

Emotional Intelligence: identify, harness & manage emotions

Palermo, Sisilia 24. - 28.6.2024

Saila, Tiina ja Anna S.

Osallistuimme kurssille, jossa oli osallistujia yli kymmenestä maasta ympäri Eurooppaa. Kurssin tavoitteena oli

1. Auttaa ymmärtämään, mikä merkitys tunneälyllä on nykyaikaisessa koulutuksessa ja työympäristössä.
2. Opettaa menetelmiä konfliktien välttämiseksi ja ratkaisemiseksi.
3. Välittää syvällistä ymmärrystä ajatusten ja tunteiden välisestä suhteesta.
4. Opettaa hallitsemaan omia ja muiden tunteita.

Saimme jakaa tiiviin viikon aikana kokemuksia kansainvälisten opettajakollegoiden kesken ja tutustuimme tunneälyn eri osa-alueisiin: empatiaan, itsesäätelyyn, itsetietoisuuteen ja sosiaalisiin taitoihin. Tutkimme, miten eri tekijät näkyvät itsessämme ja omassa toiminnassamme: opettamistyössä ja konfliktien hallinnassa.

