania ich potencjalnych przyczyn
- Kształtowanie uważności na ekspresje emocji innych ludzi
- Rozwijanie empatii, decentracji interpersonalnej i wyobraźni
- Zwiększanie zdolności do rozumienia i analizowania emocji
- Rozwijanie wiedzy na temat typowych kontekstów sytuacyjnych wywołujących odmienne stany emocjonalne

**Czas:** Czas jest regulowany przez nauczyciela. Zabawa może zająć około 15-20 minut.

**Materiały:**

- 30 ilustracji przedstawiających w różny sposób 6 podstawowych emocji.
- Ewentualnie worek do losowania ilustracji.

**Uwagi:**



- Dzieci mogą używać różnych poprawnych określeń odnoszących się do jednej emocji np. radość / szczęście / zadowolenie, strach / lęk / niepokój / zdenerwowanie, złość / gniew / irytacja / podenerwowanie, wstręt / obrzydzenie, zaskoczenie / zdziwienie.
- Jeśli dzieci opisują ekspresję emocji, np. śmieje się, płacze, wykrzywia buzię, warto zachęcać je do podawania także nazwy emocji.
- Ćwiczenie powinno być powtarzane kilkakrotnie, po to żeby dać każdemu dziecku możliwość wylosowania różnych emocji i lepszego zorientowania się jak dobrze uczeń radzi sobie z rozpoznawaniem podstawowych emocji i wskazywaniem ich potencjalnych przyczyn.

### **Sytuacja diagnostyczna 3: „Historyjki obrazkowe”**

Każdy uczeń za pośrednictwem komputera rozwiązuje zadanie polegające na uszeregowaniu we właściwej kolejności różnych sytuacji przedstawiających przyczyny pojawienia się określonego stanu emocjonalnego. Przeglądając prace uczniów nauczyciel zwraca uwagę na to, którzy uczniowie niemal bezbłędnie realizują to zadanie, którzy czasami popełniają błędy, a którzy słabo radzą sobie z zadaniem. Swoje obserwacje zamieszcza w arkuszu diagnostycznym nr 3.3.

#### **Cele:**

- Diagnoza umiejętności przyczynowego myślenia o sytuacjach wywołujących emocje podstawowe
- Zwiększanie zdolności do rozumienia i analizowania emocji
- Rozwijanie rozumienia emocjonalnego znaczenia sytuacji
- Kształtowanie empatii, decentracji interpersonalnej i wyobraźni

**Czas:** Ćwiczenie może zająć uczniowi do 20 minut. Zadanie może być realizowane w ramach pracy domowej.

**Materiały:** Gra komputerowa polegająca na ułożeniu we właściwej kolejności obrazków przedstawiających przyczyny pojawienia się różnych stanów emocjonalnych. Instrukcja: Ułóż we właściwej kolejności przedstawione na ekranie rysunki, tak żeby tworzyły historyjkę opowiadającą o pojawieniu się różnych stanów emocjonalnych.

#### **Uwagi:**

- Po zatwierdzeniu kolejności ułożenia obrazków pojawia się dźwięk, informujący o prawidłowości dopasowania, zatem sytuacja ta jest także kształtującą umiejętność przyczynowego myślenia o sytuacjach, w których pojawiają się emocje. Oznacza to, że dzieci mogą wielokrotnie zmieniać swoje odpowiedzi.





- Oglądając prace uczniów nauczyciel zwraca uwagę przede wszystkim na liczbę wszystkich dokonywanych zmian oraz czas potrzebny na rozwiązanie całego quizu.
- Rozwiązywanie zadania w domu nie powinno odbywać się z pomocą dorosłego, jeśli tak się nie stanie, to diagnoza kompetencji ucznia w badanym zakresie będzie błędna.
- Jeśli dzieci rozwiązywały zadanie w domu warto zadbać o jego omówienie na lekcji.

## **SYTUACJE KSZTAŁTUJĄCE UMIEJĘTNOŚCI**

### **Sytuacja kształtująca umiejętność nr 1: „Katalog emocji”**

Na początku każdy uczeń indywidualnie wycina z gazet różne zdjęcia ludzkich twarzy. Następnie w parach, z kolegą z ławki, starają się opisać, jakiego rodzaju ekspresja widoczna jest na kolejnych zdjęciach oraz czym może być spowodowana. W kolejnym etapie tworzą klasowy katalog emocji - segregują zdjęcia (miny wesole, smutne, przestraszone itd.) i przyklejają je na dużych kolorowych kartonach wg wskazanych grup: żółty karton – radość, czerwony – złość, czarny – smutek, biały – strach, brązowy – wstręt, zielony - zdziwienie, szary – pozostałe emocje.

#### **Cel:**

- Kształtowanie uważności na ekspresje emocji innych ludzi
- Rozwijanie empatii, decentracji interpersonalnej i wyobraźni
- Zwiększanie zdolności do rozumienia i analizowania emocji
- Rozwijanie wiedzy na temat typowych kontekstów sytuacyjnych wywołujących odmienne stany emocjonalne
- Poszerzanie słownika emocjonalnego oraz wiedzy na temat różnych sposobów wyrażania podstawowych stanów emocjonalnych

**Czas:** Czas jest regulowany przez nauczyciela. Wycinanie twarzy z gazet może zająć od 5 do 10 minut. Rozmowa w parach na temat możliwych przyczyn pojawienia się danej ekspresji może zająć do 10 minut. Segregowanie i przyklejanie wycinków na kartonach może zająć około 15-20 minut. Łącznie cała zabawa może zająć do 40 minut.

#### **Materiały:**

- kolorowe czasopisma i gazety - co najmniej po 1 dla każdego ucznia.





- 7 kolorowych kartonów: żółty, czerwony, czarny, biały, brązowy, zielony oraz szary – każdy karton powinien być podpisany (radość, gniew, smutek itd.).

- każdy uczeń powinien mieć swoje nożyczki oraz klej lub taśmę klejącą.

### **Uwagi:**

- Nauczyciel reguluje czas obserwując pracę uczniów.

- Podczas pracy indywidualnej i w parach nauczyciel powinien chodzić po klasie, pomagając uczniom w realizacji zadania.

- Po stworzeniu katalogów warto zadbać o to, by kartony zostały zawieszane na ścianach.

- Na koniec pracy grupowej warto zachęcić uczniów do sformułowania wniosków na temat najważniejszych spostrzeżeń – uczniowie mogą zauważyć cechy wspólne ekspresji jednej emocji, a także pewną różnorodność w ekspresji jednej emocji u różnych osób.

- Warto zwrócić uwagę na fakt, iż niektóre kolorowe czasopisma zamieszczają głównie wizerunki szczęśliwych, uśmiechniętych ludzi. Nauczyciel dobierając prasę do ćwiczenia powinien zwrócić uwagę na różnorodność zdjęć w gazetach.

### **Sytuacja kształtująca nr 2: „Gra planszowa: Moje emocje”**

Uczniowie w 5-6 osobowych grupach grają w grę planszową „Moje emocje”. O kolejności graczy decyduje rzut kostką. Uczniowie przesuwają swoje pionki po planszy o tyle pól ile wypadnie na kostce do gry. Jeśli pionek stanie na kolorowym polu (zielonym lub czerwonym) - losują kartę w odpowiednim kolorze i wykonują zadanie zgodnie z instrukcją opisaną na karcie. Wygrywa ten uczeń, który jako pierwszy dojdzie swoim pionkiem do linii mety.

### **Cele:**

- Zwiększenie świadomości przeżywanych własnych stanów emocjonalnych.

- Rozwijanie zdolności do rozumienia i analizowania emocji oraz sytuacji emocjonalnych

- Kształtowanie empatii, decentracji interpersonalnej i wyobraźnie

- Rozwijanie wiedzy na temat typowych kontekstów sytuacyjnych wywołujących odmienne stany emocjonalne

- Poszerzanie słownika emocjonalnego oraz wiedzy na temat różnych sposobów wyrażania i doświadczania różnych stanów emocjonalnych

**Czas:** Gra w jednej grupie może zająć około 30 minut.





**Materialy:**

- 5 zestawów gier: kolorowa plansza, kostka do gry, 6 różnokolorowych pionków, dwie talie kart – zielona i czerwona.

**Uwagi:**

- Jeśli uczniom skończą się karty do gry w jakiejś tali, należy je potasować i użyć ponownie
- Nauczyciel powinien zadbać o to, by na koniec uczniowie mieli możliwość omówienia swoich odczuć i spostrzeżeń na temat przebiegu gry.

**Sytuacja rozwijająca umiejętność nr 3: „Kalambury emocjonalne”**

Na początku nauczyciel wprowadza uczniów w zasady zabawy „Kalambury emocjonalne” – mówi o tym, że każdy będzie kolejno losować kartkę, na której jest nazwa określonej emocji oraz jeden z 3 symboli wskazujący sposób prezentowania hasła: głowa – za pomocą mimiki, cała postać – pantomimicznie oraz nutka – wokalnie (ale bez użycia słów). Proponuje uczniom, aby starali się w sposób niepowtarzalny (inaczej niż inni) zaprezentować swoje hasło. Gdy wszyscy uczniowie rozumieją zasady, podchodzą kolejno do nauczyciela i losują kartki z nazwami różnych emocji i sposobem ich przedstawienia. Pokazują za pomocą różnych form ekspresji swoje hasła – zawsze bez używania słów, zaś pozostali uczniowie zgadują, co to za emocja.

**Cel:**

- Rozwijanie umiejętności ekspresji określonych stanów emocjonalnych za pośrednictwem różnych kanałów niewerbalnych
- Budowanie świadomości własnych ekspresji niewerbalnych
- Zwiększanie uważności na niewerbalną ekspresję emocji innych osób
- Poszerzanie wiedzy o różnych aspektach i formach ekspresji każdej emocji podstawowej

**Czas:** Nauczyciel reguluje czas zabawy w zależności od potrzeb i możliwości danej klasy.

**Materialy:**

- kartki zawierające nazwy emocji oraz symbol wskazujący formę prezentacji hasła
- ewentualnie worek do losowania

**Uwagi:**

- W zależności od liczebności klasy, zainteresowania zabawą oraz nasilenia potrzeby rozwijania ekspresji emocji wśród uczniów nauczyciel przygotowuje 18, 36, 54 lub 72







karteczki do losowania (zestaw wyjściowy to 6 emocji przedstawianych x 3 rodzaje ekspresji, czyli 18 różnych kartek)

- Nauczyciel dba o to, żeby każdy uczeń miał możliwość wzięcia udziału w zabawie – kolejność prezentowania haseł zależy od usadzenia w ławkach.
- Uczniowie zgadujący hasło mogą podawać różne synonimy nazw danej emocji (np. radość / szczęście / zadowolenie, strach / lęk / niepokój / zdenerwowanie, złość / gniew / irytacja / podenerwowanie, wstręt / obrzydzenie, zaskoczenie / zdziwienie) – one też powinny być uznane za poprawne odpowiedzi.

#### **Sytuacja kształtująca umiejętność nr 4: „Emocjonalne rysunki”**

Wykorzystując różnego rodzaju materiały plastyczne uczniowie malują swoją radość, złość, smutek i/lub strach, tak jak chcą. Na początku nauczyciel powinien podkreślić, że nie ma jednego właściwego sposobu wykonywania prac i uczniowie mogą wykorzystać dowolne skojarzenia i pomysły. Na koniec uczniowie robią wystawę prac plastycznych i rozmawiają o spostrzeżeniach na temat własnych prac i pomysłach innych osób.

#### **Cele:**

- Rozwijanie świadomości ekspresji określonych emocji
- Pobudzanie kreatywności i myślenia twórczego o emocjach
- Zwiększanie zdolności do analizowania emocjonalnego znaczenia prac plastycznych i dzieł sztuki
- Kształtowanie uważności przekaz emocjonalny zawarty w pracach plastycznych

**Czas:** Czas jest regulowany przez nauczyciela – wykonanie jednej pracy plastycznej zajmuje od 15 do 30 minut. Warto zarezerwować kilka minut na rozmowę o pracach plastycznych poszczególnych uczniów.

#### **Materiały:**

- Dowolne materiały plastyczne: kartki farby, kredki, flamastry, ołówki, bibuła, kolorowy papier, nożyczki, klej itd.

#### **Uwagi:**

- Prace plastyczne mogą być wykonywane w ramach różnych tematów zajęć lub omawiania różnych lektur i sytuacji – w zależności od potrzeb i pomysłów nauczyciela.
- Na jednej lekcji uczniowie mogą rysować tylko jeden rysunek lub kilka.





- Podczas omawiania prac plastycznych uczniowie mogą opowiadać o swoim pomysłach, a także uczuciom towarzyszącym im podczas jego tworzenia. Inni uczniowie mogą także ujawniać swoje spostrzeżenia o pracach plastycznych kolegów i koleżanek oraz uczuciach, jakie one wzbudzają.

### **Sytuacja kształtująca umiejętność nr 5: „Pantomima”**

Uczniowie stają w kole na środku sali. Nauczyciel mówi kolejne hasła, np. „kiedy jestem wesoły to...”, „gdy jest mi smutno to...”, „jak jestem rozgniewany to...”, kiedy jestem przestraszony to...”, „jak się czemuś dziwie to...”, „gdy czuje obrzydzenie to...”. Wszyscy uczniowie w kole pokazują pantomimicznie własny sposób wyrażania wskazanej emocji np. podskoki radości, tupanie w złości, wypinanie piersi w dumie itp. Druga wersja zabawy może polegać na tym, że jedna osoba pokazuje swój sposób wyrażania określonej emocji (wskazanej przez nauczyciela lub wylosowanej na karteczce), a pozostali uczniowie powtarzają po niej określone ruchy.

### **Cel:**

- Rozwijanie umiejętności ekspresji określonych stanów emocjonalnych za pośrednictwem różnych kanałów niewerbalnych
- Budowanie świadomości własnych ekspresji niewerbalnych
- Zwiększanie uważności na niewerbalną ekspresję emocji innych osób
- Poszerzanie wiedzy o różnych aspektach i formach ekspresji emocji podstawowych

**Czas:** Nauczyciel reguluje czas zabawy w zależności od potrzeb i możliwości danej klasy. Zabawa może zająć około 10 minut.

### **Materiały:**

- do drugiej wersji zabawy potrzebne są kartki zawierające nazwy emocji do losowania

### **Uwagi:**

- Nauczyciel powinien brać udział w zabawie, modelując zachowania dzieci.

### **Bibliografia:**

Ekman, P., Dawidson, R. J. (red.) (2002). *Natura emocji: podstawowe zagadnienia*. Gdańsk: GWP.

