



**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ**

**ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών  
«Επιστήμες της Αγωγής - Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση με την χρήση των ΤΠΕ  
(e-Learning)».

## **ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ  
ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ  
ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕ ΘΕΜΑ: «ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ  
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ»**

**ΣΤΗΜΑΔΩΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ**

Επιβλέπων καθηγητής: «ΜΑΡΙΑ ΙΒΡΙΝΤΕΛΗ»

Ρέθυμνο, «Ιούλιος» «2019»

**Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών  
«Επιστήμες της Αγωγής - Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση με την χρήση των ΤΠΕ  
(e-Learning)».  
[Αριθμ. ΦΕΚ 635 τ.Β΄/9.3.2016]**

Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος ΠΜΣ:

Καθηγητής Αναστασιάδης Παναγιώτης

Πανεπιστήμιο Κρήτης – Παιδαγωγικό Τμήμα Δ.Ε

## **ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΟΥ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕ  
ΘΕΜΑ: «ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΩΝ  
ΠΑΙΔΙΩΝ»**

ΣΤΗΜΑΔΩΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ

### **Υπέθυνη Δήλωση Συγγραφέα:**

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν. 1599/1986 και τα άρθρα 2,4,6 παρ. 3 του Ν. 1256/1982, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής εργασίας και δεν προσβάλλει κάθε μορφής πνευματικά δικαιώματα τρίτων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον.

© Πανεπιστήμιο Κρήτης, ΠΤΔΕ,ΕΔΙΒΕΑ, 2018

Το Π.Τ.Δ.Ε του Πανεπιστημίου Κρήτης και ειδικότερα το Ε.ΔΙ.Β.Ε.Α, διατηρεί το δικαίωμα της χρήσης και αναπαραγωγής της παρούσας εργασίας για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς.



**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΓΩΓΗΣ**

**ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου  
περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα:  
«Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

«Μαρία Στημαδωράκη»

Επιτροπή Επίβλεψης Πτυχιακής / Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπων Καθηγητής:

«Μαρία Ιβρίντελη »

«Επίκουρη καθηγήτρια ΠΤΔΕ Πανεπιστήμιο Κρήτης»

Συν-Επιβλέπων Καθηγητης:

«Ευαγγελία Μανούσου»

«Καθηγήτρια Σύμβουλος Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου»

Συν-Επιβλέπων Καθηγητης:

«Λάμπρος Καρβούνης»

«Διδάκτορας Πανεπιστημίου Κρήτης»

Ρέθυμνο, «Ιούλιος» «2019»



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

### *Ευχαριστίες*

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά όλους τους καθηγητές του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης του Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Κρήτης, για τα εφόδια που μου χάρισαν σε όλη τη διάρκεια των μεταπτυχιακών σπουδών μου .

Ιδιαίτερες ευχαριστίες θα ήθελα να εκφράσω στην επιβλέπουσα της διπλωματικής μου εργασίας, κ. Ιβρίντελη Μαρία, για την ουσιαστική υποστήριξη, κατανόηση και καθοδήγηση. Επίσης, ένα μεγάλο ευχαριστώ οφείλω στην κ. Μανούσου και τον κ. Καρβούνη την για την ενασχόλησή τους με την αξιολόγηση της παρούσας εργασίας, ως μέλη της τριμελούς επιτροπής.

Αναμφίβολα ένα μεγάλο ευχαριστώ οφείλω στην αγαπημένη μου ομάδα «Τρεις και ο κούκος», τον Νεκτάριο Πετράκη, όπου χωρίς τη δική του παρότρυνση δεν θα είχα ξεκινήσει ποτέ αυτό το μεταπτυχιακό, την Καπριδάκη Μαρία γιατί η σχέση μας δεν έχει αρχή και τέλος, και την Μαρκετάκη Αθηνά για τις αμέτρητες ώρες συζητήσεων και αναλύσεων...

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένειά μου. Τον αδερφό μου, το Γιαννάκη μου, που πάντα είναι δίπλα μου, όποτε και αν τον χρειάζομαι. Τον σύζυγό μου Θέμη, που και μέσα από την εμπειρία αυτή των μεταπτυχιακών μου σπουδών μου απέδειξε έμπρακτα ότι αγάπη δεν είναι να κοιτάζουμε ο ένας τον άλλο, αλλά να βλέπουμε μαζί προς την ίδια κατεύθυνση. Να ευχαριστήσω τα παιδιά μου Κωνσταντίνο, Βασιλική και Εμμέλεια, για την κατανόησή τους στις τόσες ώρες ενασχόλησής μου με τις μεταπτυχιακές μου σπουδές και τη συγγραφή της διπλωματικής μου εργασίας και να τους υποσχεθώ ότι θα τις αναπληρώσω με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Ιδιαίτερος όμως οφείλω να ευχαριστήσω τη μητέρα μου, Βασιλική, που δεν σταματά να πιστεύει σε εμένα και να μου δίνει φτερά για να πετάω..



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **Περίληψη**

Στα πλαίσια της εν λόγω διπλωματικής εργασίας, έγινε βιβλιογραφική επισκόπηση των βασικών παιδαγωγικών αρχών σχεδιασμού εκπαιδευτικού υλικού για εξ αποστάσεως εκπαίδευση ενηλίκων. Ο συνδυασμός των δεδομένων της βιβλιογραφικής επισκόπησης οδήγησε στο σχεδιασμό και την ανάπτυξη ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με τίτλο «Συν αισθάνομαι», με στόχο την ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών. Η επιμόρφωση πραγματοποιήθηκε εξ ολοκλήρου εξ αποστάσεως. Παράλληλα πραγματοποιήθηκε έρευνα πάνω στις απόψεις των γονέων, που συμμετείχαν στην επιμόρφωση, για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση, την συναισθηματική νοημοσύνη, καθώς και για την τελική αποτίμηση του εκπαιδευτικού υλικού. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι επιμορφούμενοι στην πλειοψηφία τους συμφωνούν σε μεγάλο βαθμό με τις δηλώσεις, ότι η εξ αποστάσεως επιμόρφωση μπορεί να καλύψει τις επιμορφωτικές ανάγκες ενός προγράμματος, και ότι τα οφέλη της καλλιέργειας της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών είναι σημαντικά για την ανάπτυξη υγιών διαπροσωπικών σχέσεων ώστε να έχουν επιτυχία και ευτυχία στη ζωή τους, απόψεις που παρέμειναν θετικές και μετά την παρακολούθηση της εν λόγω επιμόρφωσης. Τέλος τα σχόλια των επιμορφούμενων στην αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού ήταν πολύ θετικά.

## **Λέξεις – Κλειδιά**

Συναισθηματική νοημοσύνη, εξ αποστάσεως εκπαίδευση, επιμόρφωση γονέων, εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **Abstract**

Within this dissertation a bibliographic review was made of the main pedagogical principles of adult distance learning educational material planning. The combination of the bibliographic review data led to the design and production of a comprehensive distance training environment for parents entitled «*Συν αισθάνομαι*» (Become conscious) aiming at reinforcing the emotional intelligence of the children.

The training was carried out entirely from a distance. At the same time research was conducted on the views of parents participating in the training concerning distance learning, emotional intelligence and the final assessment of the educational material.

The results of the survey showed that the majority of the trainees agree to a great extent with the statements that distance training can cover the training needs of a project and that the benefits of cultivating emotional intelligence are crucial for the development of healthy interpersonal relationships so that success and happiness are achieved in their lives, views that remained positive even after attending the previously mentioned training. Finally, the feedback by the trainees in the evaluation of the educational material (EM) was very positive as well.

## **Keywords**

Emotional Intelligence, Distance Learning, Parents Training, Distance Training Projec



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

## Περιεχόμενα

Περίληψη .....	v
Abstract .....	vi
Περιεχόμενα .....	vii
Κατάλογος Εικόνων.....	ix
Κατάλογος Διαγραμμάτων.....	x
1.Εξ αποστάσεως εκπαίδευση.....	1
1.1 Εισαγωγή.....	1
1.2 Εννοιολογική οριοθέτηση ΕξαΕ.....	2
1.3 Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις ΕξαΕ .....	6
1.4 Μεθοδολογία και μορφές της ΕξαΕ.....	8
1.5 Ηλεκτρονική μάθηση .....	10
1.6 Συμπεράσματα.....	13
2. Εκπαίδευση ενηλίκων .....	15
2.1 Εισαγωγή.....	15
2.2 Εννοιολογική οριοθέτηση Εκπαίδευσης Ενηλίκων .....	16
2.3 Θεωρίες Εκπαίδευσης Ενηλίκων .....	16
2.4 Χαρακτηριστικά ενηλίκων .....	18
2.5 Βασικές αρχές εκπαίδευσης ενηλίκων.....	19
2.6 Η συμβολή της Εξαε στην εκπαίδευση ενηλίκων .....	20
2.7 Συμπεράσματα.....	21
3. Συναισθηματική Νοημοσύνη .....	22
3.1 Εισαγωγή.....	22
3.2 Ετυμολογική Ανάλυση του όρου Συναισθηματικής Νοημοσύνης.....	23
3.2.1 Το συναίσθημα .....	23
3.2.2 Η νοημοσύνη .....	24
3.2.2.1. Θεωρία της Πολλαπλής Νοημοσύνης του Gardner .....	26
3.2.2.2. Η τριαδική προσέγγιση της νοημοσύνης του R. Sternberg.....	27
3.3 Εννοιολογική ανάλυση του όρου Συναισθηματική Νοημοσύνη.....	28
3.4. Θεωρίες συναισθηματικής ανάπτυξης .....	30
3.4.1 Η θεωρία της συμπεριφοράς του Watson .....	31
3.4.2 Η θεωρία της ψυχανάλυσης των Freud, Jung, Adler και Erikson .....	31
3.5 Στάδια συναισθηματικής ανάπτυξης .....	34
3.5.1 Βρεφική ηλικία (3ων -6 μηνών) .....	35
3.5.1.2 Βρεφική ηλικία (6 -9 μηνών).....	36
3.5.1.3 Βρεφική ηλικία (9-12 μηνών).....	36
3.5.2 Νηπιακή ηλικία (1-3ων ετών) .....	37
3.5.3 Πρώτη παιδική ηλικία (4ων -7 ετών).....	37
3.5.4 Μέση παιδική ηλικία (8-12 ετών).....	38
3.5.5 Εφηβική ηλικία (άνω των 12 ετών) .....	39
3.6 Πέντε στάδια συναισθηματικής αγωγής του Gottman.....	40
3.6.1 Επίγνωση των συναισθημάτων του παιδιού.....	40
3.6.2 Εκδήλωση συναισθήματος ως ευκαιρία για οικειότητα και καθοδήγηση .....	41

3.6.3 Ενσυναισθητική ακρόαση και αναγνώριση των συναισθημάτων των παιδιών.....	41
3.6.4 Λεκτική έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού με τη βοήθεια του γονέα-κηδεμόνα.	43
3.6.5 Καθορισμός ορίων και βοήθεια για την επίλυση προβλημάτων.....	43
3.7 Συμπεράσματα .....	46
4.Σχεδιασμός και εφαρμογή εκπαιδευτικού υλικού για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση γονέων .....	48
4.1 Εισαγωγή .....	48
4.2 Μεθοδολογία σχεδιασμού.....	49
4.2.1 Παιδαγωγικό πλαίσιο σχεδιασμού .....	49
4.2.2 Βασικές αρχές σχεδιασμού .....	51
4.3 Τεχνολογικό πλαίσιο .....	60
4.3.1 Το εργαλείο H5P .....	60
4.3.2 Το Λογισμικό Wordpress.....	61
4.3.3 Πλατφόρμα Chamilo .....	62
4.4 Εφαρμογή εκπαιδευτικού υλικού.....	63
4.5 Συμπεράσματα .....	71
5. Έρευνα - Αποτίμηση εκπαιδευτικού υλικού.....	73
5.1 Εισαγωγή .....	73
5.2 Θεωρητικό πλαίσιο.....	74
5.3 Ερευνητικά Ερωτήματα.....	75
5.4 Μεθοδολογία Έρευνας .....	76
5.4.1 Συλλογή των δεδομένων.....	79
5.4.2. Το δείγμα της έρευνας .....	79
5.4.3.Κωδικοποίηση των δεδομένων .....	81
5.5 Παρουσίαση αποτελεσμάτων.....	83
5.5.1 Παρουσίαση αποτελεσμάτων των αρχικών απόψεων των επιμορφούμενων για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και τη συναισθηματική αγωγή.....	83
5.5.1.1 1ος άξονας: Εξ αποστάσεως επιμόρφωση .....	84
5.5.2 2ος άξονας: Συναισθηματική Νοημοσύνη.....	86
5.5.3. 3ος άξονας: Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης .....	87
5.6 Παρουσίαση αποτελεσμάτων των τελικών απόψεων των επιμορφούμενων για την ΕξαΕ και τη Σ.Α. ....	90
5.6.1 1ος άξονας: Εξ αποστάσεως επιμόρφωση .....	90
5.6.2 2ος άξονας: Συναισθηματική Νοημοσύνη.....	92
5.6.3 3ος άξονας: Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης .....	93
5.7 Παρουσίαση της αξιολόγησης των γονέων για την αποτελεσματικότητα του Ε.Υ.....	95
5.7.1 1ος άξονας Γνωστικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού.....	96
5.7.2. 2ος άξονας Τεχνολογικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού .....	100
5.7.3.3ος άξονας Διάφορα .....	104
5.9 Συζήτηση .....	107
5.10 Περιορισμοί έρευνας .....	110
5.11 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα .....	110
Βιβλιογραφία .....	113
Παράρτημα Α: «Το εκπαιδευτικό υλικό» .....	125
Παράρτημα Β: «Ερωτηματολόγια».....	126



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

## Κατάλογος Εικόνων

Εικόνα 1 :Εισαγωγικά στοιχεία

Εικόνα 2: Σκοπός

Εικόνα 3: Προσδοκώμενα αποτελέσματα

Εικόνα 4 :Μάθηση μέσα από την πράξη

Εικόνα 5:Μάθηση με αναστοχασμό

Εικόνα 6: Μάθηση με αναστοχασμό

Εικόνα 7 :Μάθηση μέσα από την εξερεύνηση

Εικόνα 8 : Μάθηση μέσα από την καθημερινή πράξη

Εικόνα 9:Μάθηση μέσα από κοινότητες μάθησης

Εικόνα 10 : Όψη πλατφόρμας Chamilo

Εικόνα 11: Οδηγός μελέτης

Εικόνα 12: Χώρος συνομιλίας - επικοινωνίας

Εικόνα 13: Βίντεο αφόρμησης

Εικόνα 14 :Είσοδος

Εικόνα 15: Εισαγωγική εικόνα Ε.Υ.

Εικόνα 16 :Υπερσύνδεσμος που οδηγεί στο ερωτηματολόγιο

Εικόνα 17: Όψη αρχικού ερωτηματολογίου

Εικόνα 18 :Όψη 1ης διδακτικής ενότητας

Εικόνα 19: Όψη 2ης διδακτικής ενότητας

Εικόνα 20: Όψη 3ης διδακτικής ενότητας

Εικόνα 21 :Όψη 4ης διδακτικής ενότητας

Εικόνα 22 :Υπερσύνδεσμος που οδηγεί στο τελικό ερωτηματολόγιο

Εικόνα 23: Όψη Τελικού Ερωτηματολογίου

Εικόνα 24: Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα ( 1<sup>ο</sup> & 2<sup>ο</sup> Ε.Ε.)

Εικόνα 25: Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα (3<sup>ο</sup> Ε.Ε)



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **Κατάλογος Διαγραμμάτων**

Διάγραμμα 1: Φύλο

Διάγραμμα 2: Ηλικία

Διάγραμμα 3:Μορφωτικό επίπεδο

Διάγραμμα 4: Συμμετοχή σε εξ αποστάσεως

Διάγραμμα 5:Εμπειρία με Σ.Ν.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **Συνομογραφίες & Ακρωνύμια**

ΔΕ	Διπλωματική Εργασία
ΕξαΕ	Εξ αποστάσεως Εκπαίδευση
Ε.Ε.	Ερευνητικό Ερώτημα
Σ.Ν.	Συναισθηματική Νοημοσύνη
Ε.Υ.	Εκπαιδευτικό Υλικό





«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

## 1.Εξ αποστάσεως εκπαίδευση

### 1.1Εισαγωγή

Μελετώντας τις ρίζες της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης η σκέψη ταξιδεύει παραπάνω από έναν αιώνα πριν... Παρατηρεί λοιπόν κανείς ότι οι άνθρωποι μοιράζονται πάντα την ίδια δίψα για μάθηση. Κατανοούν ότι η εκπαίδευση μπορεί να τους εξασφαλίσει ένα καλύτερο μέλλον, όσο μακριά και αν βρίσκονται από αυτήν. Έτσι είτε μέσα από την νοσταλγική *εκπαίδευση δι' αλληλογραφίας* – αποστολή έντυπου υλικού μέσω ταχυδρομείου ,αξιοσημείωτο είναι ότι η Anna Tickner το 1873 κατάφερε με αυτόν τον τρόπο να εκπαιδεύσει πάνω από 10.000 άτομα, - είτε μέσα από την επικοινωνία με *ηλεκτρονικά μέσα* - με την αξιοποίηση των δυνατοτήτων του ραδιοφώνου, της τηλεόρασης και της σταθερής τηλεφωνίας,- είτε τέλος στην αξιοποίηση κάθε μορφής νέας τεχνολογίας (δορυφορικές επικοινωνίες, διαδίκτυο, κινητές συσκευές, καθώς και το σύνολο των εφαρμογών ΤΠΕ & πληροφορικής που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για εκπαιδευτικούς σκοπούς)- διαφαίνεται η διαχρονική και ανεκτίμητη αξία της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης , που εδράζεται πάντα στη δίψα του μαθητή και στο πάθος του δασκάλου ακόμα και αν τους χωρίζουν πολλά χιλιόμετρα.

Σήμερα η αλματώδης ταχύτητα, με την οποία εξελίσσονται οι σύγχρονες τεχνολογίες, αλλάζει τα δεδομένα σε σύντομο χρονικό διάστημα, μεταμορφώνοντας τον κόσμο μας, δομώντας μία νέα κοινωνία, στην οποία η καθημερινή ζωή θα είναι ευκολότερη για κάθε πολίτη. Όλοι οι τομείς της ζωής είναι επηρεασμένοι απ' το πνεύμα της αλλαγής. Μεγάλη είναι και η επιρροή των νέων τεχνολογιών στον τομέα της εκπαίδευσης δημιουργώντας συνεχώς νέα εργαλεία που στοχεύουν στη βελτίωση της επικοινωνίας και του σχεδιασμού της διδασκαλίας στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση (Λιοναράκης, 1998).Ο νέος ρόλος της εκπαίδευσης συνίσταται στο να εφοδιάσει το σύνολο των πολιτών με τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες, προκειμένου οι πολίτες να ανταποκριθούν στις ολοένα και αυξανόμενες ανάγκες της ψηφιακής εποχής (Αναστασιάδης, 2000)

Σκοπός του 1<sup>ου</sup> κεφαλαίου είναι να παρουσιάσει βασικές έννοιες και θεωρίες της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Πιο συγκεκριμένα, στην υποενότητα 1.2 θα γίνει μία προσπάθεια διερεύνησης των ορισμών που έχουν δοθεί για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Στην υποενότητα 1.3 θα αναφερθούμε στις βασικές της θεωρίες. Στην 1.4 υποενότητα γίνεται αναφορά στην μεθοδολογία και τις μορφές της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και στην



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

υποενότητα 1.5 γίνεται λόγος για την ηλεκτρονική μάθηση. Ολοκληρώνεται το 1<sup>ο</sup> κεφάλαιο με την υποενότητα 1.6 όπου παρουσιάζονται τα γενικά συμπεράσματα.

## **1.2 Εννοιολογική οριοθέτηση ΕξαΕ**

Αν και η εκπαίδευση από απόσταση έχει μία ιστορική διαδρομή 150 ετών, μόλις τη δεκαετία του 1970 άρχισε να χρησιμοποιείται ο όρος «εξ αποστάσεως εκπαίδευση». Το 1982 καθιερώθηκε πλέον και επίσημα και από το ICC (Holmberg, 2002), ο όρος «εκπαίδευση από απόσταση» (Μαυροειδής, Γκιάσος & Κουτσούμπα.,2014) καθώς μέχρι τότε συνήθιζε να κυριαρχεί ο όρος «σπουδές δια αλληλογραφίας».

Αρκετοί θεωρητικοί της ΕξαΕ προσπαθώντας να διατυπώσουν έναν ορισμό για αυτήν και προσεγγίζοντας διαφορετικές πτυχές της, έδωσαν ο καθένας τη δική του εννοιολογική εκδοχή, πράγμα που φανερώνει αφενός τη δυσκολία να διατυπωθεί ένας αποκλειστικός και καθολικός ορισμός για την ΕξαΕ και αφετέρου την πολυδιάστατη και ποικιλόμορφη διάστασή της.

Οι παράγοντες που συνέβαλλαν στη διαμόρφωση των ορισμών της ΕξαΕ σύμφωνα με τον Λιοναράκη (2006) είναι οι ανάγκες των εμπλεκομένων, οι χρονικές αναπροσαρμογές στα μέσα μεταφοράς των πληροφοριών και οι εκπαιδευτικοί προβληματισμοί.

Κατά τον Holmberg (1977:9 όπ. αναφ. στο Keegan,1980) ο όρος ΕξαΕ καλύπτει ποικίλες μορφές μόρφωσης σε όλα τα επίπεδα, η οποία χαρακτηρίζεται από την οργάνωση, την καθοδήγηση και τη διδασκαλία που πηγάζει από μια εκπαιδευτική οργάνωση και όχι από τη συνεχή και άμεση δια ζώσης επίβλεψη των μαθητών από τον καθηγητή.

Ο Loi (1971 :71 -557 όπ. αναφ. στο Keegan,1980 )ορίζει την ΕξαΕ ως την εκπαίδευση που είτε ο καθηγητής δεν βρίσκεται παρών στον τόπο όπου λαμβάνει χώρα η εκπαίδευση, είτε βρίσκεται παρών σε ορισμένες μόνο χρονικές στιγμές, για συγκεκριμένες εργασίες.

Ο Peter (1973:206 όπ. αναφ. στο Keegan,1980)χαρακτηρίζει την ΕξαΕ ως μία βιομηχανοποιημένη μορφή εκπαίδευσης καθώς μέσα από την εφαρμογή αρχών κατάτμησης, εργασίας και οργάνωσης πραγματοποιείται η μετάδοση γνώσεων, δεξιοτήτων και στάσεων. Θεωρεί ότι με την εκτεταμένη χρήση τεχνικών μέσων θα παράγει εκπαιδευτικό υλικό υψηλής ποιότητας που θα έχει τη δυνατότητα να παρέχει μόρφωση ταυτόχρονα, σε μεγάλο πλήθος εκπαιδευόμενων, όπου και αν βρίσκονται.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Ο Moore (1973:664 όπ. αναφ. στο Keegan, 1980)ορίζει ότι η ΕξαΕ μπορεί να οριστεί ως μία οικογένεια εκπαιδευτικών μεθόδων, στην οποία η διδασκαλία και η μάθηση εκτελούνται χωριστά σε σημείο τέτοιο που, όταν είναι απαραίτητο, η επικοινωνία μεταξύ καθηγητή και εκπαιδευόμενου να γίνεται αποκλειστικά και μόνο μέσω του έντυπου λόγου ή μέσω διαφόρων συσκευών.

Από την άλλη ο Λιοναράκης (2005) διατύπωσε ένα νέο ορισμό σύμφωνα με τον οποίο, η ΕξαΕ «είναι η εκπαίδευση που διδάσκει και ενεργοποιεί το μαθητή πώς να μαθαίνει μόνος του και πώς να λειτουργεί αυτόνομα προς μία ευρετική πορεία αυτομάθησης» (Λιοναράκης, 2005, σελ. 26)

Για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση χρησιμοποιούνται όροι όπως: «ανοιχτή» (open), «ευέλικτη» (flexible), «ηλεκτρονική» (e-learning) εκπαίδευση –μάθηση, αλληλεπιδραστική, «πολυμορφική» εκπαίδευση (Λιοναράκη 2001, όπ. αναφ. στο Μανούσου, 2008). Η έννοια «ανοιχτή» που προσδιορίζει την ΕξαΕ αναφέρεται στην εκπαιδευτική πολιτική και στρατηγική της ελεύθερης πρόσβασης σε εκπαιδευτικά ιδρύματα που μπορεί να καλύψει τις μαθησιακές ανάγκες όλων των πολιτών από την πρωτοβάθμια ως την τριτοβάθμια και τη δια βίου μάθηση ανεξάρτητα από την ηλικία, τον τόπο διαμονής, την κοινωνική προέλευση, το μορφωτικό επίπεδο. Εμπεριέχει και στηρίζεται στις έννοιες της ισότητας και της κοινωνικής δικαιοσύνης. Η μάθηση γενικότερα χαρακτηρίζεται «ευέλικτη» καθώς επιτρέπει στο άτομο να επιλέγει τον χώρο, τον χρόνο, τον ρυθμό, τον τρόπο και το περιεχόμενο της μάθησης του. Χαρακτηρίζεται ακόμα με τον όρο «πολυμορφική» , που σύμφωνα με τον Λιοναράκη (2009) «περιλαμβάνει την ποιοτική εκπαίδευση που λειτουργεί με αρχές μάθησης και διδασκαλίας σ' ένα εξ αποστάσεως περιβάλλον». Έτσι ενώ στη «Συμβατική Εκπαίδευση» η εκπαίδευση πραγματοποιείται σε μια αίθουσα διδασκαλίας, όπου ο διδάσκων και οι διδασκόμενοι βρίσκονται στον ίδιο χρόνο και στον ίδιο χώρο (Καρατζά, Πιερράκου, Τζικόπουλος & Αποστολάκης, 2005, όπ. αναφ. στο Αναστασιάδης, 2014), η εξ αποστάσεως εκπαίδευση (distance education) χαρακτηρίζεται από την φυσική απόσταση των εκπαιδευομένων, την ευελιξία ως προς τον τόπο και το χρόνο της πραγματοποίησης της διδασκαλίας, την αυτό-ελεγχόμενη και εξατομικευμένη μάθηση, τη συνεργασία και την επικοινωνία από απόσταση, την άμεση πρόσβαση σε πηγές, ενημέρωση και πληροφόρηση, τον ανομοιογενή πληθυσμό, αλλά και ότι ο κάθε εκπαιδευόμενος επιλέγει το ρυθμό μελέτης του, σύμφωνα με τις ανάγκες και προτιμήσεις του (Μουζάκης, 2011:7).



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Η Σολομωνίδου (2006) συνοψίζει τα χαρακτηριστικά της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, ως εξής: η ηλεκτρονική παροχή του εκπαιδευτικού υλικού, η σύγχρονη και ασύγχρονη επικοινωνία εκπαιδευόμενου με το εκπαιδευτή και άλλους εκπαιδευόμενους, η αυτονομία που αναφέρεται «στο δικαίωμα που έχει το εκπαιδευόμενο άτομο να αναλαμβάνει την ευθύνη της μαθησιακής του πορείας, και πιο συγκεκριμένα, να ορίζει το σκοπό, το περιεχόμενο, τη μέθοδο και την αξιολόγηση της μαθησιακής του διαδικασίας» (Brockett & Hiemstra, 1991; Knowles, 1975; Moore, 1972 *οπ. αναφ. στο Γιαγλής & Κουτσούμπα, 2010*) και η συνεργασία εκπαιδευομένων σε ζευγάρια ή σε μικρές ομάδες όπου μέσω διαλόγου, αντιπαράθεσης, διαπραγμάτευσης οδηγούνται στην εξεύρεση λύσεων σε αληθινά προβλήματα (Adams Becker et al., 2017· Jonassen, 2000, *οπ. αναφ. στο Μίχη κα. 2017*), με στόχο τη μεγιστοποίηση της μάθησης όλων των μελών της ομάδας (Johnson & Johnson, 1996, Wang & Burton, 2010).

Σημαντικοί ακόμα παράμετροι της ΕξαΕ που την καθορίζουν είναι το Εκπαιδευτικό Υλικό, ο Φορέας Υλοποίησης, η Επικοινωνία, ο Εκπαιδευτικός, οι Εκπαιδευόμενοι, αλλά και το πλαίσιο επικοινωνίας. Μεταξύ των παραμέτρων αυτών αναπτύσσεται ένας διαρκής διάλογος, μία επικοινωνία, ανάμεσα στους εκπαιδευόμενους με το εκπαιδευτικό υλικό και τον εκπαιδευτικό και πολύ λιγότερο με τον εκπαιδευτικό φορέα.

Έτσι το εκπαιδευτικό υλικό αποτελεί ένα δομημένο εγχειρίδιο, σχεδιαζόμενο βάση ποιοτικών κριτηρίων, το οποίο έχει ως σκοπό τη μετάδοση γνώσης, προάγοντας παράλληλα την αυτονομία του επιμορφούμενου. (Λιοναράκης, 2001). Διευκολύνει την ανακαλυπτική μάθηση, την αυτοαξιολόγηση, την ανατροφοδότηση, την διερεύνηση, καθοδηγεί και εμπυχώνει (Holmberg, 1995 *οπ. αναφ. στο Μανούσου, 2009:1*) ενθαρρύνει και προάγει την ενεργό συμμετοχή, τη δημιουργικότητα και την κριτική σκέψη (Λιοναράκης, 2001) για να συμβαδίσει με το ιδεώδες και τις προκλήσεις, που προκύπτουν από την εφαρμογή και την παρακολούθηση μίας τέτοιου είδους εκπαίδευσης. Το εκπαιδευτικό υλικό είναι αναγκαίο να δίνει την αίσθηση στον επιμορφούμενο μελετώντας το, ότι έχει δίπλα του έναν καθηγητή. «Η διδασκαλία «εμπεριέχεται» στο διδακτικό υλικό» (Κόκκος, 2001).

Εξίσου σημαντικός και πολυδιάστατος είναι και ο ρόλος του εκπαιδευτικού στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση, καθώς σύμφωνα με τον Κόκκο (2001), έχει πολλαπλούς ρόλους. Είναι συντονιστής, σύμβουλος, εμπυχωτής, βοηθάει τους εκπαιδευόμενους να αναπτύξουν δεξιότητες και τους ενθαρρύνει καθοδηγώντας τους στην αυτονομία. Οι δεξιότητες ενός



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

εκπαιδευτικού σύμφωνα με τον Simpson, (2002, όπ. αναφ. στο Ηλιάδου & Αναστασιάδη, 2006) μπορούν να καταταχθούν σε δύο κατηγορίες. Η πρώτη κατηγορία αφορά τις ακαδημαϊκές δεξιότητες, μερικές από τις οποίες αποτελούν «η γνώση του αντικειμένου μάθησης, η γνώση να διαχειρίζεται μια ομάδα σπουδαστών, να παρουσιάζει να εκθέτει, να αξιολογεί». (Ηλιάδου & Αναστασιάδης, 2006) Η δεύτερη κατηγορία αφορά τις μη ακαδημαϊκές δεξιότητες, παραδείγματα των οποίων συνιστούν «η ικανότητα να ακούει, να διαχειρίζεται προβλήματα άγχους, να είναι ανοικτός και ζεστός απέναντι στους σπουδαστές του.» (Ηλιάδου & Αναστασιάδης, 2006) Ο εκπαιδευτικός καλείται να εκμηδενίσει την απόστασή, υποβοηθώντας τους εκπαιδευόμενους, όποτε χρειάζονται, συζητώντας μαζί τους και επιλύοντας θέματα που τους απασχολούν, καθοδηγώντας τη μελέτη τους, παρέχοντάς τους εποικοδομητική ανατροφοδότηση και εμπυχώνοντάς τους. (Πιερρακέας, Ξένος & Πιντέλας, 2001). Παράλληλα σύμφωνα με το μοντέλο της συναλλακτικής απόστασης του Moore ο εκπαιδευτικός εμφανίζεται ως καθοδηγητής που στηρίζει κάθε διδασκόμενο περισσότερο συναισθηματικά ή λειτουργικά ανάλογα με το βαθμό ικανότητας, θέλησης ή ετοιμότητάς του για αυτόνομη δράση (2007, όπ. αναφ. στο Γιαγλή, Γιαγλής & Κουτσούμπα, 2010)

Εν κατακλείδι ανάμεσα στο εκπαιδευτικό υλικό, τον εκπαιδευτικό και τον εκπαιδευόμενο δημιουργείται το πλαίσιο επικοινωνίας το οποίο διενεργείται με τη χρήση τεχνολογικών μέσων είτε σύγχρονα, είτε ασύγχρονα (Μανούσου, 2008), διαμορφώνοντας με αυτό τον τρόπο ένα καινοτόμο εκπαιδευτικό περιβάλλον, που υποκαθιστά την αμφίδρομη επικοινωνία μεταξύ εκπαιδευτικών και εκπαιδευόμενων, αυξάνει τη διαλογικότητα του εκπαιδευτή με το εκπαιδευτικό περιβάλλον (Γκελαμέρης, 2015), συμβάλλει στην πολυμορφικότητα, στην αλληλεπίδραση, στην ευελιξία, στη διευκόλυνση της μάθησης και στο μαθητοκεντρισμό (Λιοναράκης, 2006), και καθιστά περισσότερο αποτελεσματική τη μάθηση, όταν ο εκπαιδευόμενος έχει τον έλεγχο της μαθησιακής διαδικασίας και συμμετέχει ενεργά στην οικοδόμηση της γνώσης (Garrison, 1989; Baynton, 1992, Resta, 1998, Ryan & Woodward, 1998, Seffah & Bouchard, 1998, Carvin, 1997, Goetter & Kazamek, 1990 όπ. αναφ. στο Μακράκης, 2000).

### 1.3 Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις ΕξαΕ

Όπως διαπιστώσαμε στο προηγούμενο κεφάλαιο έχουν δοθεί διάφοροι ορισμοί για την ΕξαΕ προσπαθώντας να την ξεχωρίσουν από άλλες μορφές εκπαίδευσης. Είναι όμως τόσο ραγδαία εξελισσόμενο το πεδίο αυτό που κάθε προσπάθεια διαμόρφωσης μιας ενιαίας θεωρητικής προσέγγισης για την ΕξαΕ καθίσταται δύσκολη (Μαυροειδής κ.ά, 2014· Μουζάκης, 2006). Σύμφωνα με τον Delling (1966, όπ. αναφ. στο Μαυροειδής κ.ά, 2014) , η πρώτη θεωρητική προσέγγιση για την ΕξαΕ αναπτύχθηκε το 1950, πολύ αργότερα δηλαδή από τη θεσμοθέτησή της. Κατά τη δεκαετία του '70 έγιναν κάποιες προσπάθειες ανάπτυξης θεωρητικών προσεγγίσεων που συναντάμε στη διεθνή βιβλιογραφία, άλλες υπό διαμόρφωση και άλλες μη ολοκληρωμένες από τους Moore, Peters, Holmberg, Wedemeyer, Delling κ.ά

Ο Keegan (2000) ταξινόμησε τις πιο σημαντικές θεωρίες της ΕξαΕ σε τρεις κατηγορίες: Οι *θεωρίες αυτονομίας και ανεξαρτησίας* με κυριότερους εκπρόσωπους τους τον Charles Wedemeyer και τον Michael Moore οι οποίες τοποθετούν τον εκπαιδευόμενο στο κέντρο της εκπαιδευτικής διαδικασίας .

Σύμφωνα με τη θεώρηση αυτή οι συμπεριφορές διδασκαλίας εκτελούνται χωριστά από τη μαθησιακή διαδικασία και η επικοινωνία μεταξύ δασκάλου και μαθητή διευκολύνεται με τη χρήση ηλεκτρονικών ή άλλων μέσων. (Moore , 1990) . Συγκεκριμένα ο Wedemeyer (1977) πρότεινε έξι χαρακτηριστικά των συστημάτων ανεξάρτητων σπουδών συνδέοντας τις έννοιες της αυτο-κατευθυνόμενης και αυτο-ρυθμιζόμενης μάθησης:

- Ο σπουδαστής και ο διδάσκων δεν συνυπάρχουν.
- Η κύρια διαδικασία της διδασκαλίας και της μάθησης διεκπεραιώνεται μέσω του έντυπου υλικού ή με κάποιο άλλο μέσο.
- Η διδασκαλία είναι εξατομικευμένη.
- Η μάθηση είναι το αποτέλεσμα της δραστηριότητας του διδασκόμενου.
- Ο διδασκόμενος μαθαίνει στο περιβάλλον του.
- Ο σπουδαστής έχει την ευθύνη για το ρυθμό της προόδου του/της, με την ελευθερία να αρχίσει και να σταματήσει οποιαδήποτε στιγμή το θελήσει.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Ο Moore (1972) στο άρθρο του “Learner autonomy- the second dimension of independent learning διατύπωσε την άποψη ότι στη σχέση εκπαιδευτή- εκπαιδευόμενου, ο δεύτερος είναι αυτός που καθορίζει τους σκοπούς, τη μαθησιακή εμπειρία, και τις αποφάσεις αξιολόγησης στη μαθησιακή διαδικασία. Ακόμα τόνισε ότι στην Εξαε δεν υπάρχει απλά μία γεωγραφική απόσταση εκπαιδευτή και εκπαιδευόμενου αλλά ότι η έννοια της απόστασης εμπεριέχει σημαντικές παιδαγωγικές διαστάσεις. Δανειζόμενος την έννοια της συναλλαγής (transaction) από τον Dewey, όπως αναφέρεται στο Moore, (1997) πρότεινε την έννοια της συναλλακτικής απόστασης. (Transactional Distance Theory).

Η θεωρία της συναλλακτικής απόστασης επικεντρώνεται σε τρία στοιχεία: τον διάλογο, τη δομή και την αυτονομία του εκπαιδευόμενου.

- Ο διάλογος ορίζεται ως κάτι περισσότερο από μια απλή επικοινωνία και αλληλεπίδραση του μαθητευόμενου και του διδάσκοντα. Συγκεκριμένα, αναφέρεται σε εκείνο το είδος επικοινωνίας που γίνεται με ξεκάθαρους διδακτικούς στόχους, που προϋποθέτει διάθεση συνεργασίας και κατανόησης από τη μεριά του διδάσκοντα και που εν τέλει κατορθώνει να λύσει τα προβλήματα του μαθητευόμενου.

- Η δομή αναφέρεται στα στοιχεία του σχεδιασμού, στην οργάνωση των μαθημάτων και την επίδραση που αυτή έχει στη δέσμευση του εκπαιδευμένου στους μαθησιακούς στόχους τις διδακτικές τεχνικές και τις μορφές αξιολόγησης, καθώς κάποια προγράμματα είναι αρκετά ελαστικά και άλλα όχι. Έτσι όταν το πρόγραμμα είναι αυστηρά δομημένο δεν υφίσταται διάλογος, ενώ όσο μεγαλώνει η συναλλακτική απόσταση, τόσο περισσότερη αυτονομία θα βιώνει ο εκπαιδευόμενος.

- Η αυτονομία του εκπαιδευόμενου είναι πολύ σημαντική γιατί ειδικά σε ένα Εξ αποστάσεως πρόγραμμα δίνεται η δυνατότητα στους μαθητές για αυτό- καθοδηγούμενη – μάθηση, ευέλικτο πλαίσιο δέσμευσης και συναισθηματική ανεξαρτησία. Για τον Moore αυτό είναι πολύ σημαντικό γιατί μειώνει την αίσθηση της απόστασης.

Η θεωρία της «βιομηχανοποίησης της διδασκαλίας» «industrialized from of instruction», με κυριότερο εκπρόσωπο τον Otto Peters Berlin, 1926, υποστηρίζει ότι η Εξαε αποτελεί μία μέθοδο απόκτησης γνώσεων, στάσεων και δεξιοτήτων η οποία πραγματοποιείται με την εφαρμογή του καταμερισμού της εργασίας και των οργανωτικών αρχών καθώς και με την



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

εκτεταμένη χρήση της τεχνολογίας αλλά και την ορθολογική εφαρμογή μεθόδων παραγωγής και διανομής του εκπαιδευτικού υλικού (Peters,1971).

Η θεωρία της "αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας", με κυριότερο εκπρόσωπο τον Bøtje Holmberg,1924, δίνει ιδιαίτερη βαρύτητα στην επικοινωνία μεταξύ εκπαιδευτή και εκπαιδευομένου. Τονίζει την ανάγκη συνεχούς υποστήριξης των εκπαιδευομένων, με έμφαση στο φιλικό, προσωπικό ύφος και τη συμμετοχή των εκπαιδευομένων στη λήψη αποφάσεων. Επιπλέον, αναδεικνύει την σημασία της ενσυναίσθησης και των συναισθημάτων προσωπικής σχέσης μεταξύ εκπαιδευτών και εκπαιδευομένων, ώστε η μάθηση να γίνεται ευχάριστη.

#### **1.4 Μεθοδολογία και μορφές της ΕξαΕ**

Για την αποτελεσματική εφαρμογή της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης απαιτούνται κατάλληλες εκπαιδευτικές μέθοδοι διδασκαλίας και μάθησης (Keegan,1996· Lockwood,1995). Ο Rumble (1989) διακρίνει τα εξής τέσσερα επίπεδα στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση

- Πρώτο επίπεδο: περιλαμβάνει τον εκπαιδευτή, έναν ή περισσότερους εκπαιδευόμενους, το γνωστικό αντικείμενο διδασκαλίας και ένα είδος κοινής συμφωνίας μεταξύ του εκπαιδευτή και των εκπαιδευομένων.
- Δεύτερο επίπεδο : η γεωγραφική απόσταση που υπάρχει μεταξύ του εκπαιδευόμενου, και του εκπαιδευτικού οργανισμού που παρέχει το εξ αποστάσεως πρόγραμμα
- Τρίτο επίπεδο: η διδακτική μεθοδολογία , κατά την οποία, οι εκπαιδευόμενοι βρίσκονται σε απόσταση από τον εκπαιδευτή.
- Τέταρτο επίπεδο : η διαδικασία της αξιολόγησης, η οποία πιθανόν να παρουσιάζει διαφορετικά στοιχεία από την παραδοσιακή διδασκαλία.

Η μεθοδολογία της ΕξαΕ συνιστά μια οργανωμένη δομή από τεχνολογικά μέσα και διαδικασίες που περιλαμβάνει ορισμένα βασικά στοιχεία. Τα στοιχεία αυτά είναι το εκπαιδευτικό υλικό, οι διδακτικές μέθοδοι, η επικοινωνία μεταξύ εκπαιδευτή και εκπαιδευόμενου, καθώς και η αξιολόγηση και η υποστήριξη των εκπαιδευομένων (Μουζάκης, 2006).

Αναλόγως με τις ανάγκες μάθησης, οι μορφές που μπορεί να πάρει η ΕξαΕ διακρίνονται σε: απομακρυσμένη διδασκαλία, διδασκαλία “πρόσωπο με πρόσωπο” και διδασκαλία



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

βασισμένη στη δημιουργία έργου “project” (Μουζάκης, 2006). Ένας βασικός συντελεστής της εξέλιξης της πορείας της ΕξΑΕ, όπως αναφέρουν οι Saba (2005), Λιοναράκης & Φραγκάκη (2010) είναι η ανάπτυξη της τεχνολογίας. Έτσι, στη διαδικασία της μάθησης της ΕξΑΕ εμφανίζονται νέοι τεχνολογικοί όροι, όπως σύγχρονη και ασύγχρονη τηλεεκπαίδευση (Μικρόπουλος, Κιουλάνης, Μουζάκης, Μπέλλου, Παπαχρήστος, Φραγκάκη & Χαλκίδης, 2011) και Μεικτή – Συνδυαστική (Anastasiades, 2012· Bonk & Graham, 2006· Moore & Kearsley, 2012).

Στην ασύγχρονη μορφή εξ αποστάσεως εκπαίδευσης εκπαιδευτικοί και εκπαιδευόμενοι αλληλεπιδρούν σε διαφορετικό χρόνο ανεξάρτητα του γεωγραφικού χώρου στον οποίο μπορεί να βρίσκονται. Αυτό επιτυγχάνεται κυρίως μέσω των προηγμένων τεχνολογιών διαδικτύου. Το σημαντικό πλεονέκτημα της ασύγχρονης ΕξΑΕ είναι η ευελιξία στον χώρο, τον χρόνο και τον ρυθμό της μάθησης (Αναστασιάδης, 2008). Κατά την ασύγχρονη εκπαίδευση ο εκπαιδευτής και ο εκπαιδευόμενος δεν επικοινωνούν την ίδια στιγμή, γεγονός που δίνει τη δυνατότητα στον διδασκόμενο να παρακολουθήσει τα μαθήματα στο χρόνο που επιθυμεί. Εκτός από τα εκπαιδευτικά λογισμικά, παραδείγματα εργαλείων ασύγχρονης εκπαίδευσης αποτελούν, σύμφωνα με τη Δημητρακοπούλου (1999), οι πλατφόρμες ασύγχρονης εκπαίδευσης οι οποίες διακρίνονται σε: α) Συστήματα Διαχείρισης μάθησης (LMS), που επιτρέπουν τη διαχείριση όλων των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων από απόσταση, όπως το moodle (Ellis, 2009) και β) Συστήματα Διαχείρισης Περιεχομένου (CMS), που καλύπτουν διαδικασίες αποτελεσματικής διάδοσης περιεχομένου μέσω διαδικτύου, με κυριότερες εφαρμογές τη συγγραφή, την αποθήκευση, τη δημοσίευση και τη ροή εργασιών, όπως το Joomla (Brauning & Lowndes, 2001).

Στην σύγχρονη μορφή εξ αποστάσεως εκπαίδευσης η διαδικασία της διδασκαλίας και της μάθησης πραγματοποιείται ταυτόχρονα (real-time), όπως κατά τη διάρκεια μιας τηλεδιάσκεψης. Έτσι παρέχεται η δυνατότητα σε εκπαιδευτικούς και εκπαιδευόμενους να αλληλεπιδρούν μέσω ήχου, εικόνας και δεδομένων σε πραγματικό χρόνο ανεξάρτητα του γεωγραφικού χώρου στον οποίο μπορεί να βρίσκονται (Αναστασιάδης, 2004· 2008· Καμπουράκης & Λουκής, 2006). Το σημαντικό πλεονέκτημα της τηλεδιάσκεψης (υπό παιδαγωγικές προϋποθέσεις) είναι η αμεσότητα που προσδίδει στην επικοινωνία και η αίσθηση της κοινότητας (Anastasiades et al., 2010· Κόλλιας, 2006).

Η Μεικτή – Συνδυαστική μορφή εξ αποστάσεως εκπαίδευσης δημιουργήθηκε θέλοντας να συνδυάσει τα θετικά στοιχεία της σύγχρονης και ασύγχρονης μορφής ΕξΑΕ και της



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

πρόσωπο με πρόσωπο διδασκαλίας (Anastasiades, 2012), συμβάλλοντας στην πραγμάτωση του οράματος του Simonson όπως αυτό διατυπώθηκε στην θεωρία της ισοδυναμίας (Simonson, 2012) δημιουργώντας έτσι τις προϋποθέσεις για ένα ολοκληρωμένο περιβάλλον συνδυαστικής μάθησης (Αναστασιάδης, 2005· 2008).

Αναλυτικότερα, σύμφωνα με τον Αναστασιάδη (2008) ο όρος μεικτή - συνδυαστική μάθηση χρησιμοποιείται για να περιγράψει τέσσερις διαφορετικές διαστάσεις :

- Το συνδυασμό ή την ανάμειξη ποικίλων μορφών δικτυακής τεχνολογίας (π.χ. σύγχρονη, ασύγχρονη, web1.0, web 2.0) με σκοπό την επίτευξη εκπαιδευτικού στόχου.
- Το συνδυασμό παιδαγωγικών προσεγγίσεων (π.χ. εποικοδομισμό, συμπεριφορισμό κ.ά.) με στόχο την παραγωγή θετικού μαθησιακού αποτελέσματος με ή και χωρίς τη χρήση διδακτικής τεχνολογίας.
- Το συνδυασμό οποιασδήποτε μορφής διδακτικής τεχνολογίας με πρόσωπο με πρόσωπο διδασκαλία.
- Το συνδυασμό ή την ανάμειξη διδακτικής τεχνολογίας σε πραγματικές εργασιακές συνθήκες.

Ωστόσο, όπως επισημαίνεται, δεν υπάρχει μια συγκεκριμένη μέθοδος, η οποία να εγγυάται τη μάθηση σε περιβάλλοντα μεικτής - συνδυαστικής μάθησης (Valiathan, 2002· Rosbottom· 2001). Για αυτό και οι Dziuban, Hartman και Moskal (2004) υποστηρίζουν ότι για τη μέγιστη δυνατή επιτυχία του μεικτού - συνδυαστικού μοντέλου μάθησης απαιτείται μια καλά οργανωμένη διδακτική προσέγγιση, η οποία να περιλαμβάνει ένα διδακτικό μοντέλο βασισμένο σε εκπαιδευτική θεωρία, υλικοτεχνική υποδομή, μηχανισμούς διαμορφωτικής και τελικής αξιολόγησης.

Πολλά από τα εκπαιδευτικά εξ αποστάσεως προγράμματα υλοποιούνται με συνδυασμό και των δύο τρόπων προσφέροντας στον διδασκόμενο μια πιο ολοκληρωμένη μαθησιακή εμπειρία. Ταυτόχρονα, με τη χρήση μεθόδων σύγχρονης εξ αποστάσεως εκπαίδευσης ενισχύεται η επικοινωνία μεταξύ εκπαιδευόμενου και εκπαιδευτή και μειώνεται το αίσθημα αποξένωσης μεταξύ τους (Αναστασιάδης, 2008).

## **1.5 Ηλεκτρονική μάθηση**

Ολοένα και περισσότερο παρατηρείται η αλματώδης αύξηση με την οποία εξελίσσεται η ηλεκτρονική μάθηση, ανοίγοντας νέους δρόμους στον τομέα της μάθησης (Keegan 2000,



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Schapiro 2003). Με τον όρο ηλεκτρονική μάθηση (e-learning) ή «τεχνολογικά υποστηριζόμενη μάθηση» εννοούμε «τη μάθηση στην οποία οι Τεχνολογίες Πληροφορίας και Επικοινωνιών-ΤΠΕ (Information and Communications Technologies-ICT), κυρίως το Διαδίκτυο (Internet) κι ο Παγκόσμιος Ιστός (World Wide Web) χρησιμοποιούνται για να βοηθήσουν να δημιουργηθούν και να προωθηθούν διασυνδέσεις, σχέσεις και δράσεις μεταξύ εκπαιδευομένων, μεταξύ εκπαιδευομένων και εκπαιδευτών καθώς και μεταξύ εκπαιδευομένων και πόρων μαθησιακού υλικού και μαθησιακών εργαλείων» (Goodyear et. al., 2004, όπ. αναφ. στο Πετροπούλου, 2011:20)

Σύμφωνα με τους Σοφό, Κώστα και Παράσχου (2015) η έννοια του διαδικτύου είναι πυρηνική για την ηλεκτρονική μάθηση, ώστε άλλοι ερευνητές, όπως ο Gillani (2003), να ταυτίζουν τις δύο έννοιες: «η ηλεκτρονική μάθηση περιλαμβάνει εκπαιδευτικά, διδαχτικά και μαθησιακά προγράμματα που χρησιμοποιούν δικτυωμένες τεχνολογίες ως μέσο για την παροχή διδασκαλίας»

Τις δύο τελευταίες δεκαετίες έχουν σημειωθεί ραγδαίες εξελίξεις στην ανάπτυξη του διαδικτύου, ώστε να εισαχθεί μάλιστα το 2005 από τον Tom O' Reily ο όρος web 2.0, προκειμένου να γίνει διάκριση από τα χαρακτηριστικά και τις δυνατότητες της πρώτης γενιάς διαδικτύου (web 1.0). Σύμφωνα με τον Ulf-Daniel Ehlers (2013) το web 2.0 δεν αποτελεί απλά ένα νέο είδος τεχνολογίας του διαδικτύου, αλλά μάλλον «μία στροφή προς ένα καινούριο παράδειγμα», μία καινούρια εποχή. Η ανάπτυξη μάλιστα είναι τόσο γρήγορη που σχεδόν καθημερινά βγαίνουν νέα εργαλεία, νέες υπηρεσίες και νέες εφαρμογές. Οι περισσότερες εφαρμογές είναι ανοιχτού κώδικα (open source) προσβάσιμες δηλαδή από όλους τους χρήστες, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν υπάρχουν κι εφαρμογές στις οποίες γίνεται εμπορική εκμετάλλευση.

Η σημαντικότερη ίσως πλευρά του web 2.0 είναι ότι μπορεί να υποστηρίξει μία πιο κοινωνική, συνεργατική και άτυπη προσέγγιση στη μάθηση. Σύμφωνα με αυτήν την προσέγγιση οι εκπαιδευόμενοι αυτο-οργανώνονται, αναζητούν και παίρνουν οι ίδιοι τις αποφάσεις για τυπικούς και άτυπους τρόπους ανάπτυξης, βελτίωσης και αξιολόγησης της μάθησής τους. Παράλληλα, γίνεται χρήση όλων των σύγχρονων, ασύγχρονων και κινητών τεχνολογικών μέσων, εργαλείων και συσκευών από τους εκπαιδευόμενους. Αυτό σημαίνει ότι οι γνώσεις δεν παράγονται αποκλειστικά από ειδικούς και εκπαιδευτές αλλά και από εκπαιδευόμενους, προκειμένου να επιτευχθεί η συνεργατική ηλεκτρονική μάθηση



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

(cooperative learning). Μ' αυτόν τον τρόπο, το περιεχόμενο του διαδικτύου γίνεται συμμετοχικό, διευκολύνεται ο διαμοιρασμός και η ανταλλαγή του περιεχομένου της γνώσης μεταξύ των εκπαιδευόμενων -χρηστών, με αποτέλεσμα τη διευκόλυνση της διαδικασίας της μάθησης και γι' αυτό ακριβώς το παραγόμενο λογισμικό έχει χαρακτηριστεί κοινωνικό. Ο όρος «κοινωνικό λογισμικό» αναφέρεται στο λογισμικό που δημιουργείται συμμετοχικά από τους χρήστες, καταναλώνεται, αναμιγνύεται και επαναστοχοθετείται από τους ίδιους». Έτσι οι εκπαιδευόμενοι οικοδομούν τη νέα γνώση βασιζόμενοι στην αυτορρυθμιζόμενη μάθηση αλλά και στην αλληλεπίδραση και ανταλλαγή απόψεων και ιδεών με τους συνεκπαιδευόμενους τους.

Η δημιουργία διαδικτυακών εκπαιδευτικών ιστότοπων, οι πλατφόρμες διεξαγωγής ηλεκτρονικών μαθημάτων μέσω διαδικτύου, η ηλεκτρονική σχολική τάξη, τα διαδικτυακά μαθήματα MOOCs, οι πλατφόρμες τηλεδιάσκεψης, οι εφαρμογές διαμοιρασμού video, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα ιστολόγια, η on line δημιουργία και επεξεργασία εγγράφων, τα διαδραστικά σχολικά βιβλία, η πολυγλωσσική διαδικτυακή εγκυκλοπαίδεια wikipedia, η μικτή μάθηση (blended learning), είναι μερικές μόνο από τις δυνατότητες εφαρμογής των νέων τεχνολογιών στην εκπαίδευση.

Η ηλεκτρονική μάθηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση και κατάρτιση αλλά και υποστηρικτικά στη συμβατική, πρόσωπο-με-πρόσωπο διδασκαλία. Σύμφωνα με τον Αθανίτη (2008) υπάρχει διαχωρισμός μεταξύ της εκπαίδευσης από απόσταση (Distance Learning) και της ηλεκτρονικής μάθησης (elearning), αφού «για να πραγματοποιηθεί αποδοτικά εκπαίδευση από απόσταση θα πρέπει να χρησιμοποιηθούν σε πολύ μεγάλο βαθμό τεχνολογικά εργαλεία και τεχνικές, η συνεισφορά των οποίων κρίνεται καθοριστική στη δημιουργία του ηλεκτρονικού εκπαιδευτικού υλικού και που άπτονται της ηλεκτρονικής μάθησης».

Καθοριστικός παράγοντας για την αποτελεσματικότητα της ηλεκτρονικής μάθησης αποτελεί ο συνδυασμός της τεχνολογίας και του εκπαιδευτικού σχεδιασμού (που στηρίζεται σε κατάλληλες θεωρίες μάθησης). Η πολύμορφη και πολυδιάστατη εξάπλωση του e-learning, έχει φέρει στο επίκεντρο ποικίλες παιδαγωγικές προσεγγίσεις για την ηλεκτρονική μάθηση

Η πολυδιάστατη εφαρμογή της ηλεκτρονικής μάθησης συνήθως αντικατοπτρίζεται α) στις διαφορετικές μορφές εκπαίδευσης που παρέχεται (π.χ. σύγχρονη, ασύγχρονη, μεικτή) αλλά και β) στους διαφορετικούς τύπους e-learning προγραμμάτων που "υποστηρίζει" (π.χ.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

αυτομάθηση, τηλε-διδασκαλία, υποβοηθούμενη μάθηση, κ.α.). Μπορεί ακόμα και να λειτουργήσει συμπληρωματικά προς την παραδοσιακή διδασκαλία στην τάξη καθώς και να την υποκαταστήσει. Επιπρόσθετα η ηλεκτρονική μάθηση μπορεί να εφαρμοστεί όχι μόνο για εκπαιδευτικούς σκοπούς στη αλλά και για επιμορφωτικούς. Έτσι οι γνώσεις διανέμονται μεταξύ των εκπαιδευομένων σε οποιαδήποτε ηλικία και σε οποιοδήποτε τόπο και αν κατοικούν μέσω της ανταλλαγής των γνώσεων που πραγματοποιείται με τη βοήθεια των διαδικτυακών εργαλείων. Δικαίως η ηλεκτρονική μάθηση παιδαγωγικά θεωρείται ο υποστηρικτής της Διά Βίου Εκπαίδευσης και της συνεχιζόμενης επαγγελματικής ανάπτυξης των μαθητευομένων.

Οι εκπαιδευόμενοι που παίρνουν μέρος σε ένα πρόγραμμα ηλεκτρονικής μάθησης έχουν τη δυνατότητα μέσω σύγχρονων ή ασύγχρονων τεχνολογικών μέσων και εργαλείων να συμμετέχουν στην εκπαιδευτική πορεία. Διευκολύνεται έτσι η αυτονομία, η εξατομίκευση και η ευελιξία στον χώρο, τον χρόνο και τον ρυθμό της μάθησης (Αναστασιάδης, 2008)

Ακόμα σημαντικό ρόλο στην ηλεκτρονική μάθηση αποτελεί η επικοινωνία και η διάδραση των συνεκπαιδευομένων μέσα σε ένα αλληλεπιδραστικό ηλεκτρονικό περιβάλλον μάθησης. Οι εκπαιδευόμενοι δύνανται να επικοινωνήσουν και να αλληλεπιδράσουν τόσο μεταξύ τους και με το διδάσκοντα, όσο και με το ψηφιακό εκπαιδευτικό υλικό, μέσω της διεκπεραίωσης των εργασιών και δραστηριοτήτων. Αυτές οι αλληλεπιδραστικές σχέσεις λαμβάνουν χώρα στην εικονική τάξη μέσω των τηλεδιασκέψεων που πραγματοποιούνται στην πλατφόρμα τηλεκπαίδευσης σε πραγματικό χρόνο και σε οποιοδήποτε τόπο, χωρίς να απαιτείται η φυσική παρουσία διδασκόντων και διδασκομένων.

## **1.6 Συμπεράσματα**

Βασίζομενοι στην παραδοχή ότι κάθε άνθρωπος θα πρέπει να έχει πρόσβαση στη γνώση, γεννήθηκε η ιδέα της ΕξαΕ. Διαχρονικότερη από ποτέ, η ΕξαΕ σήμερα, σε ένα ραγδαίο μεταβαλλόμενο κοινωνικό και επαγγελματικό περιβάλλον, όπου η ανάγκη για συνεχή βελτίωση και αναβάθμιση των γνώσεων, των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων του ατόμου για τη συνέχιση της προσωπικής του και επαγγελματικής του ανάπτυξης, εδραιώνει την ύπαρξη της.

Στην διαδρομή των 150 χρόνων της, η ΕξαΕ έχει λάβει πολλές μορφές και είναι δύσκολο να της αποδοθεί ένας συγκεκριμένος εννοιολογικός προσδιορισμός. Γενικά μπορούμε να



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

πούμε ότι η ΕξαΕ αποτελεί μία μορφή εκπαίδευσης, η οποία διαφοροποιείται από άλλες εκπαιδευτικές μεθόδους, την οποία χαρακτηρίζει η απόσταση, χωρική και χρονική, και η οποία λειτουργεί βασιζόμενη σε εκπαιδευτικές αρχές, και έχει ανάγκη τα μέσα επικοινωνίας και μεταφοράς πληροφοριών, για να φέρει σε επαφή εκπαιδευόμενους, εκπαιδευτικό υλικό και εκπαιδευτές, ενώ στηρίζεται σε κάποιον επίσημο εκπαιδευτικό φορέα, ο οποίος οργανώνει, συντονίζει και υποβοηθά την εκπαιδευτική διαδικασία.

Επιπλέον έχουν αναπτυχθεί πολλές θεωρητικές προσεγγίσεις σε μια προσπάθεια για ορθότερη κατανόηση και εφαρμογή των νέων μεθόδων και πρακτικών στη διαδικασία της μάθησης. Η ανεξαρτησία και αυτονομία των εκπαιδευόμενων, οι προοπτικές αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας καθώς και ζητήματα οργάνωσης της εκπαιδευτικής διαδικασίας, βρίσκονται στο επίκεντρο των θεωριών που κατά καιρούς έχουν διατυπωθεί γύρω από το επιστημονικό πεδίο της ΕξαΕ

Τέλος η εξελικτική πορεία της εκπαίδευσης από απόσταση, φαίνεται να είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τη τεχνολογική πρόοδο, γεγονός που οδηγεί στην παραδοχή, ότι η τεχνολογία θα συνεχίσει να αποτελεί διαμορφωτικό παράγοντα της ΕξαΕ και στο άμεσο μέλλον.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **2. Εκπαίδευση ενηλίκων**

### **2.1 Εισαγωγή**

Η ιστορία της Εκπαίδευσης Ενηλίκων ξεκινά από το τέλος του 19<sup>ου</sup> αιώνα. Οι μετακινήσεις πληθυσμών, η κρίση παραδοσιακών κοινωνικών δομών, τα φαινόμενα κοινωνικού αποκλεισμού και οι τεχνολογικές εξελίξεις είχαν ως αποτέλεσμα την όξυνση της ανεργίας και την ανάγκη αναδιαμόρφωσης των σύγχρονων εθνικών οικονομιών. Έτσι, λοιπόν, η πρόσβαση στη γνώση και στην απόκτηση νέων δεξιοτήτων, η συνεχής εξειδίκευση, η εκπαίδευση, η κατάρτιση αποτέλεσαν στόχο κάθε ατόμου, με σκοπό την ένταξη του στην κοινωνία και τον επαγγελματικό χώρο, ο οποίος θα ικανοποιηθεί μέσω της εκπαίδευσης ενηλίκων.

Στις μέρες μας οι άνθρωποι περισσότερο από ποτέ, αναζητούν μορφωτικά εφόδια, πέραν αυτών που τους εξασφάλισε η υποχρεωτική εκπαίδευση. Η αυξανόμενη ζήτηση για εκπαιδευτικές και μορφωτικές δραστηριότητες, αποτελεί συνέπεια της έκρηξη των πληροφοριών και της ταχύτατης μετάδοσής τους, της πολυπολιτισμικότητας των κοινωνιών αλλά και της ανάγκης για αυτοπραγμάτωση μέσω της γνώσης. Παράλληλα οι αλλαγές που επιφέρει η εξέλιξη της τεχνολογίας επηρεάζουν συνολικότερα τις καθημερινές δραστηριότητες όλων των πολιτών καθιστώντας αναγκαία την ανάληψη μέτρων στο πλαίσιο της εκπαίδευσης ενηλίκων προκειμένου να διασφαλιστούν ίσες ευκαιρίες συμμετοχής στο οικονομικό και κοινωνικό γίνεσθαι (Βεργίδης, 1994).

Σκοπός του κεφαλαίου 2 είναι να παρουσιαστούν οι βασικές έννοιες και θεωρίες της εκπαίδευσης ενηλίκων. Πιο συγκεκριμένα, στην υποενότητα 2.2 θα γίνει μία προσπάθεια διερεύνησης των ορισμών που έχουν δοθεί για την εκπαίδευση ενηλίκων, στην υποενότητα 2.3 θα αναφερθούμε στις βασικές θεωρίες όπως έχουν διατυπωθεί από τους σημαντικότερους μελετητές του πεδίου της εκπαίδευσης ενηλίκων. Στη συνέχεια, ακολουθεί η υποενότητα 2.4 όπου παρατίθενται τα χαρακτηριστικά των ενηλίκων εκπαιδευόμενων ενώ στην ενότητα 2.5 αναλύονται οι βασικές αρχές που διέπουν την εκπαίδευση τους. Στην υποενότητα 2.6 επισημαίνεται η συμβολή της ΕξαΕ στην εκπαίδευση ενηλίκων και ολοκληρώνεται η δεύτερη ενότητα με την υποενότητα 2.7 και τα γενικά συμπεράσματα.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **2.2 Εννοιολογική οριοθέτηση Εκπαίδευσης Ενηλίκων**

Διεθνείς οργανισμοί όπως ο Οργανισμός Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης (Ο.Ο.Σ.Α.) και ο Εκπαιδευτικός, Επιστημονικός και Πολιτιστικός Οργανισμός των Ηνωμένων Εθνών (UNESCO) αναφέρονται στην εκπαίδευση ενηλίκων χρησιμοποιώντας ενίοτε τους όρους “Δια Βίου Μάθηση και Εκπαίδευση”, “Κατάρτιση Ενηλίκων” ή “Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση και Κατάρτιση”, γεγονός που δείχνει ότι δεν υπάρχει ξεκάθαρο εννοιολογικό πλαίσιο (Rogers, 1999).

Σύμφωνα με τον Griffin, (2006b, όπ. αναφ. στο Σιδηρόπουλος, 2018:2) η εκπαίδευση ενηλίκων έχει να κάνει με τη δια βίου εκπαίδευση ατόμων και των δύο φύλων, τα οποία έχουν στόχο να αναπτυχθούν και να εξελιχθούν, συμβάλλοντας «στον κοινωνικό μετασχηματισμό της κοινωνίας, μέσω της ανάπτυξης κοινωνικογνωστικών και συναισθηματικών ικανοτήτων και λειτουργικών δεξιοτήτων, της απόκτησης γνώσεων και της εσωτερίκευσης ποικίλων αξιών, αρχών και ευαισθησιών για ένα ευρύ φάσμα ζητημάτων της καθημερινής ατομικής και κοινωνικής τους ζωής»

Κατά τον ορισμό που έχει αποδώσει ο Ο.Ο.Σ.Α. (1977, όπ. αναφ. στο Κοντάκος & Γκόβαρης, 2006:5) στην επιμόρφωση ενηλίκων, όταν μιλάμε για εκπαίδευση ενηλίκων, αναφερόμαστε στη μορφή της εκπαίδευσης η οποία έχει συσταθεί από κάποιον εκπαιδευτικό φορέα, για την κάλυψη αναγκών ή της επιθυμίας για κατάρτιση, ατόμων τα οποία δεν ανήκουν στην ηλικιακή ομάδα παρακολούθησης της βασικής εκπαίδευσης, όντας μεγαλύτεροι ηλικιακά, με την εκπαίδευση να μην αποτελεί την κύρια ασχολία τους

Η ΟΥΝΕΣΚΟ (1976, όπ. αναφ. στο Μουζάκης, 2006 :13) μιλώντας για την επιμόρφωση ενηλίκων, κάνει λόγο για «οργανωμένα προγράμματα εκπαίδευσης», τα οποία σχεδιάζονται με σκοπό την κάλυψη των αναγκών, ατόμων που έχουν περάσει το στάδιο της αρχικής εκπαίδευσης και έχουν ως στόχο τον εφοδιασμό τους με γνώσεις και δεξιότητες, εφόδια τα οποία θα τους συνοδεύσουν στην υπόλοιπη ζωή τους.

## **2.3 Θεωρίες Εκπαίδευσης Ενηλίκων**

Μελετώντας κανείς σύνολο αρκετών θεωριών που έχουν διατυπωθεί για την εκπαίδευση των ενηλίκων παρατηρεί ότι βασίζονται σε διαφορετικό ψυχολογικό ή κοινωνιολογικό υπόβαθρο. Οι περισσότερες από αυτές καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι βασικά στοιχεία στη μάθηση ενηλίκων αποτελούν οι εμπειρίες και τα βιώματά τους. Φιλοσοφικός



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

θεμελιωτής της δια βίου εκπαίδευση θεωρείται ο Dewey (1986), ο οποίος θεωρεί ότι η ανάπτυξη και η μάθηση μπορούν να συνεχιστούν σε όλη τη διάρκεια της ενήλικης ζωής του ατόμου (Peter Jarvis, 2007). Ο Κόκκος (2005) αναφέρεται στους τρεις θεμελιωτές της εκπαίδευσης ενηλίκων, τον Malcolm Knowles, τον Paulo Freire και τον Jack Mezirow και στις θεωρίες που ανέπτυξαν για τον τρόπο που μαθαίνουν οι ενήλικοι.

Στα τέλη της δεκαετίας του 1960, αναπτύχθηκε η θεωρία της ανδραγωγικής. Αν και θεμελιωτής της ήταν E. Lindeman, ο M. Knowles υπήρξε αυτός που την επεξεργάστηκε περισσότερο. Το όνομα της θεωρίας αυτής υποδηλώνει τη βούληση των εμπνευστών της να υπογραμμίσουν τη διαφοροποίηση της εκπαίδευσης ενηλίκων έναντι της εκπαίδευσης των ανηλίκων (Κόκκος, 2005). Η θεωρία της ανδραγωγικής αναφέρεται στην ανάγκη των ενηλίκων εκπαιδευομένων για αυτοπραγμάτωση, δηλαδή για αναγνώριση και ανάπτυξη όλου του δυναμικού τους. Δίνει ιδιαίτερη έμφαση στον τρόπο με τον οποίο οι εκπαιδευτές μπορούν να διευκολύνουν τους εκπαιδευομένους, ώστε να επιτύχουν αυτόν τον στόχο (Kolb, 1984). Το ανδραγωγικό μοντέλο σύμφωνα με τον Knowles (1984:14-18, όπ. αναφ. Κόκκος 2007) αποτελείται από επτά στοιχεία τα οποία πρέπει να λάβουν υπόψη τους οι εκπαιδευτές ενηλίκων για να διευκολύνεται η διαδικασία της μάθησης και να οργανώνονται κατάλληλα οι εμπειρίες που πρέπει να βιώσουν οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι.

- Την διαμόρφωση ευνοϊκού κλίματος για μάθηση (υλικού, ψυχολογικού, ανθρώπινου).
- Την εμπλοκή των ενηλίκων εκπαιδευομένων στον από κοινού σχεδιασμό
- Την εμπλοκή των ενηλίκων εκπαιδευομένων στη διάγνωση των μαθησιακών αναγκών
- Την εμπλοκή των ενηλίκων εκπαιδευομένων στην διατύπωση των μαθησιακών στόχων
- Την εμπλοκή των ενηλίκων εκπαιδευομένων στην κατάστρωση μαθησιακών σχεδίων τους
- Την αρωγή των ενηλίκων εκπαιδευομένων στην εφαρμογή των σχεδίων τους
- Την εμπλοκή των ενηλίκων εκπαιδευομένων στην αξιολόγηση της μαθησιακής τους πορείας.

Τη δεκαετία του 1960 αναπτύχθηκε η θεωρία της “Εκπαίδευσης για την Κοινωνική Αλλαγή” του P. Freire αρχικά στη Βραζιλία σε μία προσπάθεια καταπολέμησης του



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

αναλφαβητισμού. Η μάθηση, κατά τον Freire, πρέπει να έχει ως στόχο τη χειραφέτηση των ατόμων, γεγονός που θα οδηγήσει στην αλλαγή των κοινωνικών δομών (Κόκκος, 2005). Ο Freire πιστεύει ότι οι κοινωνικά αποκλεισμένοι και καταπιεσμένοι διαμορφώνουν αλλοτριωμένες συνειδήσεις και υιοθετούν αξίες και πρότυπα, που δεν ανήκουν στην πραγματικότητα την οποία οι ίδιοι βιώνουν, γι' αυτό και ο ρόλος της εκπαίδευσης ενηλίκων είναι να απελευθερώνει τους εκπαιδευομένους και να προάγονται στοιχεία όπως ο διάλογος, η επικοινωνία, η δημιουργικότητα.

Το 1977 παρουσιάστηκε από τον J. Mezirow η θεωρία της μετασχηματίζουσας μάθησης και πέρασε από συνεχή έλεγχο και αναθεώρηση για 30 ολόκληρα χρόνια. Η θεωρία της μετασχηματίζουσας μάθησης δίνει ιδιαίτερη έμφαση στην αξιοποίηση των εμπειριών των εκπαιδευομένων. Υποστηρίζει ότι η μάθηση δεν αποτελεί απλή συσσώρευση νέων γνώσεων, οι οποίες προστίθενται σε παλαιότερες, αλλά ότι είναι μια διεργασία κατά την οποία αρκετές βασικές αξίες και παραδοχές, με βάση τις οποίες λειτουργούμε, αλλάζουν. Η μετασχηματίζουσα μάθηση είναι μάθηση που μετασχηματίζει πλαίσια αναφοράς, έτσι ώστε αυτά να γίνουν περισσότερο περιεκτικά, ανοικτά, στοχαστικά και συναισθηματικά έτοιμα για αλλαγή (Mezirow, 1991). Ο Mezirow (1991) προτείνει δεκαπέντε τρόπους για την ενεργοποίηση της μετασχηματίζουσας μάθησης. Μέσα στους τρόπους αυτούς περιλαμβάνονται οι ιστορίες ζωής, η ανάλυση των κρίσιμων συμβάντων, η τήρηση ημερολογίου, η αξιοποίηση βιβλιογραφικών πηγών, ο διάλογος που ανιχνεύει τις πεποιθήσεις των ατόμων, η υπόδυση ρόλων κ.λπ

## **2.4 Χαρακτηριστικά ενηλίκων**

Παρά το γεγονός ότι τα μέλη μιας ομάδας ενηλίκων αποτελούν ένα ανομοιογενές σύνολο ατόμων με διαφορές σε πολλούς τομείς όπως η ηλικία, το φύλο, η προηγούμενη εμπειρία, οι προϋπάρχουσες γνώσεις, τα κίνητρα, οι στόχοι, οι ατομικές ανάγκες και άλλες ωστόσο διακρίνονται επτά χαρακτηριστικά σύμφωνα με τον (Κόκκος, 2007-α) που ισχύουν για το μεγαλύτερο μέρος των εκπαιδευόμενων ενηλίκων όποια και αν είναι η κατάσταση τους ή το στάδιο εξέλιξής τους.

1. Οι συμμετέχοντες είναι εξ ορισμού ενήλικοι.
2. Βρίσκονται σε εξελισσόμενη διεργασία ανάπτυξης, όχι στο ξεκίνημα μιας διεργασίας
3. Φέρνουν μαζί τους ένα σύνολο εμπειριών και αξιών



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

4. Έρχονται στην εκπαίδευση με δεδομένες προθέσεις.
5. Έρχονται με προσδοκίες αναφορικά με τη μαθησιακή διεργασία.
6. Έχουν ανταγωνιστικά ενδιαφέροντα.
7. Έχουν διαμορφώσει ήδη τα δικά τους μοντέλα μάθησης

## 2.5 Βασικές αρχές εκπαίδευσης ενηλίκων

Βασιζόμενοι στα χαρακτηριστικά που διακρίνουν τους ενήλικες εκπαιδευόμενους, αναπτύχθηκαν οι βασικές αρχές μάθησης ενηλίκων, που χρειάζεται να εφαρμόζονται για την εξασφάλιση της αποτελεσματικότητας των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων.

Αρχή πρώτη: Σε ένα πρόγραμμα εκπαίδευσης ενηλίκων είναι ανάγκη οι νέες γνώσεις να συνδέονται με την εφαρμογή τους στη πράξη. Οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι επιζητούν την ενεργό συμμετοχή τους σε όλες τις φάσεις της επιμορφωτικής τους διαδικασίας. Αυτή η αρχή θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά το σχεδιασμό ενός προγράμματος εκπαίδευσης ενηλίκων, ώστε να εξασφαλίζεται η ενεργητική συμμετοχή των διδασκόμενων καθ' όλη τη διάρκεια της μάθησης (Κόκκος & Λιοναράκης, 1998)

Αρχή δεύτερη : Επίκεντρο της εκπαιδευτικής διεργασίας είναι οι εκπαιδευόμενοι. Για να ενεργοποιηθεί κάθε εκπαιδευόμενος, να δείξει ενδιαφέρον και να συμμετέχει αποτελεσματικά σε ένα επιμορφωτικό πρόγραμμα, πρέπει να διακρίνει με σαφήνεια τη χρησιμότητα που έχει για εκείνον το επιμορφωτικό πρόγραμμα που παρακολουθεί. Επομένως η εκπαιδευτική διεργασία προσαρμόζεται στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα των ενηλίκων εκπαιδευομένων, και στον ρυθμό που θέλουν και μπορούν να μαθαίνουν με αποτέλεσμα να καθίσταντο οι ίδιοι συνυπεύθυνοι για τη πορεία της μάθησης τους . (Κόκκος & Λιοναράκης, 1998)

Αρχή τρίτη: Η πορεία προς τη γνώση είναι ευρετική. Ο εκπαιδευόμενος πρέπει να ανακαλύπτει τη νέα γνώση μέσα από την πράξη, να υπάρχει αλληλεπίδραση των εκπαιδευομένων με το αντικείμενο της μάθησης , πράγμα που επιτυγχάνεται όταν οι εμπειρίες και οι γνώσεις τους συνδέονται με το περιεχόμενο της. (Κόκκος & Λιοναράκης, 1998)

Αρχή τέταρτη: Κριτικός τρόπος σκέψης. Οι ενήλικοι ως εκπαιδευόμενοι, ενθαρρύνονται να διερευνήσουν όσα πρόκειται να διδαχθούν εκ νέου υιοθετώντας μια κριτική



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

προσέγγιση. Έτσι η μάθηση αποτελεί προϊόν σύνθετης σκέψης και εμπειρίας και βαθύτερης κατανόησης.(Κόκκος & Λιοναράκης, 1998)

Αρχή πέμπτη: Αμφίδρομες σχέσεις διδασκόντων- διδασκόμενων. Σχέσεις που οφείλουν να διέπονται από διάλογο, σεβασμό στις απόψεις του άλλου, ανταλλαγή εμπειριών, ειλικρίνεια, αποδοχή, συνεργασία , επιβράβευση, ώστε να υπάρξει αποτελεσματικότητα στο επιμορφωτικό πρόγραμμα ενηλίκων.(Κόκκος & Λιοναράκης, 1998)

## **2.6 Η συμβολή της Εξαε στην εκπαίδευση ενηλίκων**

Μέχρι τα τέλη της δεκαετίας του 1990 δεν παρατηρείται έντονο ενδιαφέρον για τα εξ αποστάσεως εκπαιδευτικά προγράμματα ενηλίκων καθώς οι ενήλικες φαίνεται να εκφράζουν έντονη αβεβαιότητα για την φυσική απόσταση από τον εκπαιδευτή, για τις διαδικασίες αυτορρυθμιζόμενης μάθησης και τα εκπαιδευτικά αποτελέσματα της όλης εκπαιδευτικής διαδικασίας (Νικολάκη & Κουτσούμπα 2013). Ωστόσο σταδιακά παρατηρείται ότι ολοένα και περισσότεροι ενήλικες προτιμούν τα ευέλικτα εξ αποστάσεως εκπαιδευτικά προγράμματα που δίνουν την ευκαιρία σε όσους επιθυμούν να τα παρακολουθήσουν σε οποιαδήποτε χρονική στιγμή τα επιλέξουν.

Έτσι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση, ως μέθοδος επιμόρφωσης μπορεί να εφαρμοστεί με πολλούς τρόπους (σύγχρονη ή ασύγχρονη), με διαφορετική οργάνωση διδασκαλίας (ηλεκτρονική τάξη, εξατομικευμένη μάθηση, συνεργατική μάθηση), σε διάφορα επίπεδα και τύπους εκπαιδευόμενων και με διαφορετικές παιδαγωγικές και μαθησιακές κατευθύνσεις και στρατηγικές, παρέχοντας στους ενήλικες εκπαιδευόμενους μια αποτελεσματική, γρήγορη, αξιόπιστη και αξιολογη μορφή παροχής εκπαίδευσης .

Πολλοί έτσι είναι οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι που σύμφωνα με την Γκίκα (2006, όπ. αναφ. στο Γκάτζουλας & Μανούσου, 2016) επιλέγουν να επιμορφωθούν ταυτόχρονα με τις επαγγελματικές τους υποχρεώσεις με σκοπό τη βελτίωση της προσωπικής και επαγγελματικής τους ανάπτυξης. Αλλά και η Παζιανού (2007, όπ. αναφ. στο Γκάτζουλας κ.ά., 2016) διεξάγοντας έρευνες των οποίων το δείγμα συνίστατο από ενήλικες εκπαιδευόμενους διαπίστωσε ότι πολλοί είναι εκείνοι που επιλέγουν επιμόρφωση με τη μεθοδολογία της ΕξαΕ. Αλλά και οι εργαζόμενες γυναίκες σύμφωνα με την έρευνα της Δαβάκη (2008, όπ. αναφ. στο Γκάτζουλας κ.ά., 2016) κατάφεραν να συνδυάσουν



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

οικογένεια, εργασία και σπουδές χρησιμοποιώντας εξ αποστάσεως επιμορφωτικά προγράμματα.

Οι εξελίξεις στην οικονομία, στις κοινωνικές δομές και στην τεχνολογία που χαρακτηρίζουν την κοινωνία μας σήμερα ευνοούν την ανάπτυξη εξ αποστάσεως εκπαιδευτικών προγραμμάτων για ενήλικες καθώς η αναγκαιότητα για διαρκή επιμόρφωση και παραγωγή νέας γνώσης ολοένα και αυξάνεται είτε για επαγγελματικούς είτε για προσωπικούς λόγους. Η διαρκής εκπαίδευση των ενηλίκων και η ανάπτυξη της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης ίσως αποτελεί μια απάντηση στις ανάγκες που προκύπτουν (Βεργίδης, 1998).

## **2.7 Συμπεράσματα**

Στις μέρες μας μία σειρά από εξελίξεις στον οικονομικό, τεχνολογικό, κοινωνικό και πολιτισμικό τομέα, καθιστά αναγκαία για ολοένα και περισσότερους ενηλίκους την απόκτηση γνώσεων, δεξιοτήτων προσαρμοσίμων στις αλλαγές αυτές.

Η εκπαίδευση ενηλίκων αποτελεί μία μορφή εκπαίδευσης, η οποία διαφέρει από την αρχική εκπαίδευση, καθώς απευθύνεται σε διαφορετικό κοινό, το οποίο απαρτίζεται από ενήλικα άτομα, ενεργά κοινωνικά και εργασιακά, με ευθύνες, υποχρεώσεις και περιορισμένο χρόνο. Υπάρχει ένα σύνολο θεωριών που αναφέρονται στην επιμόρφωση ενηλίκων και εστιάζουν στον ιδιαίτερο τρόπο με τον οποίο μαθαίνουν οι ενήλικοι. Οι σημαντικότερες από αυτές διατυπώθηκαν από τρεις γνωστούς μελετητές στο πεδίο της εκπαίδευσης ενηλίκων, τους Malcolm Knowles, Paulo Freire και Jack Mezirow.

Για να εξασφαλισθεί η αποτελεσματικότητα των εκπαιδευτικών προγραμμάτων για ενήλικες πρέπει να λαμβάνονται υπ' όψιν κατά το σχεδιασμό των εκπαιδευτικών προγραμμάτων τόσο οι θεωρίες μάθησης και τα βασικά χαρακτηριστικά των ενηλίκων εκπαιδευόμενων όσο και οι βασικές αρχές που διέπουν τη μάθησή τους,

Σήμερα η αξιοποίηση των δυνατοτήτων της ΕξΑΕ στην εκπαίδευση ενηλίκων κρίνεται αναγκαία, καθώς μπορεί να δώσει ευκαιρίες μάθησης σε ένα μεγάλο σύνολο ενηλίκων εκπαιδευόμενων και να προάγει τη δια βίου εκπαίδευση.

### 3. Συναισθηματική Νοημοσύνη

#### 3.1 Εισαγωγή

Για πολλά χρόνια θεωρούνταν ότι ο Δείκτης Νοημοσύνης, ή αλλιώς το γνωστό σε όλους IQ, αποτελεί τον κύριο παράγοντα που συμβάλει στην επαγγελματική, προσωπική και διαπροσωπική ανάπτυξη του ατόμου. Τις τελευταίες τρεις δεκαετίες, μία νέα μορφή νοημοσύνης φαίνεται να έχει απασχολήσει τους ερευνητές και πλέον έχει εισαχθεί στο λεξιλόγιο της ψυχολογίας. Η «Συναισθηματική Νοημοσύνη» (ΣΝ) ή Συναισθηματική Ευφυΐα (Emotional intelligence) ή συναισθηματικό πηλίκιο (EQ) που ορίζεται ως η ικανότητα του ατόμου να αναγνωρίζει τα δικά του συναισθήματα, αλλά και των άλλων ανθρώπων, να διακρίνει και να αντιλαμβάνεται τα διαφορετικά συναισθήματα και ποιά είναι αυτά, και να χρησιμοποιεί τις συναισθηματικές πληροφορίες για να καθοδηγεί τη σκέψη και τη συμπεριφορά του ( Goleman, 2011). Αντίθετα από τη γνωστή σε όλους νοημοσύνη, η συναισθηματική νοημοσύνη δεν βάζει σε πρώτη γραμμή τις πνευματικές ικανότητες των ανθρώπων αλλά τη νοημοσύνη των συναισθημάτων, η οποία «χτίζεται» στην πορεία της ανάπτυξης ενός ανθρώπου.

Αναμφίβολα, η συναισθηματική αγωγή, η διδασκαλία δηλαδή των ικανοτήτων που απαρτίζουν τη συναισθηματική νοημοσύνη ή όπως έχει χαρακτηριστεί στην αναπτυξιακή ψυχολογική λογοτεχνία, ως «συναισθηματική ικανότητα» ή «συναισθηματική επάρκεια» (emotional competence), είναι μία ικανότητα που συμβάλλει στην κοινωνική και προ-ακαδημαϊκή προσαρμογή των μικρών παιδιών (Denham, Zinsser & Bailey, 2008).

Όσο αφορά τη δομή του 3<sup>ου</sup> κεφαλαίου, η υποενότητα 3.1 περιλαμβάνει μία εισαγωγή για την έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης. Στην υποενότητα 3.2 επιχειρείται να προσεγγιστεί ετυμολογικά η συναισθηματική νοημοσύνη, και συγκεκριμένα να οριστούν τα επιμέρους στοιχεία του όρου αυτού, το συναίσθημα και τη νοημοσύνη. Στην 3.3 υποενότητα γίνεται προσπάθεια εννοιολογικής οριοθέτησης της συναισθηματικής νοημοσύνης ενώ στην υποενότητα 3.4 αναλύονται τα κυριότερα χαρακτηριστικά των θεωριών που έχουν αναπτυχθεί για τη συναισθηματική νοημοσύνη. Στην 3.5 υποενότητα γίνεται αναφορά στα στάδια συναισθηματικής ανάπτυξης και στην 3.6 υποενότητα παρουσιάζονται συνοπτικά τα στάδια της συναισθηματικής αγωγής του Gottman. Ολοκληρώνεται το 3<sup>ο</sup> κεφάλαιο με την υποενότητα 3.7 με τα γενικά συμπεράσματα.

## 3.2 Ετυμολογική Ανάλυση του όρου Συναισθηματικής Νοημοσύνης

Αναφερόμενοι στην συναισθηματική νοημοσύνη, είναι απαραίτητο να οριστούν τα επιμέρους στοιχεία του όρου αυτού, το συναίσθημα (emotion) και η νοημοσύνη (intelligence)

### 3.2.1 Το συναίσθημα

Το συναίσθημα είναι μια σύνθετη υποκειμενική συνειδητή εμπειρία: ο συνδυασμός νοητικών καταστάσεων, ψυχοσωματικών εκφράσεων και βιολογικών αντιδράσεων του σώματος. Είναι αυτό που ένας άνθρωπος «αισθάνεται», όχι ως απλή αίσθηση αλλά ως κάτι βαθύ, εσωτερικό, που επιδρά στο σώμα (πχ καρδιακός ρυθμός) και την «ψυχή» του, σχεδόν πάντα εκφράζεται (στο πρόσωπο, στη φωνή, στη στάση του σώματος) και είναι αντιληπτό από τους άλλους. Το συναίσθημα συναντάται σε όλα τα θηλαστικά, όχι μόνο στον άνθρωπο. Είναι αποτέλεσμα περίπλοκων ορμονικών επιδράσεων και του ασυνείδητου νου. Τα συναισθήματα είναι πολύ δύσκολο να ελέγχονται, με συνειδητή προσπάθεια. Προκαλούν την αλλαγή συμπεριφοράς στα θηλαστικά ανάλογα με την κατάσταση στην οποία αυτά βρίσκονται. Στον άνθρωπο τα συναισθήματα πολλές φορές γίνονται αιτία να μη μπορεί να ζει κανείς με λογικά αποδεκτό τρόπο (Goleman, 2011) Ο όρος «συναίσθημα» αναφέρεται σε αυτό που νιώθει το άτομο βάσει ενός αξιολογούμενου γεγονότος, το οποίο είθισται να συνοδεύεται από αλλαγές στη συμπεριφορά και στον οργανισμό (Χατζηχρήστου και συν., 2004).

Ο πρώτος που έκανε διάκριση ανάμεσα στη βιολογική και στην ψυχολογική πλευρά των συναισθημάτων, ήταν ο Αριστοτέλης, ο οποίος θεωρούσε τις αντιδράσεις του σώματος ως «υλική» εκδήλωση των συναισθημάτων και τις ψυχολογικές επιδράσεις σαν την «ιδεαλιστική» τους πλευρά (Ruch & Zimbardo, 1971).

Μεταξύ 17ου και 18ου αιώνα, φιλόσοφοι όπως ο Spinoza, ο Descartes και ο Βολταίρος, θεωρούσαν τα συναισθήματα ως ενστικτώδεις και παράλογες αντιδράσεις, δεδομένα, δηλαδή, κατά πολύ υποδεέστερα από τη λογική και τη νοημοσύνη.

Η πρώτη επιστημονική βιολογική θεωρία που έγινε για ένα διάστημα αποδεκτή, υποστήριζε ότι τα συναισθήματα είναι αποτελέσματα βιολογικών λειτουργιών (James & Lange, επισημοποίηση θεωρίας εν έτει 1884 και 1887 από James και Lange αντίστοιχα). Σύμφωνα με αυτήν, κάθε γεγονός που συμβαίνει, έρχεται αρχικά σε επαφή με τις αισθήσεις του



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

ανθρώπου: όραση, ακοή, αφή γεύση, όσφρηση, και στη συνέχεια προκύπτουν οι επόμενες διεργασίες. Μόλις λάβουν οι αισθήσεις ένα ερέθισμα, δημιουργείται μια σωματική αντίδραση, το συναίσθημα.

Αρκετοί ερευνητές έκαναν μία προσπάθεια κατάταξης των συναισθημάτων σε κατηγορίες, χωρίς ωστόσο να έχουν γενική ομοφωνία ως προς αυτές. Οι κύριες υποψήφιες οικογένειες συναισθημάτων είναι ο θυμός, η θλίψη, ο φόβος, η απόλαυση, η αγάπη, η έκπληξη, η αποστροφή, και η ντροπή (Goleman, 2011). Ωστόσο καθένα από τα παραπάνω συναισθήματα, αποτελεί τον πυρήνα από τον οποίο προέρχονται άπειρες παραλλαγές συγγενικών συναισθημάτων όπως είναι η στοργή, η ευτυχία, το πάθος, ο ζήλος, το δέος, ο θαυμασμός, η υπερηφάνεια, η χαρά, η συμπόνια, η γαλήνη, η ευχαρίστηση, η ικανοποίηση, η αρμονία, η αυτοπεποίθηση, η εμπιστοσύνη, η ανακούφιση, η απορία, η συγκίνηση, η αμηχανία, η αδιαφορία, το άγχος, η ανυπομονησία, ο τρόμος, η φρίκη, ο θυμός, η ντροπή, η συστολή, η ενοχή, οι τύψεις, η απόρριψη, η δυστυχία, η απελπισία, το πένθος, η λύπη, η θλίψη, η μοναξιά, η εχθρότητα, η έχθρα, το μίσος, η δυσπιστία, η απογοήτευση, η περιφρόνηση, η αγωνία, η ζήλεια, κ.ά

### **3.2.2 Η νοημοσύνη**

Νοημοσύνη είναι το σύνολο των γνωστικών ικανοτήτων του ανθρώπου, δηλαδή η αντίληψη, η μνήμη, ο συνειρμός, η φαντασία, η προσοχή και η διάνοηση, και ειδικότερα η ικανότητα προσαρμογής σε νέες καταστάσεις και η ικανότητα να αντιλαμβάνεται ομοιότητες, διαφορές και σχέσεις (Μπαμπινιώτης, 2002).

Οι ορισμοί της νοημοσύνης παρουσιάζουν μια αρκετά ευρεία διακύμανση και περιγράφουν τη νοημοσύνη, ως την ικανότητα του ατόμου, να κατανοεί, να σκέφτεται, να αποφασίζει με βάση συγκεκριμένα στοιχεία ή δεδομένα, να προσαρμόζεται στο περιβάλλον και άλλα συναφή. Ένας από τους πρώτους γενικούς ορισμούς, είναι εκείνος των Binet & Simon (1905), ο οποίος αναφέρθηκε “στην ορθή κρίση, ορθή κατανόηση και ορθή σκέψη” (αναφέρεται στο Hayes 1998, σ. 396).

Σύμφωνα με τον Καραπέτσα (1988) «από τις αρχές του 20ού αι. καθιερώνονται διάφοροι τύποι και είδη ευφυΐας. Δεν υπάρχει μόνο ένα είδος ευφυΐας διαφορετικών βαθμών, αλλά υπάρχουν διάφοροι τύποι ευφυΐας, που ποικίλλουν ανάλογα με τους τύπους των ανθρώπων. Επίσης μπορούμε να πούμε ότι υπάρχουν είδη ευφυΐας και στα ζώα» (σ. 181). Σύμφωνα με



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

τον ίδιο, οι διάφοροι ψυχολόγοι συνέβαλαν ο καθένας με τον τρόπο του στην προσέγγιση του φαινομένου της ευφυΐας.

Όσον αφορά τον όρο νοημοσύνη ο David Wechsler υποστηρίζει πως «η νοημοσύνη είναι μια γενική και σύνθετη ικανότητα του ατόμου να ενεργεί με βάση τους σκοπούς που θέτει, να σκέπτεται με λογικό τρόπο και να ανταποκρίνεται στις εκάστοτε απαιτήσεις του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντος που το περιστοιχίζει» (Καψάλης, 1987, 2015, όπ. αναφ. στο Σαββάκη, 2017)

Η νοημοσύνη έχει οριστεί με πολλούς διαφορετικούς τρόπους, συμπεριλαμβανομένης της ικανότητας του ατόμου για τη λογική, αφηρημένη σκέψη, την κατανόηση, την αυτογνωσία, την επικοινωνία, τη μάθηση, τη συναισθηματική γνώση, τη μνήμη, τον σχεδιασμό, τη δημιουργικότητα και την επίλυση προβλημάτων. Μπορεί να περιγραφεί γενικότερα ως η ικανότητα να αντιλαμβάνεται κανείς πληροφορίες, και να τις διατηρεί ως γνώσεις που πρέπει να εφαρμοστούν σε προσαρμοστικές συμπεριφορές μέσα σε ένα περιβάλλον.

Η έννοια της νοημοσύνης έχει απασχολήσει ευρέως την ερευνητική βιβλιογραφία μέσω της διατύπωσης απόψεων περί του ρόλου της στη ρύθμιση της γνωστικής διαδικασίας του ατόμου (Piaget, 1972; Νασιάκου, 1982; Καραπέτσας, 1988; Κρίβας, 2007)

Παρά τη γενικότερη σύγχυση που διακρίνει την προσπάθεια οριοθέτησης της έννοιας ένεκα της ευρείας απόκλισης των διαθέσιμων ορισμών, επικρατούσα παραδοχή συνιστά η αντίληψη περί ικανότητας επίλυσης προβλημάτων βάσει δεδομένων και εμπειριών μέσω της λογικής (Παρασκευόπουλος, 1982; Καλούρη Αντωνοπούλου, 1994; Παπαγελοπούλου, 2002).

Παράλληλα, η βιβλιογραφική ανασκόπηση κατέδειξε ότι ενώ αρχικά η νοημοσύνη προσεγγιζόταν ως ενιαία διάσταση, σταδιακά ενισχύθηκε η άποψη περί πλουραλισμού νοητικών ικανοτήτων και απόκλισης από την παραδοσιακή προσέγγιση της ενιαίας νοημοσύνης (Galton, 1892; Spearman, 1927; Thurstone, 1938; Guilford, 1967; Horn, 1985; Ceci, 1990; Morgan, 1996; Jacquard, 2010). Μάλιστα, κατά τον 20ο αιώνα, αρκετοί μελετητές διαπίστωσαν πως ο ανθρώπινος εγκέφαλος δύναται να ασκήσει πλήθος ετερογενών, διαφοροποιημένων λειτουργιών επικυρώνοντας την εκδοχή περί πολυνοητικής φύσης του εγκεφάλου (Gardner, 1999).



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

### **3.2.2.1. Θεωρία της Πολλαπλής Νοημοσύνης του Gardner**

Ο Αμερικανός Howard Gardner καθηγητής Ψυχολογίας στο Harvard και καθηγητής Ιατρικής και Νευρολογίας στο Πανεπιστήμιο της Βοστώνης, οδηγείται το 1983 στη Θεωρία της Πολλαπλής Νοημοσύνης. Για τον Gardner, το άτομο δεν γεννιέται με μία μοναδική νοημοσύνη, την οποία δεν μπορεί να τροποποιήσει κατά τη διάρκεια της ζωής του. Αντιθέτως θεωρεί ότι η φύση της νοημοσύνης ως διάσταση πολυμερής και πολύπλοκη συγκροτεί ένα πολυδιάστατο φάσμα ικανοτήτων. Υποστηρίζεται, λοιπόν ότι η νοημοσύνη είναι προϊόν μιας μακράς και συμμετοχικής αλληλεπίδρασης μεταξύ της φύσης (βιολογικές δυνάμεις και κληρονομικές προδιαθέσεις) και της ανατροφής (περιβαλλοντικές δυνάμεις και εμπειρίες της ζωής). Η νοημοσύνη δημιουργείται βιολογικά, αλλά ο βαθμός ανάπτυξής της εξαρτάται από τις προσωπικές εμπειρίες του καθενός. Όσο περισσότερο χρόνο ξοδεύει κανείς στη χρήση και ενίσχυση της νοημοσύνης και όσο καλύτερη καθοδήγηση και ενθάρρυνση δέχεται, τόσο μεγαλύτερος είναι ο βαθμός ανάπτυξης του συγκεκριμένου τομέα νοημοσύνης.

Υπάρχει δηλαδή βιολογική καταβολή, όμως η νοημοσύνη δεν θεωρείται στατική και άκαμπτη, αλλά λογίζεται ως μία ψυχοβιολογική δυναμική που συνδέεται αλληλεπιδραστικά με εμπειρίες και ερεθίσματα του περιβάλλοντος, με την κουλτούρα, τις αξίες, την ανατροφή του ατόμου (Gardner, 1983, Αλαχιώτης, 2004) Ο Gardner αποκαλεί τις προαναφερθείσες δεξιότητες «Πολλαπλές Νοημοσύνες» (Κομνηνού, 2010) και τις διακρίνει στους εξής τύπους:

1. Η γλωσσική νοημοσύνη περιλαμβάνει την ικανότητα του ατόμου να χειρίζεται τη γλώσσα με επάρκεια, τόσο την προφορική όσο την γραπτή
2. Η λογικομαθηματική νοημοσύνη αποτελείται από την ικανότητα να αναλύει κανείς τα προβλήματα λογικά, να επιτελεί μαθηματικές πράξεις με ιδιαίτερη ευκολία, και να εξετάζει επιστημονικά θέματα..
3. Η μουσική νοημοσύνη περιλαμβάνει διάφορες ικανότητες στην εκτέλεση, σύνθεση και εκτίμηση μουσικών σχημάτων. Περιλαμβάνει την ικανότητα να αναγνωρίζει και να συνθέτει κανείς μουσική ως προς το βαθμό έντασης, τον τόνο και το ρυθμό. Σύμφωνα με τον Howard Gardner, η μουσική νοημοσύνη «βαδίζει παράλληλα» με την γλωσσική νοημοσύνη.

4. Η σωματική-κιναισθητική νοημοσύνη συνεπάγεται τη δυνατότητα χρήσης ολόκληρου του σώματος ενός ατόμου ή μέρη του σώματός του, για να εκφράσει ιδέες, συναισθήματα, διαθέσεις, πληροφορίες κ.α. Είναι, δηλαδή, η ικανότητα να χρησιμοποιεί κανείς διανοητικές ικανότητες για να συντονίσει τις κινήσεις του σώματός του. Η ψυχική και η σωματική δραστηριότητα είναι άμεσα συνδεδεμένες με αυτή τη νοημοσύνη, κατά τον Gardner.
5. Η νοημοσύνη του χώρου αναφέρεται στην ικανότητα του ατόμου να αντιλαμβάνεται πληροφορίες που σχετίζονται με το χώρο, τα σχήματα και τα χρώματα.
6. Η οικολογική / φυσιογνωμιστική νοημοσύνη αναφέρεται στην ικανότητα του ατόμου να ταξινομεί τα πολυάριθμα είδη της φύσης και ιδιαίτερα της πανίδας και της χλωρίδας . Να επιδεικνύει δηλαδή ενδιαφέρον για το φυσικό κόσμο.
7. Η διαπροσωπική νοημοσύνη αφορά την ικανότητα να κατανοεί κανείς τις προθέσεις, τα κίνητρα και τις επιθυμίες των υπολοίπων. Επιτρέπει στους ανθρώπους να συνυπάρχουν αποτελεσματικά με τους άλλους και να συνεργάζονται.
8. Η ενδοπροσωπική (ή υπαρξιακή) νοημοσύνη αποτελείται από την ικανότητα να κατανοήσει κανείς τον εαυτό του, να εκτιμήσει τα συναισθήματα, τους φόβους και τα κίνητρά του. Στην ενδοπροσωπική νοημοσύνη κλειδί για τη αυτοεπίγνωση είναι η πρόσβαση του ατόμου στα προσωπικά του αισθήματα και η ικανότητα να τα διακρίνει μεταξύ τους .

Σύμφωνα με τον Φλουρή (2001) οι δυο τελευταίοι τύποι νοημοσύνης διαπροσωπική νοημοσύνη και η ενδοπροσωπική αντιστοιχούν με τη συναισθηματική νοημοσύνη του Goleman. Οι δύο τελευταίες διαστάσεις της νοημοσύνης αποτέλεσαν σταθμό για την επιστημονική μελέτη και έρευνα της συναισθηματικής διάστασης της νοημοσύνης (Πλατσίδου, 2004).

### **3.2.2.2. Η τριαδική προσέγγιση της νοημοσύνης του R. Sternberg**

Όπως και ο Gardner, ο Sternberg εξετάζει και βασίζεται στις τρέχουσες έρευνες γύρω από τη γνωστική ψυχολογία και τις νευροεπιστήμες και θεωρεί ότι η νοημοσύνη είναι πολυδιάστατη. Η θεωρία του γνωστή ως τριαδική προσέγγιση της νοημοσύνης ή Θεωρία της Νοημοσύνης της Επιτυχίας επιχειρεί να εξηγήσει ότι η νοημοσύνη συνεπάγεται την διάδραση τριών υποθεωριών (Sternberg 1999α). :

1. Η συστατική υποθεωρία, η οποία αναδεικνύει τις δομές και του μηχανισμούς οι οποίοι κατηγοριοποιούν τη θεμελιωμένη νοημοσύνη σαν μεταγνώση, επίδοση, ή απόκτηση των στατικών της γνώσης
2. Τη βιωματική υποθεωρία, η οποία προτείνει ότι η συμπεριφορά της νοημοσύνης εξηγείται μέσω μιας συνέχειας εμπειριών για την επίτευξη πρωτότυπων και υψηλών στόχων
3. Την παισιωτική υποθεωρία, η οποία ορίζει ότι η συμπεριφορά της νοημοσύνης καθορίζεται από το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο στο οποίο διαμορφώνεται και περιλαμβάνει την προσαρμογή στο περιβάλλον, τη δυνατότητα επιλογής καλύτερων περιβαλλόντων και την μορφοποίηση του υπάρχοντος περιβάλλοντος.

Σύμφωνα με τον Sternberg μια πλήρης εξήγηση της νοημοσύνης συνεπάγεται τη διάδραση των τριών αυτών υποθεωριών. Η *συστατική υποθεωρία* καθορίζει τη δυναμικότητα των νοητικών διαδικασιών οι οποίες θεμελιώνουν τη συμπεριφορά, ενώ η *παισιωτική υποθεωρία* συνδέει την νοημοσύνη με τον εξωτερικό κόσμο υπό την έννοια ποιες συμπεριφοράς είναι νοήμονες και που. Η *βιωματική* υποθεωρία παραπέμπει στη σχέση ανάμεσα στη συμπεριφορά προς ένα δοσμένο στόχο και την συσσωρευμένη εμπειρία του ατόμου σε σχέση με τον στόχο αυτό,

### 3.3 Εννοιολογική ανάλυση του όρου Συναισθηματική Νοημοσύνη

Η ανάπτυξη του πεδίου της συναισθηματικής νοημοσύνης φαίνεται να έχει τις ρίζες της στην ανικανότητα των «παραδοσιακών» μέτρων ορθολογικής σκέψης να προβλέψουν ποιο άτομο θα επιτύχει στη ζωή του.

Κατά τον Goleman (1995) ο δείκτης IQ συνεισφέρει όχι περισσότερο από 20% στην ικανότητα ενός ατόμου να λειτουργεί αποτελεσματικά και επιτυχημένα και το υπόλοιπο 80% καλύπτεται από δεξιότητες Συναισθηματικής Νοημοσύνης. Η συναισθηματική νοημοσύνη με την σύγχρονη έννοια είναι μια μορφή κοινωνικής ευφυΐας, όπου πολλοί άνθρωποι έχουν τις ικανότητες να κατανοούν τα συναισθήματα τους και των άλλων ανθρώπων («ενσυναίσθηση»), να μπορούν να διακρίνουν, να αφομοιώνουν, να αντιλαμβάνονται τα διάφορα συναισθήματα με σκοπό να αναπτυχθούν κοινωνικά και προσωπικά και να πράττουν ανάλογα με τις καταστάσεις που βρίσκονται (Mayer, Salovey, & Caruso, 2000: 396). Οι δεξιότητες – διαστάσεις της συναισθηματικής νοημοσύνης αποτελούν απαραίτητα εφόδια, για κάθε άνθρωπο όχι μόνο για την εργασιακή επιτυχία αλλά την καθημερινή αλληλεπίδραση με τους συνανθρώπους και την ευημερία στη ζωή



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

(Alavinia & Ahmadzadeh, 2012, Gottman, 2011:28, Πλωμαρίτου, 2015, Αναστασιάδης, 2010).

Η Συναισθηματική Νοημοσύνη αποτελείται από δομικά συστατικά – διαστάσεις: ανεξάρτητες, αλληλοεξαρτώμενες, ιεραρχικές, αναγκαίες αλλά όχι ικανές, οι οποίες μαθαίνονται και μπορούν να διδαχθούν και αυτές είναι: η αυτογνωσία, η αυτοδιαχείριση και η ενσυναίσθηση οι οποίες οδηγούν στην τέταρτη ικανότητα συναισθηματικής ικανότητας, τις κοινωνικές δεξιότητες, δηλαδή τη διαχείριση των σχέσεων, τη συνεργασία, την επικοινωνία και η επίλυση συγκρούσεων (Μπελεργής, 2010, Γιασεμλή, 2008, όπ. αναφ. στο Τσέλεπου 2012).

Ο Daniel Goleman έκανε γνωστό τον όρο μιλώντας για «νοημοσύνη της καρδιάς» ορίζοντας τη Σ.Ν. ως την ικανότητα ενός ατόμου συνδέεται με δεξιότητες ή χαρακτηριστικά προσωπικότητας, που «παρέχει κίνητρο στο άτομο για να επιδεικνύει επιμονή στη ματαίωση, να ελέγχει την παρόρμησή του, να χαλιναγωγεί την ανυπομονησία του, να έχει ενσυναίσθηση και να ρυθμίζει σωστά τη διάθεσή του» (2005, όπ. αναφ. στο Πατσιαούρα, 2013).

Η συναισθηματική νοημοσύνη αναφέρεται στην κοινωνικοσυναισθηματική επάρκεια, το να αναγνωρίζουμε και να διαχειριζόμαστε τα συναισθήματα, τις πράξεις μας να καταλαβαίνουμε τα συναισθήματα των άλλων και να συνάπτουμε σχέσεις (Yazici, Seyis & Altun, 2011, Αναστασιάδης, 2010, Αγραφιώτη, 2009)

Αργότερα, ο Goleman (2006:24) επαναπροσδιόρισε τον ορισμό της Σ.Ν. σε κοινωνική νοημοσύνη από τη θέαση δηλαδή του ενός ατόμου στην προοπτική των δύο που αλληλεπιδρούν πέρα από τη στενή ιδιοτέλεια προς το καλό των άλλων. Την ίδια θεώρηση με τον Goleman στο γενικότερο πλαίσιο της προσωπικότητας του ανθρώπου που τη διαχωρίζει από τις γνωστικές δεξιότητες είχε ο Bar-On (1997:14) ο οποίος έχει δεχθεί επιρροές από τον Darwin, τον Thondike και τη θεωρία του Wechsler και με τη σειρά του ονόμασε τη Σ.Ν «συναισθηματικό περιεχόμενο» (Emotional Quotient), εισήγαγε το 1988 το πολυσυζητημένο EQ τεστ κατά αντιστοιχία με το IQ (Τσιρογιαννίδου, 2010) και διατύπωσε τη θεωρία της κοινωνικο-συναισθηματικής νοημοσύνης (ΚΣΝ).

Ορισμούς για τη Σ.Ν. έχουν δώσει επίσης οι Hardley (2004), Sparrow και Knight (2006, Teng et al., 2002 όπ. αναφ. στο Ζήση-Νάνου, 2009 και στο Καζαμία, 2015), Dr. Gabi

Hoffbauer (2007, όπ. αναφ. στο Τζήμα, 2017), Petrides, (2010) Gardner, Qualter (2010) κ.α.. Κάποιοι (Davies, Stankov, & Roberts, 1998) προβάλλουν αντιρρήσεις και άλλοι (Zeidner, Matthews & Roberts, 2001; 2003) επιφυλάξεις για το κατά πόσο η Σ.Ν. σχετίζεται με χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ή αποτελεί ένα άλλο είδος νοημοσύνης, καθώς ούτε οι υποστηρικτές της συμφωνούν απόλυτα ως προς τη φύση, τις διαστάσεις και τις μεθόδους για τη μέτρησή της (Πλατσίδου, 2004), δημιουργώντας διαφορετικές τάσεις βάσει των οποίων ταξινόμονται τα διάφορα θεωρητικά μοντέλα της συναισθηματικής νοημοσύνης σε:

α) μικτά μοντέλα (ability models) (BarOn (1997), Cooper, (1997), Goleman (1995), Petrides και Furnham (2000), που σχετίζονται με μεταβλητές/χαρακτηριστικά της προσωπικότητας (trait E.I) και μετρούν με ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς και

β) μοντέλα ικανότητας (mixed-trait ability models) τα οποία προσεγγίζουν τη ΣΝ ως νοητικού-γνωστικού τύπου «ικανότητα» υπονοώντας ότι αποτελεί ένα πρόσθετο στοιχείο της καθαρά γνωστικής νοημοσύνης (IQ) που αφορά σε συγκεκριμένες διαδικασίες επεξεργασίας των συναισθηματικών πληροφοριών (information-processing E.I/ ability E.I) και μετρούν με ερωτηματολόγια επίδοσης (Πλατσίδου, 2005, Petrides & Furnham, 2001).

Οι δύο αυτές θεωρητικές προσεγγίσεις δεν θα πρέπει αναγκαστικά να γίνονται αντιληπτές ως αντίθετες, αλλά ως αλληλοσυμπληρούμενες (Ciarrochi, Chan & Caputi, 2000, Τσέλεπου, 2012, Πλατσίδου 2005), καθώς ο διαχωρισμός αυτός προέκυψε περισσότερο από την πρακτική ανάγκη επιλογής των κατάλληλων εργαλείων μέτρησης της έννοιας (Petrides, Furnham & Frederickson, 2004)

### **3.4. Θεωρίες συναισθηματικής ανάπτυξης**

Ποικίλες θεωρητικές ερμηνείες έχουν πραγματοποιηθεί και διατυπωθεί από μελετητές της ψυχολογίας σε μία προσπάθεια ανάλυσης της φύσης και της πορείας της συναισθηματικής ανάπτυξης του ατόμου. Προκειμένου να γίνει κατανοητό το φαινόμενο της συναισθηματικής ανάπτυξης διερευνώνται οι κυριότερες θεωρίες και θέσεις που έχουν διατυπωθεί για την συναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου. Τέτοιες θεωρίες είναι η θεωρία της συμπεριφοράς (Watson), η ψυχαναλυτική θεωρία (Freud, Jung, Adler, Erikson), η γενετική -γνωστική θεωρία (Piaget) και η θεωρία της συναισθηματικής νοημοσύνης (Goleman, 2011).



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

### 3.4.1 Η θεωρία της συμπεριφοράς του Watson

Ο Watson, Αμερικανός ψυχολόγος αποτελεί τον κύριο εκφραστή της θεωρίας της Συμπεριφοράς. Στις αρχικές του έρευνες, ο Watson χρησιμοποίησε ζώα και στην συνέχεια προχώρησε στην μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς και των συναισθημάτων. Ήθελε να αναπτύξει τεχνικές που θα του επέτρεπαν να υποκαθιστά και να ελέγχει τα συναισθήματα.

Ο Watson βασισμένος στα πειράματα του Ρανλόν και στην κλασική θεωρία των εξαρτημένων ανακλαστικών πρεσβεύει ότι η ότι η ανάπτυξη του ατόμου είναι σε μεγάλο βαθμό αποτέλεσμα ανατροφής και μάθησης. Την θεωρία του αυτή, προκειμένου να την αποδείξει, πειραματίστηκε με τον μικρό Albert, μόλις 11 μηνών τον οποίο τοποθέτησε σε ένα δωμάτιο και τον έφερε σε επαφή με ένα λευκό ποντίκι . Ο Albert , όπως είχε προβλέψει ο Watson δεν φοβήθηκε, αντίθετα έπαιζε μαζί του. Ήθελε έτσι να αποδείξει ότι οι φοβίες του ανθρώπου δεν είναι εγγενείς, αλλά αποτέλεσμα του περιβάλλοντος που μεγαλώνουμε. Απέδειξε ότι αφού ο φόβος είναι αποτέλεσμα μάθησης, όλα τα συναισθήματα που αναπτύσσει το άτομο εξαρτώνται από τα ερεθίσματα που ήδη ενυπάρχουν στο περιβάλλον καθ' όσο το παιδί αναπτύσσεται μέσα σε αυτό. Έτσι, αντικείμενα που συνδέονται με ευχάριστα γεγονότα, προκαλούν ευχάριστα συναισθήματα, ενώ αντίστοιχα, αρνητικά γεγονότα δημιουργούν δυσάρεστα συναισθήματα, με αποτέλεσμα να αποφεύγονται (Καψάλης, 2005)

### 3.4.2 Η θεωρία της ψυχανάλυσης των Freud, Jung, Adler και Erikson

Ο Freud Αυστριακός ιατρός, φυσιολόγος, ψυχίατρος και θεμελιωτής της ψυχαναλυτικής σχολής , επηρέασε το χώρο της ψυχανάλυσης για τις απόψεις του για την συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών. Κεντρική ιδέα της θεωρίας του αποτελεί ότι τα πρότυπα της συμπεριφοράς διαμορφώνονται πολύ νωρίς, στην πρώιμη παιδική ηλικία, και εκδηλώνονται αργότερα στην ενήλικη ζωή. Την ανάπτυξη της προσωπικότητάς την καθορίζουν διάφοροι παράγοντες όπως το *Εκείνο* -ενστικτώδεις ορμές, ασυνείδητα κίνητρα, επιθετικές και ψυχοσεξουαλικές ενορμήσεις- μηχανισμοί άμυνας του *Εγώ* –ψυχικές λειτουργίες με τις οποίες το άτομο αντιλαμβάνεται τον πραγματικό κόσμο- και το *Υπερεγώ* που περιλαμβάνει κανόνες που ρυθμίζουν την ανθρώπινη συμπεριφορά. Οι συγκρούσεις μεταξύ αυτών των στοιχείων και οι μηχανισμοί άμυνας που προσπαθούν να τα ισορροπήσουν είναι υπεύθυνοι για την συμπεριφορά του ατόμου και για την συναισθηματική του ανάπτυξη. Το βρέφος στην αρχή της ζωής του δεν έχει συναισθήματα. Κατά τον 2ο με 3ο μήνα ζωής



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

αναπτύσσονται τα πρώτα συναισθήματα της λύπης, του θυμού, και της έκπληξης και λίγο αργότερα τα συναισθήματα ενοχής, υπερηφάνειας και ντροπής. Οι πρώτοι αυτοί μήνες είναι πολύ καθοριστικοί για να εδραιωθεί και το συναίσθημα της αγάπης ανάμεσα στο βρέφος και τη μητέρα του, πράγμα που αντανακλάται και στις μετέπειτα κοινωνικές σχέσεις του παιδιού (Κακαβούλης, 1997, Feldman, 2009). Ο Freud ήταν αυτός που διατύπωσε τα στάδια της ψυχοσεξουαλικής ανάπτυξης του ατόμου, τονίζοντας ότι ο έρωτας είναι το εντονότερο συναίσθημα που διακατέχει το παιδί κατά την ανάπτυξη του, κάτι για το οποίο δέχθηκε κριτικές από διάφορα άτομα του επιστημονικού χώρου.

Στη συνέχεια, ο Jung, μαθητής του Freud, διατύπωσε την Αναλυτική θεωρία για την συναισθηματική ανάπτυξη, σύμφωνα με την οποία, κάθε άτομο διακρίνεται για την ύπαρξη ενός συνειδητού και ενός ασυνείδητου μέρους. Το ασυνείδητο μέρος χωρίζεται στο προσωπικό και κοινωνικό ασυνείδητο. Με βάση το προσωπικό και κοινωνικό ασυνείδητο ο Jung διακρίνει τον εσωστρεφή συναισθηματικό τύπο και τον εξωστρεφή συναισθηματικό τύπο, όπου ο μὲν πρώτος βιώνει έντονα συναισθήματα τα οποία όμως δεν εκδηλώνει και ο δεύτερος να μὲν βιώνει έντονα συναισθήματα τα οποία τα εκδηλώνει άμεσα στους άλλους. Αυτοί οι δύο τύποι ανάλογα με ποια λειτουργία υπερισχύει (νόηση, συναίσθημα, αντίληψη, ενόραση), διαμορφώνονται ως εξής: ο εσωστρεφής διανοητικός, ή συναισθηματικός, ή αντιληπτικός, ή ενορατικός και ο εξωστρεφής διανοητικός, ή συναισθηματικός, ή αντιληπτικός, ή ενορατικός τύπος. (Hyson, 2004 Shaffer, 2008 )

Ο Adler, ένας ακόμα μαθητής του Freud, ανέπτυξε την Ατομική Θεωρία όπου κεντρικός άξονας της είναι η επιδίωξη του ατόμου για κοινωνική αναγνώριση. Όταν το άτομο ικανοποιεί αυτή την ορμή, οδηγείται στην βίωση θετικής εικόνας για τον εαυτό του (θετικό αυτοσυναίσθημα) (Hyson, 2004 Shaffer, 2008). Το συναίσθημα αυτό αποτελεί και βασικό κίνητρο στην ζωή του. Αντιθέτως όταν δεν την ικανοποιεί αναπτύσσεται το συναίσθημα της μειονεξίας, το οποίο μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχοσύνθεσή του (νευρώσεις). (Κακαβούλης, 1997).

Ο Erikson, θεμελιωτής της Βιοκοινωνικής Θεωρίας, υποστηρίζει ότι η διαμόρφωση της προσωπικότητας του ατόμου ξεκινάει από πολύ νωρίς και εξελίσσεται σε όλη τη διάρκεια της ζωής του. Σε κάθε φάση το άτομο περνά από «κρίσεις», εσωτερικές - τις οποίες ονομάζει κρίσεις του Εγώ συγκρούσεις, τις οποίες καλείται να λύσει και οι οποίες



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

συμβάλλουν στη δόμηση βασικών συναισθημάτων όπως η εμπιστοσύνη και η αυτονομία. (Κακαβούλης, 1997).

### **3.4.3 Η γενετική-γνωστική θεωρία του Piaget.**

Ο Piaget θεωρείται ένας από τους σημαντικότερους αναμορφωτές της Επιστήμης της Ψυχολογίας. Αντικείμενο της ερευνητικής του δραστηριότητας αποτέλεσε η γνωστική ανάπτυξη του παιδιού. Συγκεκριμένα ερεύνησε την πορεία της ανθρώπινης γνώσης, την ανάπτυξη και την οικοδόμηση της.

Κεντρικός άξονας της γενετικής-γνωστικής θεωρίας του Piaget αποτελεί η σύνδεση των γνωστικών και των συναισθηματικών λειτουργιών του ατόμου. Οποιαδήποτε πράξη πραγματοποιείται από το άτομο, πάντα εμπεριέχει συναισθηματικά κίνητρα, τα οποία καταλήγουν στην επίτευξη ή μη ενός γνωστικού ή συμπεριφοριστικού αποτελέσματος. Οι συναισθηματικές λειτουργίες δρουν μαζί με τις γνωστικές και τροποποιούνται με το πέρασμα του χρόνου (Κακαβούλης, 1997). Τα συναισθήματα δημιουργούνται στον άνθρωπο - και δεν προϋπάρχουν- ανάλογα με τον τρόπο που ερμηνεύει τα γεγονότα που συμβαίνουν. Σύμφωνα με τον γνωστικισμό, η παραπάνω θέση ορίζεται ως η μοναδική δυνατή, επομένως, είναι θεωρητικά αδύνατο να νιώσει ένα άτομο ένα συναίσθημα, χωρίς να έχει προσάψει μια «ερμηνεία» στο γεγονός που προκάλεσε το συναίσθημα αυτό. Όλα τα συναισθήματα προκύπτουν από τον τρόπο που ερμηνεύει ο καθένας τα γεγονότα, κι όχι από τα γεγονότα αυτά καθ' αυτά. Έτσι, όταν προσδίδεται μια λογική ερμηνεία σε ένα γεγονός, το άτομο αντιδρά με ψυχραιμία, ενώ, αντίστοιχα, όταν προσδίδεται στο ίδιο γεγονός, από το ίδιο άτομο, μια λιγότερο λογική (παράλογη) ερμηνεία, το άτομο διαβάλλεται από συναισθήματα όπως θυμός, λύπη, άγχος κα, δηλαδή, μια συναισθηματική αναστάτωση.

Σύμφωνα με τη γνωστική θεωρία του Piaget, όταν δεν χρησιμοποιείται η λογική, αλλά επικρατεί το συναίσθημα, παραποιείται η ερμηνεία των γεγονότων, είτε ωραιοποιούνται, είτε χειροτερεύουν, προκαλώντας συναισθήματα αναστάτωσης. Κάποιοι από τους μηχανισμούς που παραποιούν τα γεγονότα είναι :

α) Υπεργενίκευση: Όταν ένα μοναδικό και συγκεκριμένο γεγονός τίθεται ως «κανόνας» και υπεργενικεύεται, , χωρίς να έχει ισχύ στην πραγματικότητα.

β) Το διανοητικό φιλτράρισμα: Όταν το άτομο ενώ του συμβαίνουν τόσο ευχάριστα, όσο και δυσάρεστα γεγονότα βιώνει μόνο μία δυσάρεστη πλευρά της ζωής σαν να μπαίνει ένα φίλτρο που δεν αφήνει τα ευχάριστα συναισθήματα να φτάσουν στο άτομο (Πιντέρης, 2012).

γ) Η Πρεπολογία : Πολλές φορές το ίδιο το άτομο αναγκάζει τον εαυτό του να κάνει ή να μην κάνει κάποια πράγματα, θέτοντας, δηλαδή «πρέπει» και «δεν πρέπει» στη ζωή του.

δ) Το διάβασμα της σκέψης των άλλων: Όταν για παράδειγμα περιμένει κάποιος από ένα άτομο, ένα μήνυμα, μία έγκριση για δουλειά, όμως αυτό το μήνυμα δεν φτάνει ποτέ στον παραλήπτη του, εξ αιτίας μιας τεχνικής βλάβης. Ο παραλήπτης υποθέτει ότι έχει απορριφθεί για τη δουλειά, «διαβάζοντας» τη σκέψη του εργοδότη. (Beck, 1976).

### **3.5 Στάδια συναισθηματικής ανάπτυξης**

Η συναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου διακρίνεται σε πέντε διαφορετικές περιόδους που αρχίζουν από τη γέννηση και φτάνουν μέχρι τη στιγμή της ενηλικίωσης του: βρεφική, νηπιακή, πρώτη παιδική, μέση παιδική, και την εφηβική ηλικία. Καθώς το άτομο αναπτύσσεται, συντελούνται ταυτόχρονα διάφορες αλλαγές στην ψυχοσωματική του ανάπτυξη: σε βιοσωματικό, σε ψυχοκινητικό, σε γνωστικό και σε κοινωνικο-συναισθηματικό επίπεδο.

Ως προς τα συναισθήματα, επομένως, τα πρώτα στάδια της ζωής είναι καθοριστικά για την ανάπτυξη των συναισθηματικών ικανοτήτων. Οι μεταγενέστερες δεξιότητες οικοδομούνται πάνω στις πρώτες (Goleman, 2011). Ο ανθρώπινος εγκέφαλος είναι ευμετάβλητος και υπόκειται σε μια συνεχή διαδικασία ωρίμανσης με το πέρασμα του χρόνου. Η εντονότερη ανάπτυξη παρατηρείται κατά την παιδική ηλικία. Οι νευρωνικές συνάψεις που χρησιμοποιούνται περισσότερο είναι και αυτές που ισχυροποιούνται τελικά. Οι εμπειρίες διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη διάπλαση του εγκεφάλου, ειδικά στην παιδική ηλικία (Goleman, 2011). Η παιδική ηλικία αποτελεί ένα πεδίο ευκαιριών για τη συγκρότηση του συγκινησιακού κυκλώματος του παιδιού με τους κατάλληλους χειρισμούς. Το νευρωνικό αρχιτεκτόνημα και οι συνάψεις του παγιώνονται, με βάση τις συνήθειες της παιδικής ηλικίας. Το παιδί μέσω της μάθησης αποκτά σταδιακά πιο εκλεπτυσμένα συναισθηματικά εργαλεία (Goleman, 2011).

### 3.5.1 Βρεφική ηλικία (3ων -6 μηνών)

Από τον τρίτο περίπου μήνα τα βρέφη δείχνουν πρώτη φορά ενδιαφέρον για τις διαπροσωπικές κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Σε αυτή τη πρώιμη φάση οι γονείς μπορούν να ξεκινήσουν τη διαδικασία της συναισθηματικής αγωγής με τα βρέφη τους, δείχνοντας ανταπόκριση στο βλέμμα των βρεφών, καθώς για πρώτη φορά φαίνονται να κοιτάζουν πραγματικά τους γονείς τους. Η απαρχή της συναισθηματικής επικοινωνίας πραγματοποιείται με τις μιμητικές συνομιλίες –ο γονέας χρησιμοποιεί έναν τύπο ομιλίας που μιμείται το βρεφικό και χρήση της «πρόσωπο με πρόσωπο μη λεκτική «συνομιλίας» με τα μωρά –και η σημαντικότητα τους είναι μεγάλη καθώς με τον τρόπο αυτό οι γονείς ανταποκρίνονται στα συναισθήματα του βρέφους τους. Έρευνες έχουν δείξει ότι από την ηλικία αυτή τα βρέφη αναμένουν από τους γονείς τους να συμμετέχουν και να ανταποκρίνονται συναισθηματικά, καθώς επιδιώκουν τη διέγερση, τη διασκέδαση και τη συναισθηματική σύνδεση με τους γονείς. Εκφράσεις χαράς, λύπης, ενδιαφέροντος και φόβου εμφανίζονται σε μεγαλύτερο βαθμό σε σχέση με τις εκφράσεις θυμού, έκπληξης και αηδίας (Κακαβούλης, 1997).

Η συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού τα πρώτα χρόνια της ζωής του, περιλαμβάνει μια γενικότερη αντίδραση στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος. Στον 1ο μήνα λαμβάνει χώρα η εμφάνιση αρνητικών συναισθημάτων και έπειτα στον 3ο μήνα, αυτή των θετικών συναισθημάτων. Η συναισθηματική του ικανότητα γίνεται αντιληπτή με την διέγερση ή την ηρεμία. Οι διαθέσεις τους είναι ευμετάβλητες, οπότε ο γονιός πρέπει να είναι ευπροσάρμοστος και ευαίσθητος απέναντι στην άστατη συμπεριφορά των βρεφών. Η εναλλαγή διέγερσης και ηρεμίας, μέσω της συνεχούς παροχής ερεθισμάτων είναι πολύ βασική για τη διαπαιδαγώγηση των βρεφών (Gottman, 2015).

Στο αναπτυξιακό αυτό στάδιο εμφανίζεται το κοινωνικό χαμόγελο, πιο πριν στον ύπνο του εμφανίζεται το βρεφικό μειδίαμα, τον 3ο-4ο μήνα κάνουν την εμφάνισή τους οι εκφράσεις λύπης, θυμού και τον 7ο μήνα οι εκφράσεις φόβου. Οι συναισθηματικές εκφράσεις επηρεάζονται από το περιβάλλον και την συναισθηματική κοινωνικοποίηση που επικρατεί. Τον 3ο μήνα, τα παιδιά παρατηρούν την μητέρα και μιμούνται κάποιες από τις εκφράσεις της. Όμως, συχνά, καθώς μεγαλώνουν, μαθαίνουν να μην εκδηλώνουν όλα τα συναισθήματά τους και να λειτουργούν με βάση τους ισχύοντες κανόνες συναισθηματικής έκφρασης (Sroufe, 2005).

### **3.5.1.2 Βρεφική ηλικία (6 -9 μηνών)**

Στη βρεφική ηλικία 6-9 μηνών περιλαμβάνονται νέα αναπτυξιακά επιτεύγματα, όπως η έντονη κινητικότητα του παιδιού, η ικανότητα της μετάθεσης της προσοχής, η προσκόλληση στους γονείς, η κατανόηση της ομιλίας και ο φόβος για τα άγνωστα πρόσωπα -αντιδρά με σοβαρή έκφραση προσώπου στην παρουσία ενός ξένου ατόμου, εμφανίζει επιφυλακτικότητα και δισταγμό απέναντι στα καινούρια αντικείμενα (Sroufe, 2005)- που όλα μαζί εμφανίζονται ως μια δεξιότητα γνωστή ως κοινωνική αναφορά. Μέσα από το μηχανισμό της κοινωνικής αναφοράς, το παιδί στρέφεται στους γονείς για συναισθηματική ανατροφοδότηση, ενθάρρυνση ή αποθάρρυνση για μια συγκεκριμένη πράξη. Το παιδί αναζητά συναισθηματικά σήματα για να καλλιεργήσει μια συναισθηματική ασφάλεια (Gottman, 2015). Ανάμεσα σε αυτά τα σημαντικά αναπτυξιακά άλματα οι γονείς διαδραματίζουν έναν μοναδικό ρόλο στη συναισθηματική ζωή του παιδιού τους καθώς οφείλουν να ανταποκρίνονται στις συναισθηματικές του αντιδράσεις και να ενισχύουν το συναισθηματικό τους δεσμό με τα βρέφη αυτής της ηλικίας .

### **3.5.1.3 Βρεφική ηλικία (9-12 μηνών)**

Κατά την τρίτη φάση της βρεφικής ηλικίας 9-12 μηνών παρατηρείται για πρώτη φορά η αμφίδρομη συνομιλία σχετικά με το συναίσθημα , γεγονός πολύ σημαντικό για την καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης. Τα παιδιά αρχίζουν να έχουν συναισθηματική επίγνωση ,να κατανοούν δηλαδή ότι και άλλοι άνθρωποι συµμερίζονται τα συναισθήματά τους, γεγονός που ενισχύει τον συνεχώς αναπτυσσόμενο συναισθηματικό δεσμό του με τους γονείς. Ταυτόχρονα την ίδια περίοδο λαμβάνει χώρα η έννοια της σταθερότητας των αντικειμένων και των προσώπων,- η ικανότητα των παιδιών να κατανοούν ότι τα πρόσωπα και τα αντικείμενα έχουν βαθμό διάρκειας και σταθερότητας. Η αναπτυσσόμενη κατανόηση της σταθερότητας των αντικειμένων και των προσώπων , συνδέεται με την ολοένα και μεγαλύτερη προσκόλληση του παιδιού Η προσκόλληση κατά την οποία το βρέφος δείχνει ξεχωριστή προσοχή στο άτομο που το φροντίζει, αντιμετωπίζοντας το ως πηγή ασφάλειας (Sroufe, 2005). καθίσταται ένα σημαντικό αναπτυξιακό επίτευγμα στη ζωή του βρέφους αυτής της ηλικίας , στο οποίο οι γονείς πρέπει να ανταποκρίνονται με ενσυναίσθηση και στοργή, ώστε να ενισχύουν τον συναισθηματικό δεσμό με το παιδί τους. (Gottman, 2015).



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

### **3.5.2 Νηπιακή ηλικία (1-3ων ετών)**

Η νηπιακή ηλικία χαρακτηρίζεται από την ανάπτυξη της αυτογνωσίας, της αυτονομίας και της αυτοεπίγνωση γνώρισμα τα οποία σε συνδυασμό με την ανάπτυξη των γλωσσικών δεξιοτήτων των νηπίων ευνοούν την καλλιέργεια της συναισθηματικής αγωγής.

Παράλληλα διαπιστώνονται συμπεριφορικές αντανάκλασεις του αναδυόμενου αυτόνομου εαυτού (Goleman, 2011). Το παιδί βιώνει τις πρώτες ενσυνείδητες εμπειρίες του εαυτού και κατά συνέπεια κατασκευάζει πρωτοτυπικές νοητικές αναπαραστάσεις του εαυτού του (Sroufe, 2005). Αναγνωρίζει τις εκφράσεις του γονιού και έχει τη δυνατότητα να παρατείνει τις καταστάσεις θετικής συναισθηματικής διέγερσης (Sroufe, 2005).

Καθώς πρωταρχικός αναπτυξιακός στόχος των νηπίων είναι να επιβληθούν ως ανεξάρτητες οντότητες, ο γονέας πρέπει να αποφεύγει καταστάσεις που κάνουν ένα παιδί να νιώθει, ότι δεν έχει δύναμη, αλλά αντιθέτως να του δίνουν την ευκαιρία όποτε είναι δυνατόν, πολλών μικρών επιλογών.

Χαρακτηριστικό επίσης γνώρισμα αυτής της ηλικίας, είναι η αναπτυσσόμενη έννοια του Εγώ, γεγονός που καθιστά δύσκολη την ανάπτυξη του συνεργατικού παιχνιδιού κι του μοιράσματος παιχνιδιών, καθώς τα νήπια όχι μόνο έλκονται το ένα από το άλλο, αλλά και συμπάσχουν στα συναισθήματα του διπλανού τους - η λέξη «συμπάθεια» (empathy) ορίζεται ως η συναισθηματική εμπλοκή του ενός στην συναισθηματική κατάσταση του άλλου και χρησιμοποιείται εδώ με την ετυμολογική της σημασία αντί του όρου ενσυναίσθηση (Κακαβούλης, 1997)- εν τούτοις δεν διαθέτουν ακόμη τις κοινωνικές δεξιότητες που απαιτούνται. Έτσι συχνά παρατηρούνται συγκρούσεις και συναισθηματικές εξάρσεις. Αυτές οι έκρυθμες καταστάσεις συνιστούν σημαντικότερες ευκαιρίες για συναισθηματική αγωγή (Gottman, 2015).

### **3.5.3 Πρώτη παιδική ηλικία (4ων -7 ετών)**

Ένας από τους σημαντικότερους αναπτυξιακούς στόχους της πρώτης παιδικής ηλικίας είναι η ρύθμιση των συναισθημάτων του παιδιού, το οποίο καλείται τώρα να μάθει να διορθώνει την ανάρμοστη συμπεριφορά, να συγκεντρώνει την προσοχή του και να οργανώνεται προκειμένου να πετύχει έναν εξωτερικό στόχο.

Τα παιδιά σ' αυτήν την ηλικία κατανοούν τα συναισθήματά τους και μπορούν να τα ελέγξουν. Δρουν και συμπεριφέρονται με βάση τους κοινωνικούς κανόνες τους οποίους και εσωτερικεύουν. Αντιλαμβάνονται ότι πολλές φορές τα συναισθήματα εξαρτώνται και από



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

το τι περιμένουμε από τον άλλον με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται να διακρίνουν τι νιώθει ένα άτομο και τι θέλει να δείξει στους υπόλοιπους. Εκφράζουν πιο σύνθετες συναισθηματικές έννοιες, όπως υπερηφάνεια, ζήλεια, και νιώθουν πιο συχνά τα συναισθήματα της υπερηφάνειας και της ενοχής σε αντίθεση με το συναίσθημα της ντροπής που ένιωθαν όταν ήταν νήπια (Χατζηχρήστου, 2004)

Στην προσχολική ηλικία, το φανταστικό παιχνίδι μπορεί να λειτουργήσει ως μια πλατφόρμα έκφρασης συναισθημάτων και «κατευνασμό» συγκρούσεων και οδυνηρών συναισθημάτων. Συμβάλλει επίσης στη συναισθηματική αυτορρύθμιση (Goleman, 2011). Τα παιδιά αποκαλύπτουν βαθιά συναισθήματα μέσα από το φανταστικό παιχνίδι. Πάνω στο παιχνίδι, το παιδί προβάλλει τους φόβους, τις ανασφάλειες και τις ανησυχίες του. Οι συχνότεροι φόβοι που έρχονται αντιμέτωπα τα παιδιά σε αυτήν την ηλικία είναι ο φόβος της έλλειψης δύναμης, της εγκατάλειψης, του σκοταδιού, του εφιάλη, των γονεϊκών συγκρούσεων, του θανάτου. Οπότε, ο γονέας οφείλει να παρατηρεί προσεκτικά τα παιχνίδια «προσποίησης» των παιδιών (Gottman, 2015).

#### **3.5.4 Μέση παιδική ηλικία (8-12 ετών)**

Στη μέση παιδική ηλικία η νοητική ανάπτυξη των παιδιών συντελείται με ταχύτατο ρυθμό. Παράλληλα τα παιδιά μαθαίνουν τη δύναμη των γνωστικών λειτουργιών στο συναίσθημα, κατανοούν την πολυπλοκότητα τους και τις αιτίες που τα προκαλούν. Η συναισθηματική τους κατάσταση επηρεάζεται από διάφορες παραμέτρους, τις οποίες και αναγνωρίζουν. Επιπλέον, κατανοούν ότι τα άτομα μπορεί να αισθάνονται διαφορετικά σε διαφορετικές καταστάσεις, ότι τα συναισθήματά τους μπορεί να επηρεάζονται από το αποτέλεσμα στο οποίο καταλήγουν και ότι η χρονική στιγμή εμφάνισης ενός συναισθήματος παίζει καθοριστικό ρόλο στον τρόπο αντίδρασής τους. Η ενσυναίσθηση βιώνεται στην πλήρη της μορφή, δεν εκφράζουν μόνο τα συναισθήματα του άλλου αλλά και τα συμμερίζονται (Χατζηχρήστου, 2004).

Όλα τα συναισθήματα εκφράζονται με διαφορετικό τρόπο και συχνότητα μεταξύ των δύο φύλων σ' αυτήν την ηλικία (Χατζηχρήστου, 2004). Συνήθως τα αγόρια αποφεύγουν να εκφράσουν φόβο, δειλία ή πόνο για να μην χαρακτηριστούν ευαίσθητα ή ευάλωτα από τους άλλους, γεγονός που εξαρτάται από διάφορους παράγοντες όπως είναι η ιδιοσυγκρασία, οι αξίες κάθε οικογένειας, τα ατομικά χαρακτηριστικά των γονέων, οι μεταξύ τους σχέσεις, οι αντιλήψεις τους για τον ρόλο των δύο φύλων και άλλα.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Τα παιδιά αυτής της ηλικίας προσπαθούν να καταπνίξουν τα συναισθήματα τους και αποκτούν μεγαλύτερη επίγνωση της δύναμης της νόησης, της λογικής και του ορθολογισμού.

Παράλληλα όμως δε λείπουν και αντιφάσεις στην ηλικία αυτή καθώς ένα παιδί μπορεί να περιφρονεί ή και να κοροϊδεύει τους μεγάλους, και ταυτόχρονα να είναι αφοσιωμένο στα πρότυπα- όχι πάντα θετικά- της ομάδας των συνομηλίκων. Η πλήρης συμμόρφωση των παιδιών στους κανόνες της ομάδας των συνομηλίκων αποτελεί μέρος μιας φυσιολογικής και υγιούς ανάπτυξης του παιδιού. Κρίνεται ωστόσο σκόπιμο οι γονείς να αξιοποιούν αυτές τις ευκαιρίες και δίνουν λύσεις σε τυχόν προβλήματα που προκύπτουν σε συνάρτηση πάντα με τις οικογενειακές αξίες, καλύπτοντας έτσι την ανάγκη του συναισθηματικού δεσμού με τους γονείς που χρειάζονται τα παιδιά αυτής της ηλικίας και της τρυφερής καθοδήγησης. (Gottman, 2015).

### **3.5.5 Εφηβική ηλικία (άνω των 12 ετών)**

Η προσοχή του εφήβου στην ηλικία άνω των 12 ετών είναι στραμμένη στον εαυτό του, και στις σχέσεις με τους φίλους του. Η φιλία για τους περισσότερους έφηβους αποτελεί το όχημα για την εξερεύνηση της δικής τους ταυτότητας και κεντρικό σημείο αναφοράς τους. Αυτή η αναζήτηση του Εαυτού πολύ συχνά εμφανίζει αλλαγές και μπορεί ακόμα να μην είναι ομαλή και απρόσκοπτη αποτελεί μία απόλυτα υγιής φάση της αναπτυξιακής πορείας του ατόμου.

Χαρακτηριστικό επίσης γνώρισμα αυτής της ηλικίας είναι η εξισορρόπηση ανάμεσα στη λογική και το συναίσθημα. Ο συναισθηματικός τομέας στην εφηβεία είναι ο πιο ασταθής λόγω των ορμονικών στοιχείων που αναπτύσσονται και της σεξουαλικότητας. Κατά την πορεία ανάπτυξης της ταυτότητας τους οι έφηβοι βιώνουν αντιφατικά συναισθήματα και μεταπτώσεις. Εκφράζουν τα συναισθήματα τους ανάλογα με τις προσδοκίες που έχουν οι άλλοι γι' αυτούς.

Οι στενές σχέσεις με τους γονείς περιορίζονται . Οι συγκρούσεις στην οικογένεια είναι συχνές και τα βιώματα έντονου άγχους και αρνητικών συναισθημάτων αποτέλεσμα αυτών. Στην εμφάνιση και την ένταση των συναισθηματικών μεταπτώσεων παίζει ρόλο και η ιδιοσυγκρασία του κάθε παιδιού και το περιβάλλον που μεγάλωσε. Προς το τέλος της εφηβικής περιόδου ο έφηβος μπορεί μόνος του να ελέγξει και να ρυθμίσει τις συναισθηματικές του μεταπτώσεις ισορροπώντας τα συναισθήματά του με αποτέλεσμα να



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

οδηγείται στην συναισθηματική ωρίμανση. Η αντιμετώπιση του άγχους που είναι έντονη αυτήν τη περίοδο γίνεται με τους μηχανισμούς της αποφυγής, της εκλογίκευσης και της άρνησης (Gottman, 2015).

Οι γονείς οφείλουν ακόμα και σε αυτήν την αναπτυξιακή φάση που βιώνουν τα παιδιά τους να λειτουργήσουν ως «συναισθηματικοί μέντορες», να αποδεχτούν ότι η εφηβεία είναι μία περίοδος κατά την οποία τα παιδιά απομακρύνονται από τους γονείς, να δείξουν το σεβασμό τους, να εξασφαλίσουν ένα κοινωνικό περίγυρο με ενήλικες με κοινές ηθικές αξίες, να ενθαρρύνουν τα παιδιά στη λήψη ανεξάρτητων αποφάσεων, εκφράζοντας έτσι την εμπιστοσύνη στη κρίση των παιδιών και κυρίως εφαρμόζοντας τις αρχές της συναισθηματικής αγωγής αποδεικνύοντας ότι είναι σύμμαχοι των παιδιών καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους.

Και στις πέντε διαφορετικές περιόδους της ανάπτυξης του ατόμου, από τη γέννηση του και μέχρι τη στιγμή της ενηλικίωσης του είναι απαραίτητο να καλλιεργηθεί και να αναπτυχθεί σε κάθε φάση η συναισθηματική νοημοσύνη. Αναγνωρίζοντας τα συναισθήματα των παιδιών, ακούγοντας με προσοχή και ενσυναίσθηση συγκροτούνται τα θεμέλια της συναισθηματικής σύνδεσης γονέων και παιδιών και επιτυγχάνεται η συναισθηματική αγωγή, ώστε να μπορέσει να αναπτύξει το παιδί τις συναισθηματικές του ικανότητες.

### **3.6 Πέντε στάδια συναισθηματικής αγωγής του Gottman**

Τα 5 στάδια συναισθηματικής αγωγής του Gottman, κατά τα οποία το παιδί καλλιεργεί τις συναισθηματικές του ικανότητες είναι τα εξής:

#### **3.6.1 Επίγνωση των συναισθημάτων του παιδιού**

Σύμφωνα με τον Gottman (2015) λέγοντας επίγνωση των συναισθημάτων ή αλλιώς συναισθηματική επίγνωση εννοούμε το να αναγνωρίζει το άτομο τότε βιώνει ένα συναίσθημα, ότι μπορεί να κατονομάσει τα συναισθήματά του και ότι είναι ευαίσθητο στην εκδήλωση των συναισθημάτων των άλλων. Για να μπορέσει ο γονέας να νιώσει αυτά που νιώθουν τα παιδιά του θα πρέπει πρώτα να έχει ο ίδιος επίγνωση των δικών του συναισθημάτων.

Για την καλλιέργεια της συναισθηματικής αυτοεπίγνωσης στην οικογένεια είναι αναγκαίο να διατηρείται ο διάλογος, να υπάρχει σεβασμός και ένδειξη κατανόησης όσων λέει το παιδί. Σε περίπτωση που ο γονέας δεν μπορεί να ανταποκριθεί σε έναν διάλογο είναι



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

καλύτερα να αποσύρεται για όση ώρα χρειάζεται , μέχρι να είναι και πάλι σε θέση να ακούσει με προσοχή το παιδί του. Τέλος αναγκαία κρίνεται η υπομονή και ο χρόνος μέχρι την εδραίωση της συναισθηματικής αυτοεπίγνωσης.

### **3.6.2 Εκδήλωση συναισθήματος ως ευκαιρία για οικειότητα και καθοδήγηση**

Ένα επίσης σημαντικό στάδιο της συναισθηματικής αγωγής είναι η εκδήλωση ενός συναισθήματος του παιδιού μας , να γίνεται η ευκαιρία για οικειότητα και καθοδήγηση καλλιεργώντας έτσι τη συναισθηματική νοημοσύνη. Βάση αυτής της θεώρησης ο γονέας οφείλει να αποδέχεται όλα τα συναισθήματα του παιδιού του , θετικά και αρνητικά, να προβαίνει σε προσεκτική ακρόαση αυτών και να λειτουργεί ως αρωγός στη διαχείριση των συναισθημάτων του παιδιού. Έτσι οικοδομείται μια σωστή σχέση και το παιδί μαθαίνει ότι ο γονέας παραμένει ένας σύμμαχος του, που μπορεί να βρεθεί δίπλα του ακόμα και αν προκύψει μία μεγάλη κρίση, οπότε και οι δύο μαζί θα σχεδιάσουν από κοινού πως θα ενεργήσουν. Gottman( 2015)

### **3.6.3 Ενσυναισθητική ακρόαση και αναγνώριση των συναισθημάτων των παιδιών**

Το τρίτο στάδιο , η ακρόαση με ενσυναίσθηση αποτελεί το σημαντικότερο βήμα στη διαδικασία της συναισθηματικής αγωγής. Σύμφωνα με τον Goleman (1999) η ενσυναίσθηση είναι η επίγνωση των συναισθημάτων, των αναγκών και των ανησυχιών των άλλων, η προσπάθεια κατανόησης της ετερότητας, της ιδιαιτερότητας του άλλου και αποτελεί μία από τις βασικές διαστάσεις/στοιχεία της συναισθηματικής νοημοσύνης. Σε συνάρτηση με άλλες ικανότητες (αυτορρύθμιση κλπ.) συντελεί στην εκπαίδευση ως ένα είδος εγγραμματισμού, του «συναισθηματικού εγγραμματισμού», σε αντιδιαστολή του όρου «συναισθηματικά αναλφάβητος» των M. B. Freedman και B. S. Sweet (Goleman, 1998). O Gottman (2000) αναφέρει ότι ενσυναίσθηση είναι το θεμέλιο της συναισθηματικής αγωγής και οικοδομείται πάνω στην αυτοεπίγνωση (Goleman, 1998).

Παιδιά που επιδεικνύουν μεγαλύτερη ενσυναίσθηση έχουν μεγαλύτερη διάθεση για βοήθεια και έναν θετικό τύπο ηθικής κρίσης (Mehrabian, Young & Sato, 1988, VanIJzendoorn, 1997, όπ αναφ. στο Στάλικα & Χαμοδράκα, 2004:144 οπ αναφ. στη Μανουσάκη X. , 2018) και εκδηλώνουν λιγότερη επιθετικότητα, καθώς σχετίζεται αρνητικά με την επιθετικότητα (Feshbach, 1997, Feshbach & Feshbach, 1982, Mehrabian & Epstein, 1972, Miller & Eisenberg, 1988, οπ. αναφ. στο Μαλικιώση-Λοϊζου, χ,χ), αποδέχονται εύκολα την ετερότητα του άλλου (Ματσαγγούρας, 2006), έχουν καλύτερη ικανότητα συνεργατικότητας



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

(Markus, Roke & Bruner, 1985. Marcus, Telleen, & Roke, 1979, οπ. αναφ. στο Μαλικιώση-Λοΐζου, χ,χ) προσανατολίζονται σε μια ποικιλία διαπροσωπικών σχέσεων στη ζωή τους, στην επαγγελματική ζωή, στην οικογενειακή ζωή καθώς και σε επαφή με ανθρώπους άλλων πολιτιστικών και εθνικών ομάδων (Batson & Ahmed, 2001, Hoffman, 2000, Rasoaletal.,2011, όπ. αναφ. στο Καταγή, 2017), αναπτύσσοντας μια πολιτισμική ενσυναίσθηση και μια δεξιότητα κοινωνικής και πολιτιστικής επίγνωσης, την έννοια του ενημερωμένου και ενεργού πολίτη, που γνωρίζει και προασπίζεται τα δικαιώματα τα δικά του και των συμπολιτών του, (Drake, 2001) σε επίπεδο τοπικό, εθνικό, παγκόσμιο (Voogt et al., 2010, όπ. αναφ. στο Θωμά, Καραφωτιά, Τζοβλά, 2016) δημοκρατίας, την οικονομική ανάπτυξη και την κοινωνική ευημερία των σύγχρονων κοινωνιών (UNESCO, 2010, Partnership for 21st Century Learning, 2012) οπ. αναφ. στη Μανουσάκη Χ. , 2018

Με τον όρο «ακρόαση», ο Gottman ( 1999) εννοεί ότι ο ενσυναισθητικός ακροατής χρησιμοποιεί, πέρα από τα αυτιά, τα μάτια του, για να εντοπίσει τις σωματικές ενδείξεις των συναισθημάτων που βιώνει το παιδί, το λόγο του, για να επαναδιατυπώσει με ήρεμο, μη επικριτικό τρόπο, τα λόγια του παιδιού, ώστε να το βοηθήσει να αναγνωρίσει και να κατονομάσει το συναισθηματικό πλούτο που βιώνει. Ακόμη, χρησιμοποιεί τη φαντασία του για να αντιληφθεί την κατάσταση, όχι απλώς όπως «φαίνεται», αλλά όπως τυχόν μπορεί να τη βιώνει το παιδί, αλλά πέρα από τη φαντασία, χρησιμοποιεί κυρίως την καρδιά του, την οποία αφήνει ελεύθερη και ανοιχτή, να νιώσει αυτό που νιώθει το παιδί του. Γι' αυτό το λόγο, θα πρέπει η στάση του κηδεμόνα να είναι χαλαρή, με προσεκτικό τόνο, στο ίδιο επίπεδο και ύψος με το παιδί (ούτε ψηλότερα, ούτε χαμηλότερα από αυτό), και συγκεντρωμένη.

Σε μια συναισθηματική στιγμή, όπου το παιδί αποκαλύπτει τα συναισθήματά του κρίνεται σκόπιμο η ακρόαση και η παρατήρηση όσων λέει το παιδί. Έτσι ο γονέας αποδεικνύει ότι ακούει προσεκτικά και ότι αναγνωρίζει τα συναισθήματά του παιδιού. Κρίνεται επομένως προτιμότερο να αναφέρονται αυτά που παρατηρεί ο γονέας και να αποφεύγονται ερωτήσεις, ιδίως αυτές των οποίων η απάντηση είναι ήδη γνωστή.

Ένας ακόμη αποτελεσματικός τρόπος για να δείξει ο γονέας την κατανόηση του στο παιδί του και να το διαβεβαιώσει ότι παρόμοια συναισθήματα είναι λογικό και θεμιτό να υπάρχουν αφού τα έχουν νιώσει ακόμα και οι γονείς είναι η αναφορά παραδειγμάτων από την παιδική ηλικία των ίδιων των γονέων.

### **3.6.4 Λεκτική έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού με τη βοήθεια του γονέα-κηδεμόνα**

Σημαντικό στάδιο στην συναισθηματική αγωγή των παιδιών αποτελεί η ικανότητα των παιδιών να μπορούν να προσδιορίσουν λεκτικά τα συναισθήματά τους, όπως τα βιώνουν. Με τον τρόπο αυτό υπάρχει μεταβολή του άμορφου και άβολου συναισθήματος σε κάτι πιο συγκεκριμένο που μπορεί να έχει υπόσταση και όρια, και να αποτελεί μέρος της καθημερινότητας μας. Έτσι, τα συναισθήματα, μετατρέπονται σε εμπειρίες που ο καθένας αναγνωρίζει, μπορεί να βιώνει και να χειρίζεται (Lewis & Stieben, 2004).

Παράλληλα η έκφραση λεκτικά των συναισθημάτων, συνάδει με την ενσυναίσθηση. Ο γονέας που βοηθάει το παιδί του να προσδιορίσει και να εκφράσει τα συναισθήματά του, όποια και αν είναι αυτά, ταυτόχρονα του αποδεικνύει ότι το κατανοεί. Η συμβολή του κηδεμόνα βρίσκεται στο σημείο όπου «ωθεί» το παιδί να μάθει να εκφράζεται για όσα νιώθει. Δεν του υπαγορεύει αυτό που «χρειάζεται» να πει, απλώς το βοηθά να χτίσει το λεξιλόγιο που αφορά στα συναισθήματα. Έτσι, αναπτύσσοντας τη συναισθηματική τους νοημοσύνη και όντας ικανό να την εκφράσει, ένα παιδί πολύ πιθανό να συγκεντρώνεται καλύτερα, να χτίζει γερές και ουσιαστικές ανθρώπινες σχέσεις, υψηλότερη σχολική επίδοση και καλή υγεία, καθώς όλα συσχετίζονται άμεσα με την ικανότητα του ατόμου να ηρεμεί μόνο του, επιλύοντας ό, τι το βαραίνει (Gottman,1995). Το καθήκον του γονέα είναι να βοηθήσει το παιδί όχι μόνο να αναγνωρίζει όλα όσα αισθάνεται αυτό, αλλά και όσα αισθάνονται οι γύρω του, να του διδάξει, δηλαδή, τη συναισθηματική νοημοσύνη (Arnall, 2008). Η λεκτικοποίηση του συναισθήματος, με την έννοια αυτή, δρα χαλαρωτικά, δίνοντας στο παιδί την αίσθηση, ότι η κατάσταση είναι πιο διαχειρίσιμη. Επιτυγχάνεται με αυτόν τον τρόπο η αυτορρύθμιση του συναισθήματος και η αποτελεσματικότερη επίλυση των ενδεχόμενων προβλημάτων που προκύπτουν.

### **3.6.5 Καθορισμός ορίων και βοήθεια για την επίλυση προβλημάτων**

Το τελευταίο στάδιο της συναισθηματικής αγωγής, περιλαμβάνει τον καθορισμό ορίων και την βοήθεια που δύναται να δώσουν οι γονείς στα παιδιά τους για να επιλύσουν τυχόν προβλήματα, που ενδεχομένως προκύπτουν, έτσι ώστε να επιτευχθεί η οικοδόμηση της ενσυναίσθησης και η αύξηση της συναισθηματικής νοημοσύνης. Η διαδικασία αυτή περιλαμβάνει τα εξής στάδια:

## 1. Θέσπιση ορίων

Οι γονείς ερχόμενοι αντιμέτωποι με μία ανάρμοστη συμπεριφορά του παιδιού τους, αφού πρώτα αναγνωρίσουν το συναίσθημα πίσω από την κακή συμπεριφορά, και βοηθήσουν το παιδί να το κατονομάσει, ώστε να εμπλουτίζει κάθε φορά το χάρτη συναισθημάτων εν συνεχεία θέτουν όρια στη συμπεριφορά αυτή, εξηγώντας ότι ορισμένες συμπεριφορές είναι ανάρμοστες και δεν μπορούν να γίνουν αποδεκτές, και καθοδηγούντο παιδί να σκεφτεί κατάλληλους τρόπους για να εκφράσει τα συναισθήματά του. (Gottman, 2015). «Είναι σημαντικό να γίνει κατανοητό από τα παιδιά ότι το πρόβλημα δεν είναι τα συναισθήματά τους, αλλά η κακή συμπεριφορά. Όλα τα συναισθήματα και όλες οι επιθυμίες είναι αποδεκτά, όχι όμως και όλες οι συμπεριφορές. Το καθήκον των γονέων δεν είναι να θέτουν όρια στις επιθυμίες, αλλά στις συμπεριφορές.» (Ginott, 1965)

Αν και τα όρια σύμφωνα με τον Ginott πρέπει να βασίζονται στις αξίες των γονέων, παραταύτα υπάρχουν κάποιες κατευθύνσεις που ορίζουν το επιτρεπτό και το μη επιτρεπτό ανάλογα με το εξελικτικό στάδιο στο οποίο ανήκει κάθε παιδί, και το οποίο πρέπει να λαμβάνει υπόψη του ο γονέας, έτσι ώστε να αποδέχεται αφενός την «παιδικότητα του παιδιού» και αφετέρου να μην δείχνει μεγάλη ανεκτικότητα, αποδέχοντας τις ανεπιθύμητες πράξεις του παιδιού.

Παράλληλα με τα όρια οι γονείς πρέπει να ορίζουν και συνέπειες για τις πράξεις των παιδιών τους. Συνέπειες καλής συμπεριφοράς μπορούν να είναι π.χ. ένας έπαινος, μια ανταμοιβή ή ένα προνόμιο, ενώ αντίθετα οι συνέπειες της κακής συμπεριφοράς είναι η απώλεια ενός προνομίου ή μιας ανταμοιβής. Τα παιδιά ανταποκρίνονται καλύτερα όταν οι συνέπειες είναι ξεκάθαρες, δίκαιες, σταθερές και συνδέονται με την εκδήλωση της κακής συμπεριφοράς τους

## 2. Καθορισμός στόχων

Αφού οι γονείς θεσπίσουν όρια στις ανάρμοστες συμπεριφορές των παιδιών τους καθορίζουν τους στόχους που αφορούν την επίλυση του προβλήματος που έχει προκύψει. Ο καθορισμός στόχων αποτελεί ένα ακόμα σημαντικό σκαλί στη συναισθηματική αγωγή και γι' αυτό το λόγο δεν θα πρέπει να παρακάμπτεται.

Αρχικά οι γονείς πρέπει να γνωρίζουν (Gottman, 2015) :

α)τι είναι αυτό που θέλει να επιτύχει το παιδί,-π.χ. επανένωση μετά από διαμάχη, .



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

β)τι θα ήταν το ιδανικότερο ως λύση. Ως λύση θεωρούμε την αναζήτηση ενός τρόπου για την αποφυγή μελλοντικών συγκρούσεων.

Το παιδί έρχεται σε θέση να εκφράσει αυτό που επιθυμεί ως λύση, με την κατεύθυνση των γονέων, εάν χρειάζεται, και οικειοποιείται το στόχο που τέθηκε από κοινού ως τρόπο αντιμετώπισης του προβλήματός του. Σε περιπτώσεις που δεν υπάρχει ουσιαστική επίλυση ενός προβλήματος –π.χ. απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου, κ.α.- ο στόχος είναι η αποδοχή και η παρηγοριά.

### 3. Πιθανές λύσεις

Για να δοθούν εναλλακτικές πιθανές λύσεις σε ένα πρόβλημα είναι θεμιτό να υπάρχει συνεργασία των γονέων με το παιδί τους, καθώς συχνά οι γονεϊκές ιδέες αποδεικνύονται πολύτιμες. Πρωτίστως όμως ο γονέας οφείλει να συγκρατηθεί και να καθοδηγεί, να ενθαρρύνει το παιδί του να επεξεργαστεί τις δικές του ιδέες βάση των δικών του εμπειριών. Ο καλύτερος τρόπος για την ανάπτυξη αυτής της διαδικασίας είναι η διατύπωση πολλών ιδεών από το παιδί, και η εφαρμογή της μίας μετά την άλλη έτσι ώστε το ίδιο το παιδί να αποφασίσει ποια από αυτές είναι η καλύτερη. Ακόμα σε μεγαλύτερες ηλικίες υπάρχει η δυνατότητα συζήτησης από κοινού και εύρεσης όλων των δυνατών επιλογών (Gottman, 2011) Σε κάθε περίπτωση οι γονείς για να εξασφαλίσουν τη δημιουργική ροή των ιδεών, οφείλουν να αποδέχονται όλες τις ιδέες των παιδιών, και να τους υπενθυμίζουν κάποιο παλιότερο επίτευγμά τους ώστε να τα ενθαρρύνουν να επιχειρούν μόνα τους να βρίσκουν εναλλακτικούς τρόπους επίλυσης των προβλημάτων και να ενισχύουν με τον τρόπο αυτό παράλληλα την αυτοπεποίθηση των παιδιών τους, και να διατηρούν στο ακέραιο τόσο το χαρακτήρα τους όσο και το αίσθημα της αυτοεκτίμησης τους.

### 4. Εκτίμηση προτεινόμενων λύσεων σε συνάρτηση με τις οικογενειακές μας αξίες

Κατά τη διάρκεια εξέτασης των προτεινόμενων λύσεων όπου έχουν διατυπωθεί από το παιδί με τη συνεργασία του γονέα, είναι σκόπιμο να ενθαρρυνθεί το παιδί να αποφασίσει ποια ιδέα θα απορρίψει και ποια θα εφαρμόσει βάση των οικογενειακών αξιών. Δίνεται λοιπόν η ευκαιρία στους γονείς μέσα από αυτή την διαδικασία να την αξιοποιήσουν και να καθοδηγήσουν τα παιδιά τους ενισχύοντας το ήθος τους.

### 5. Βοήθεια στο παιδί για επιλογή μίας λύσης

Κατά την διερεύνηση των διαφόρων επιλογών και την ενθάρρυνση από τους γονείς για την επιλογή μιας λύσης που θα επιφέρει το μέγιστο δυνατό επιτυχημένο αποτέλεσμα δίνεται η καλύτερη ευκαιρία για καθοδήγηση από τους γονείς και διδαχή αξιών. Επιπλέον κρίνεται σκόπιμο οι γονείς στο στάδιο αυτό να αναφέρουν πως χειρίστηκαν οι ίδιοι παρόμοια προβλήματα στις αντίστοιχες ηλικίες, τι λάθη έκαναν και τι έμαθαν από τις εμπειρίες τους. Στην περίπτωση που το παιδί επιλέγει μία λύση που πιθανόν δεν θα φέρει αποτελέσματα, αλλά είναι ακίνδυνη, συστήνεται να τη δοκιμάσει το παιδί. Έτσι, εάν αποτύχει, θα ενθαρρυνθεί από τους γονείς να μεταβεί στην επόμενη επιλεγμένη λύση. Έτσι, το παιδί αντιλαμβάνεται ότι η κάθε λύση είναι ανοιχτή σε εξέλιξη και επιδέχονται τροποποιήσεις με σκοπό τη βελτίωση. Αντίθετα, είναι φυσιολογικό στη διαδικασία της μάθησης και σε κάθε τους προσαρμογή, έρχονται πιο κοντά σε ένα επιτυχημένο αποτέλεσμα (Riling, King-Casas & Sanfey, 2008)

### 3.7 Συμπεράσματα

Τα τελευταία χρόνια η Συναισθηματική Νοημοσύνη έχει αναδεχθεί σε έναν από τους σημαντικότερους παράγοντες για την επιτυχία και την ανάπτυξη υγιών διαπροσωπικών σχέσεων. Η ικανότητα του ατόμου να αναγνωρίζει τα δικά του συναισθήματα, αλλά και των άλλων ανθρώπων, να διακρίνει και να αντιλαμβάνεται τα διαφορετικά συναισθήματα και ποιά είναι αυτά, και να χρησιμοποιεί τις συναισθηματικές πληροφορίες για να καθοδηγεί τη σκέψη και τη συμπεριφορά του (Goleman, 2011)

Ο όρος «συναίσθημα» αναφέρεται σε αυτό που νιώθει το άτομο βάσει ενός αξιολογούμενου γεγονότος, το οποίο είθισται να συνοδεύεται από αλλαγές στη συμπεριφορά και στον οργανισμό (Χατζηχρήστου και συν., 2004). Όσον αφορά τον όρο νοημοσύνη ο David Wechsler υποστηρίζει πως «η νοημοσύνη είναι μια γενική και σύνθετη ικανότητα του ατόμου να ενεργεί με βάση τους σκοπούς που θέτει, να σκέπτεται με λογικό τρόπο και να ανταποκρίνεται στις εκάστοτε απαιτήσεις του κοινωνικού και φυσικού περιβάλλοντος που το περιστοιχίζει» (Καψάλης, 1987, 2015, όπ. αναφ. στο Σαββάκη, 2017).

Αν και ιστορικά όπως αναφέρει η Μανιουδάκη (2015), η νόηση και το συναίσθημα ήταν έννοιες αντίθετες στον χώρο της φιλοσοφίας, τη δεκαετία του 1980 με τον ορισμό της πολλαπλής νοημοσύνης του Gardrer (1983), τέθηκαν οι βάσεις για την επιστημονική μελέτη και έρευνα της συναισθηματικής διάστασης της νοημοσύνης (Πλατσίδου, 2004).



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Για την ανάλυση και την πορεία της συναισθηματικής ανάπτυξης του ατόμου, έχουν διατυπωθεί μία σειρά από θεωρίες με σημαντικότερες, την θεωρία της συμπεριφοράς του Watson, την ψυχαναλυτική θεωρία (Freud, Jung, Adler, Erikson), την γενετική -γνωστική θεωρία (Piaget) και την θεωρία της συναισθηματικής νοημοσύνης (Goleman, 2011).

Η συναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου μπορεί να ταξινομηθεί σε πέντε στάδια βρεφικό, νηπιακό, πρώτο παιδικό, μέσο παιδικό, και το εφηβικό στάδιο, όπου στο καθένα από τα στάδια αυτά αναπτύσσονται αλλαγές σε βιοσωματικό, σε ψυχοκινητικό, σε γνωστικό και σε κοινωνικο-συναισθηματικό επίπεδο.

Τα 5 στάδια συναισθηματικής αγωγής του Gottman, κατά τα οποία το παιδί καλλιεργεί τις συναισθηματικές του ικανότητες είναι τα εξής: α)Επίγνωση των συναισθημάτων του παιδιού, β) Εκδήλωση συναισθήματος ως ευκαιρία για οικειότητα και καθοδήγηση, γ)Ενσυναισθηματική ακρόαση και αναγνώριση των συναισθημάτων των παιδιών, δ) Λεκτική έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού με τη βοήθεια του γονέα-κηδεμόνα ε)Καθορισμός ορίων και βοήθεια για την επίλυση προβλημάτων

## **4.Σχεδιασμός και εφαρμογή εκπαιδευτικού υλικού για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση γονέων**

### **4.1Εισαγωγή**

Οι εξελίξεις των τελευταίων δεκαετιών σε κοινωνικό και οικονομικό επίπεδο, παράλληλα με την αλλαγή στους ρυθμούς της ζωής έφεραν τους γονείς σήμερα αντιμέτωπους με προβλήματα που δεν υπήρχαν παλιότερα. Με τη σειρά του το παιδί, συχνά παρατηρείται να βιώνει «συναισθηματικό πόνο», να δυσκολεύεται στις σχέσεις με τους συνομήλικους του κ.α. Οι γονείς λοιπόν, κρίνεται αναγκαίο, να επανασυνδεθούν συναισθηματικά με τα παιδιά τους και να αναλάβουν οι ίδιοι τη συναισθηματική τους διαπαιδαγώγηση. Το εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι» επιχειρεί μέσω του εξ αποστάσεως επιμορφωτικού υλικού του να δώσει εναλλακτικούς τρόπους συναισθηματικής διαπαιδαγώγησης στους γονείς. Το πρόγραμμα αυτό στοχεύει μέσα από τον σχεδιασμό και την υλοποίηση του διαδικτυακού περιβάλλοντος επιμόρφωσης γονέων, να ενισχύσει τη συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών.

Προς αυτήν την κατεύθυνση άλλωστε οι Τεχνολογίες της Πληροφορίας και των Επικοινωνιών (ΤΠΕ) προσδίδουν σημαντικές δυνατότητες, προκειμένου να υπάρχει ανταπόκριση στο αίτημα της ευέλικτης επιμόρφωσης ανεξάρτητα της γεωγραφικής εγκατάστασης. Οι Προηγμένες Μαθησιακές Τεχνολογίες (ΠΜΤ) σύγχρονης και ασύγχρονης μετάδοσης υπό παιδαγωγικές προϋποθέσεις προσφέρουν σημαντικές δυνατότητες για τον σχεδιασμό και την υλοποίηση ανοιχτών-πολυμορφικών προγραμμάτων επιμόρφωσης, προσδίδοντας σημαντική ευελιξία ως προς τον τόπο, τον χρόνο και τον ρυθμό της μάθησης (Αναστασιάδης, 2006).

Το κεφάλαιο αυτό αναφέρεται στον σχεδιασμό και την εφαρμογή του εκπαιδευτικού υλικού για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση γονέων. Σκοπός του κεφαλαίου είναι να παρουσιάσει τις παιδαγωγικές αρχές σχεδιασμού, στις οποίες στηρίχθηκε η δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού, να αναδείξει τη μεθοδολογία δημιουργίας του αλλά και το τελικό αποτέλεσμα.

Η δομή του κεφαλαίου αυτού έχει ως εξής: Στο 4.2 υποκεφάλαιο παρουσιάζονται η μεθοδολογία σχεδιασμού του εκπαιδευτικού υλικού και συγκεκριμένα το παιδαγωγικό πλαίσιο στο οποίο στηρίχθηκε και οι βασικές αρχές δημιουργίας του. Στο 4.3 υποκεφάλαιο περιγράφεται το τεχνολογικό πλαίσιο στο οποίο βασίστηκε η δημιουργία του εκπαιδευτικού



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

υλικού. Στο 4.4 υποκεφάλαιο γίνεται αναφορά στην διαδικασία εφαρμογής του. Ολοκληρώνεται το 4<sup>ο</sup> κεφάλαιο με την υποενότητα 4.5 και τα συμπεράσματα της ενότητας.

## **4.2 Μεθοδολογία σχεδιασμού**

### **4.2.1 Παιδαγωγικό πλαίσιο σχεδιασμού**

Στις μέρες μας δίνεται ολοένα και μεγαλύτερη βαρύτητα στις δυνατότητες που παρέχουν οι προηγμένες μαθησιακές τεχνολογίες της πληροφορικής και της επικοινωνίας στην εκπαίδευση. Η ταχύτατη διεξόδυσή τους σε όλους τους τομείς της οικονομικής και κοινωνικής ζωής συνοδεύεται από αισιόδοξες εκτιμήσεις σχετικά με τη συμβολή τους στην αναβάθμιση της διδακτικής διαδικασίας και στη βελτίωση της ποιότητας της μάθησης (Μουζάκης, 2011). Άλλωστε ο νέος ρόλος της εκπαίδευσης συνίσταται στο να εφοδιάσει το σύνολο των πολιτών με τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες, προκειμένου οι πολίτες να ανταποκριθούν στις ολοένα και αυξανόμενες ανάγκες της ψηφιακής εποχής (Αναστασιάδης, 2000).

Έτσι οι νέες τεχνολογίες δεν θα πρέπει να θεωρούνται ως ένα ουδέτερο μέσο διδασκαλίας, αλλά θα πρέπει να αξιοποιηθούν με παιδαγωγικούς όρους (Λιοναράκης, 2006), σε ένα περιβάλλον που θα ενθαρρύνει τον εκπαιδευόμενο στην αναζήτηση της γνώσης. Η χρήση της τεχνολογίας δεν θα πρέπει να θεωρείται αυτοσκοπός, καθώς στόχος των εκπαιδευτικών περιβαλλόντων είναι να παρέχει μαθησιακές ευκαιρίες προσαρμοσμένες στις ανάγκες των εκπαιδευομένων, ακολουθώντας μια παιδαγωγική και διδακτική μεθοδολογία μαθητοκεντρικού χαρακτήρα. Η εξ αποστάσεως επιμόρφωση θα πρέπει να συνδυάζει την τεχνολογία με την εκπαίδευση διατηρώντας στοιχεία δημιουργικότητας και παιδαγωγικού χαρακτήρα (Αναστασιάδης, 2007, Λιοναράκης, 1999).

Σύμφωνα με τους Anderson & Dron (2011) υπάρχουν τρεις γενιές παιδαγωγικών θεωριών που διαμόρφωσαν την εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Αυτές είναι: α) γνωστική-συμπεριφοριστική θεωρία (Cognitive-Behaviorism), κατά την οποία η μάθηση και η απόκτηση γνώσης διαμορφώνονται από τις αντιδράσεις του ατόμου σε περιβαλλοντικά ερεθίσματα και έχουν βασικά χαρακτηριστικά τη γραμμική οργάνωση του περιεχομένου και την ύπαρξη ασκήσεων με ανατροφοδότηση.

β) ο κοινωνικός-εποικοδομισμός (Social Constructivism), ο οποίος βασίζεται στο έργο των Vygotsky και Dewey και εστιάζει περισσότερο στη μάθηση παρά στη διδασκαλία δίνοντας,



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

έτσι, έμφαση στην ανθρώπινη αλληλεπίδραση σε σχέση με την τεχνολογία, διευκολύνει την επικοινωνία, υποστηρίζει τη συνεργασία και ενθαρρύνει τη συλλογική οικοδόμηση της γνώσης, και όχι την απόκτηση γνώσης. Η νέα γνώση είναι προϊόν της συνεχούς αλληλεπίδρασης που συμβαίνει μεταξύ της προηγούμενης, της παρούσας αλλά και της εμπειρίας που πρόκειται να αποκτηθεί.

γ)ο κονεκτιβισμός (Connectivism), ο οποίος αναφέρεται στα κοινωνικά δίκτυα (Facebook, Twitter κλπ.) και εστιάζει στις επιπτώσεις που μπορεί να έχει η μάθηση εξαιτίας των αλληλεπιδράσεων μεταξύ των ατόμων στα δίκτυα αυτά. Επίσης ο κονεκτιβισμός υποστηρίζει ότι δεν είναι ρόλος του ατόμου να απομνημονεύει και να κατανοεί τα πάντα, αλλά όταν χρειαστεί να έχει την ικανότητα να βρει και να εφαρμόσει την γνώση όταν και όπου χρειάζεται.

Η παιδαγωγική προσέγγιση που υιοθετήθηκε για το σχεδιασμό του εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος για γονείς «Συν αισθάνομαι» βασίστηκε στην αξιοποίηση της θεώρησης του Κοινωνικού Εποικοδομισμού (Social constructivism), των κοινοτήτων μάθησης (Learning Communities) (Wenger, 2010), των βασικών αρχών της ΕξΑΕ (ADEC, 2003, όπ. αναφ. στο Αναστασιάδης, 2014) καθώς και της Εκπαίδευσης Ενηλίκων

Στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση, η επικοινωνία διαδραματίζει ένα πολύ σημαντικό ρόλο, κυρίως εξαιτίας της απόστασης μεταξύ του εκπαιδευτή με τον εκπαιδευόμενο, αλλά και των εκπαιδευόμενων μεταξύ τους. Οι εκπαιδευόμενοι είναι αυτόνομοι και ανεξάρτητοι να μελετήσουν το διδακτικό υλικό με το δικό τους ρυθμό, στο δικό τους χρόνο και χώρο, αλλά ταυτόχρονα αισθάνονται την ανάγκη να επικοινωνούν και να αλληλεπιδρούν μεταξύ τους, προκειμένου να ανταλλάσουν απόψεις και προβληματισμούς ή να επιλύουν θέματα που τους απασχολούν σχετικά με το γνωστικό τους αντικείμενο.

Οι κοινότητες μάθησης αποτελούν δικτυακές τοποθεσίες αποτελούμενες από μια ομάδα ατόμων με κοινά ενδιαφέροντα και στόχο την καλλιέργεια της μάθησης και την οικοδόμηση της γνώσης (Kilpatrick, Barrett & Jones, 2003). Οι κοινότητες μάθησης εξαπλώθηκαν ιδιαίτερα στο διαδίκτυο τα τελευταία χρόνια με την ανάπτυξη των εφαρμογών του Web 2.0 δημιουργώντας διαδικτυακά περιβάλλοντα μάθησης που εξυπηρετούν την αλληλεπίδραση μεταξύ των χρηστών (Hui-Chun, Gwo-Jen, Chin-Chung & Nian-Shing, 2009). Τα νέα εργαλεία που έφερε η εμφάνιση του Web 2.0 επιτρέπουν την επικοινωνία, την ανταλλαγή



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

πληροφοριών, τη δημιουργία και το διαμοιρασμό περιεχομένου μεταξύ των χρηστών, μέσα από κοινωνικά περιβάλλοντα δικτύωσης (Facebook, Twitter, YouTube κλπ.).

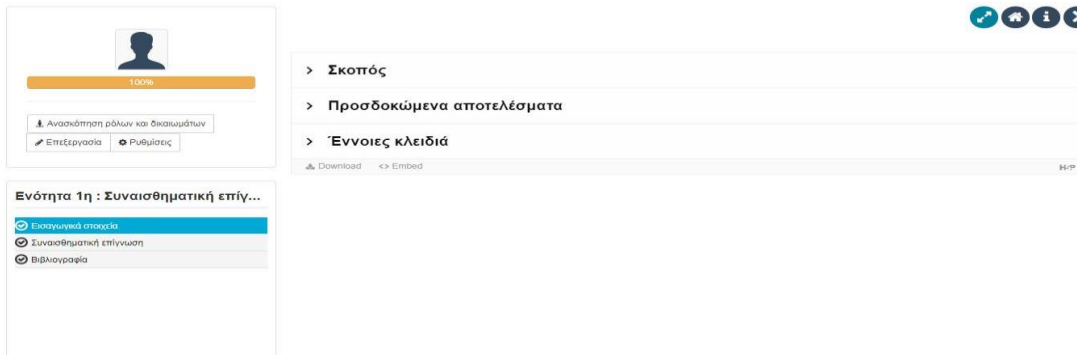
Στο σχεδιασμό του εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος για γονείς «Συναισθάνομαι», η κοινότητα μάθησης δημιουργήθηκε με τη μορφή Ομάδων Συζητήσεων (Forum) με σκοπό την ανταλλαγή ιδεών και θεμάτων που σχετίζονται με τα προβλήματα και τις καταστάσεις που καλούνται να αντιμετωπίσουν οι γονείς στην ανατροφή των παιδιών τους. Οι γονείς επιμορφούμενοι του εξ αποστάσεως προγράμματος συμμετέχουν ως μέλη, με όνομα χρήστη και κωδικό που θα επιλέξουν οι ίδιοι. Κάθε μέλος του forum μπορεί είτε να διαβάσει τις δημοσιεύσεις που υπάρχουν ήδη, είτε να δει τις απαντήσεις άλλων χρηστών, είτε να δημοσιεύσει τη δική του ερώτηση ή απάντηση/σχόλιο σε κάποια άλλη ερώτηση που έχει δημιουργηθεί. Με τον τρόπο αυτό δημιουργείται ένα περιβάλλον αλληλεπίδρασης και επικοινωνίας μεταξύ των συνεπιμορφούμενων, συνεργάζονται μεταξύ τους και αλληλεπιδρούν μέσω ανταλλαγής απόψεων, συμμετέχοντας ενεργά στη διαμόρφωση της μάθησης, προωθώντας την αλληλεπίδραση και την αίσθηση εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών της. Τα άτομα συνεργάζονται μεταξύ τους, αξιολογούν τις γνώσεις των άλλων μελών αλλά και την συνεργασία με τα μέλη άλλων κοινοτήτων μάθησης.

#### **4.2.2 Βασικές αρχές σχεδιασμού**

Κατά τον σχεδιασμό του εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος για γονείς «Συναισθάνομαι» υιοθετήθηκε το Πλαίσιο αρχών της ΕξΑΕ (American Distance Education Consortium (ADEC, 1999, οπ. αναφ. στο Αναστασιάδης, 2006), σύμφωνα με τις οποίες:

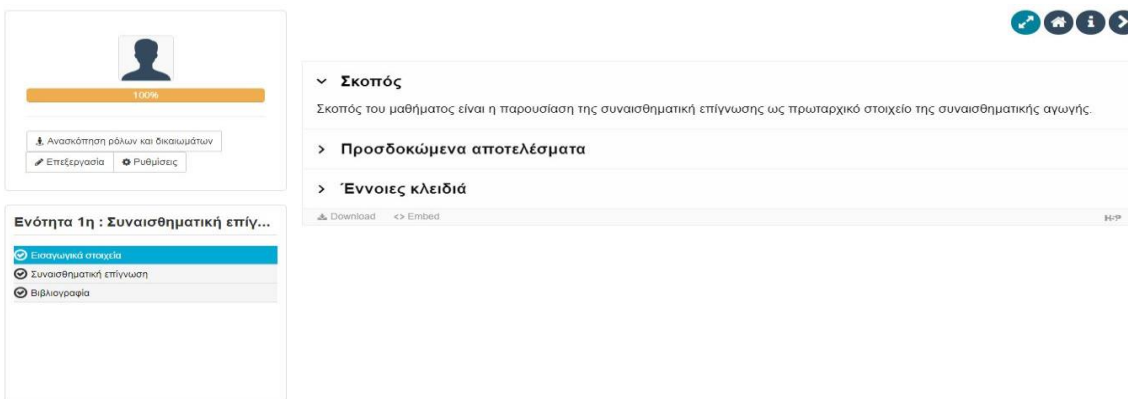
- Το περιβάλλον μάθησης θα πρέπει να διέπεται από ξεκάθαρους μαθησιακούς στόχους και να εστιάζει σε σαφώς καθορισμένα προσδοκώμενα αποτελέσματα, λαμβάνοντας υπόψη τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και τις ανάγκες των εκπαιδευόμενων στα πλαίσια μιας ανοιχτής, ευέλικτης, μαθητοκεντρικής προσέγγισης .

«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»



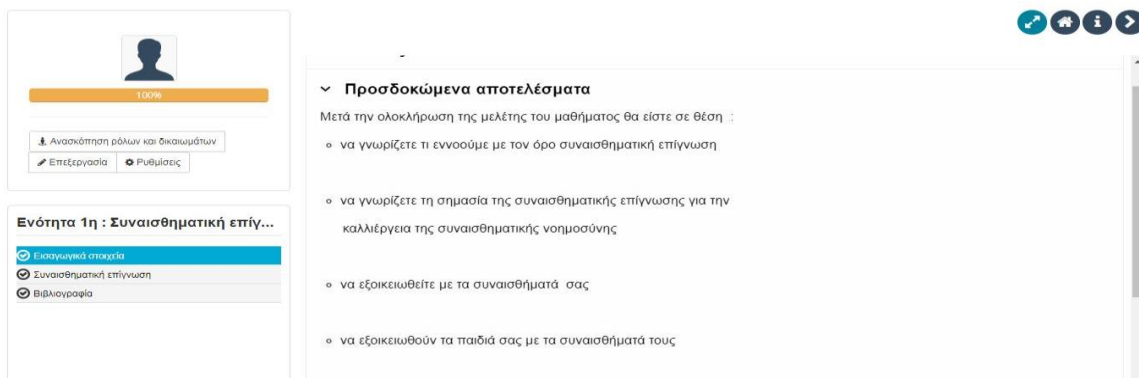
The screenshot shows a course interface with a user profile on the left and a main content area on the right. The main content area is titled 'Σκοπός' (Objectives) and includes sections for 'Προσδοκώμενα αποτελέσματα' (Expected Outcomes) and 'Έννοιες κλειδιά' (Key Concepts). The 'Expected Outcomes' section is expanded, showing a list of items: 'Εισαγωγικά στοιχεία', 'Συναισθηματική επίγνωση', and 'Βιβλιογραφία'. The 'Key Concepts' section is also expanded, showing a list of items: 'Εισαγωγικά στοιχεία', 'Συναισθηματική επίγνωση', and 'Βιβλιογραφία'.

Εικόνα 1:Εισαγωγικά στοιχεία



The screenshot shows a course interface with a user profile on the left and a main content area on the right. The main content area is titled 'Σκοπός' (Objectives) and includes sections for 'Προσδοκώμενα αποτελέσματα' (Expected Outcomes) and 'Έννοιες κλειδιά' (Key Concepts). The 'Objectives' section is expanded, showing a list of items: 'Εισαγωγικά στοιχεία', 'Συναισθηματική επίγνωση', and 'Βιβλιογραφία'. The 'Expected Outcomes' section is also expanded, showing a list of items: 'Εισαγωγικά στοιχεία', 'Συναισθηματική επίγνωση', and 'Βιβλιογραφία'.

Εικόνα 2:Σκοπός μαθήματος



The screenshot shows a course interface with a user profile on the left and a main content area on the right. The main content area is titled 'Προσδοκώμενα αποτελέσματα' (Expected Outcomes) and includes a list of items: 'Εισαγωγικά στοιχεία', 'Συναισθηματική επίγνωση', and 'Βιβλιογραφία'. The 'Expected Outcomes' section is expanded, showing a list of items: 'Εισαγωγικά στοιχεία', 'Συναισθηματική επίγνωση', and 'Βιβλιογραφία'.

Εικόνα 3: Προσδοκώμενα αποτελέσματα

- Ο επιμορφούμενος θα πρέπει να ενθαρρύνεται για να παίρνει μέρος στην επιμόρφωση συνδυάζοντας:

τη μάθηση μέσα από την πράξη (learning by doing) ,

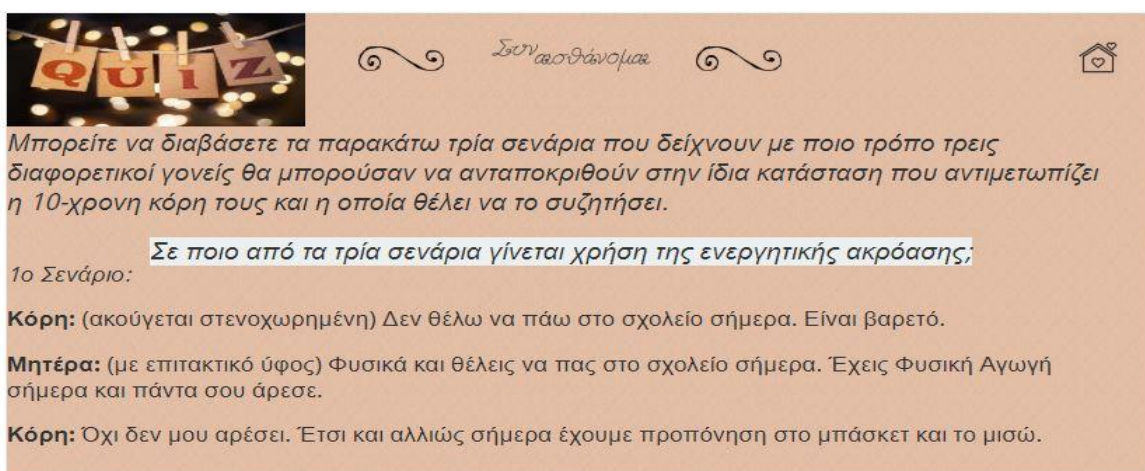
τη μάθηση με αναστοχασμό (learning by reflection),

τη μάθηση μέσα από τη μελέτη περιπτώσεων (case - based learning)

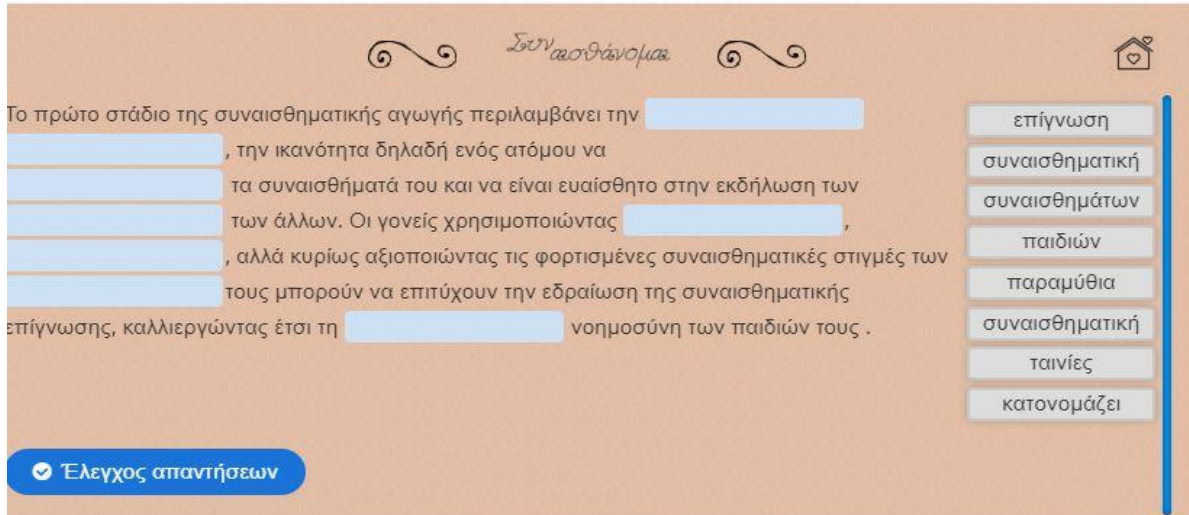
τη μάθηση μέσα από την εξερεύνηση (learning by exploring).



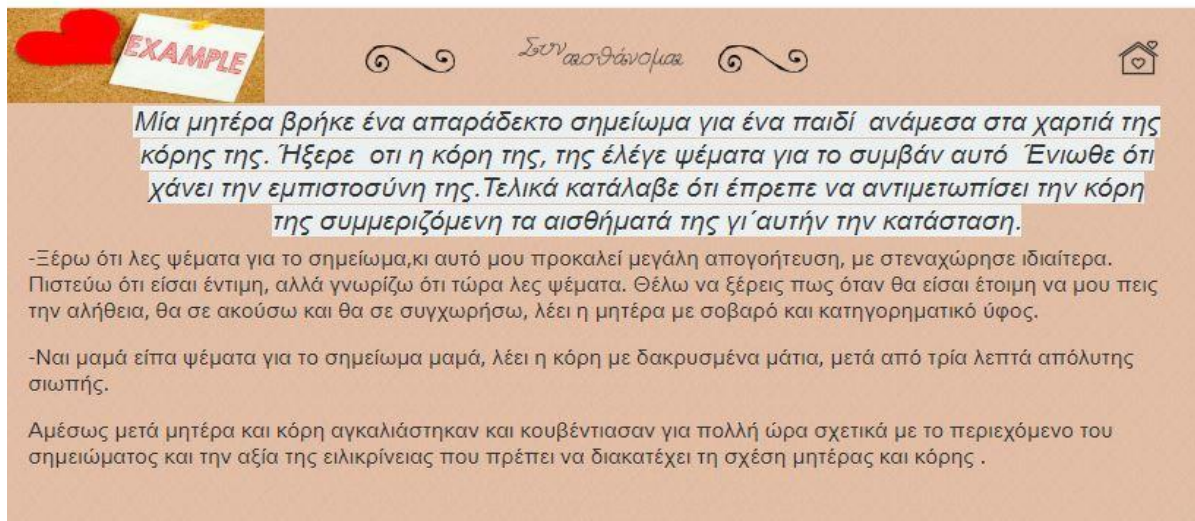
Εικόνα 4 :Μάθηση μέσα από την πράξη



Εικόνα 5:Μάθηση μέσα από τη μελέτη περιπτώσεων

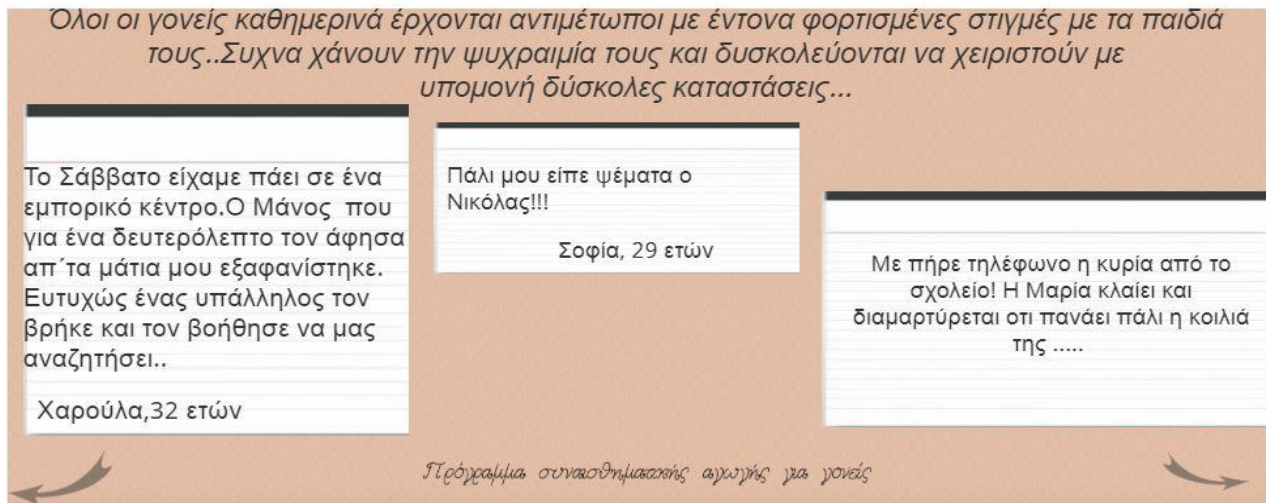


Εικόνα 6: Μάθηση με αναστοχασμό



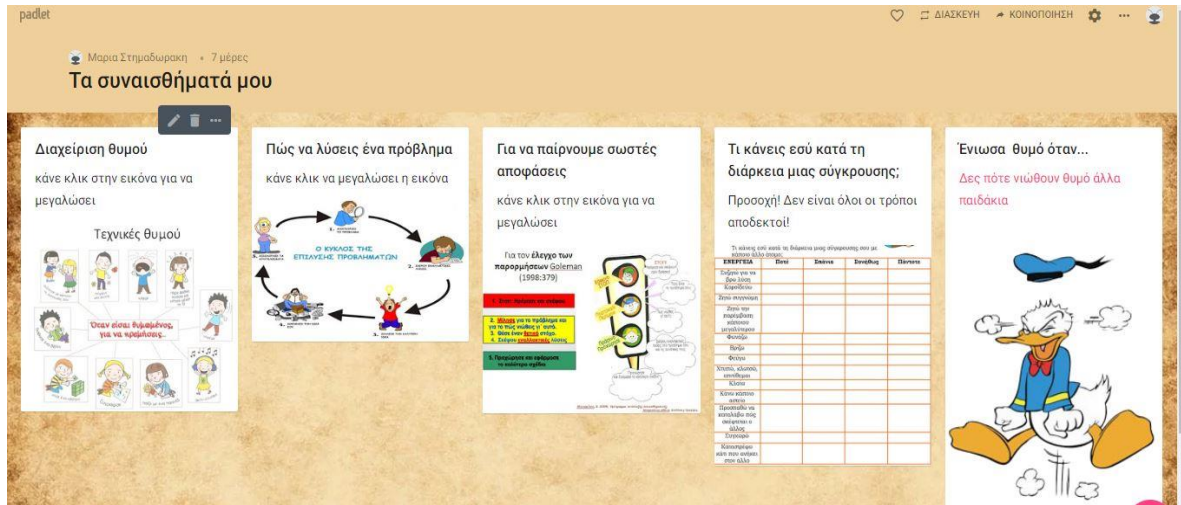
Εικόνα 7 :Μάθηση μέσα από την εξερεύνηση

- Οι στόχοι των μαθημάτων να συνδέονται άμεσα με την μαθησιακή εμπειρία των επιμορφούμενων από την καθημερινή πράξη.



Εικόνα 8 : Μάθηση μέσα από την καθημερινή πράξη

- Τα τεχνολογικά μέσα μαζί με το περιβάλλον μάθησης θα πρέπει να οδηγούν στην ικανοποίηση των μαθησιακών στόχων καλύπτοντας τις μαθησιακές ανάγκες των εκπαιδευόμενων. Το περιβάλλον μάθησης θα πρέπει να συνδυάζει τη χρήση των τεχνολογικών μέσων στη βάση της επίτευξης των μαθησιακών στόχων που έχουν τεθεί, καλύπτοντας τις διαφορετικές ανάγκες μάθησης των εκπαιδευόμενων. Η επιλογή των κατάλληλων τεχνολογικών μέσων εξαρτάται από πολλούς παράγοντες όπως το είδος του εκπαιδευτικού υλικού, τις τεχνολογικές δυνατότητες των εκπαιδευόμενων αλλά και την γενικότερη φιλοσοφία του διδακτικού προσωπικού.
- Το περιβάλλον μάθησης θα πρέπει να ενθαρρύνει την αλληλεπίδραση μεταξύ των επιμορφούμενων, δημιουργώντας τις συνθήκες και υποστηρίζοντας ενεργά την ανάπτυξη κοινοτήτων κοινών ενδιαφερόντων με στόχο την υλοποίηση της συνεργατικής μάθησης.



The screenshot shows a Padlet board with the following cards:

- Διαχείριση θυμού** (Anger Management): Includes a grid of 'Τεχνικές θυμού' (Anger Management Techniques) and a note: 'Όταν είσαι θυμωμένος, γίνε να κρύβεσαι.' (When you are angry, hide).
- Πώς να λύσεις ένα πρόβλημα** (How to solve a problem): Includes a flowchart and the text 'Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΗΣ ΕΠΙΛΥΣΗΣ ΤΩΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ' (The Problem Solving Cycle).
- Για να παίρνουμε σωστές αποφάσεις** (To make good decisions): Includes a decision-making flowchart and the text 'Για τον έλεγχο των παραγόμενων (αποφάσεων) (1998:379)'. It lists steps: 1. Σκεψάτε για το πρόβλημα και τις λύσεις που έχετε, 2. Σκεψάτε τις επιπτώσεις, 3. Σκεψάτε τα οφέλη, 4. Σκεψάτε τα κινδύνους, 5. Πραγματοποιήστε τη λύση που σας αρέσει περισσότερο.
- Τι κάνεις εσύ κατά τη διάρκεια μιας σύγκρουσης;** (What do you do during a conflict?): Includes the text 'Προσοχή! Δεν είναι όλοι οι τρόποι αποδεκτοί!' (Attention! Not all ways are acceptable!) and a table for recording responses.
- Ένιωσα θυμό όταν...** (I felt angry when...): Includes the text 'Δες πότε νιώθουν θυμό άλλα παιδιάκι' (See when other kids feel angry) and a cartoon of Donald Duck.

Εικόνα 9:Μάθηση μέσα από κοινότητες μάθησης

Μέσα από την εφαρμογή του padlet οι επιμορφούμενοι κάνοντας χρήση του ημερολογίου συναισθημάτων και του πίνακα των συναισθημάτων, αναπτύσσουν μία κοινότητα μάθησης με σημείο αναφοράς τα συναισθήματα και έτσι επιτυγχάνεται η συνεργατική μάθηση.

Καθώς το εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι» απευθύνεται σε γονείς χρειάζεται κατά το σχεδιασμό του να ληφθούν υπόψη οι Βασικές Αρχές Εκπαίδευσης Ενηλίκων (Κόκκος, 2005) ,σύμφωνα με τις οποίες:

- 1.Οι επιμορφούμενοι μπορούν να συμμετέχουν ενεργητικά στη διαμόρφωση των μαθησιακών αντικειμένων του περιβάλλοντος, καθώς είναι πλήρως επεκτάσιμο και μπορεί να τροποποιείται σύμφωνα με τις ανάγκες και τις απαιτήσεις τους.
- 2.Ο επιμορφωτής δεν πιέζει τους επιμορφούμενους αλλά τους επιτρέπει να λειτουργούν ελεύθερα και ανεξάρτητα σύμφωνα με τον δικό του προσωπικό χρόνο και ρυθμό. Ο ρόλος του επιμορφωτή είναι κυρίως συντονιστικός και καθοδηγητικός.
- 3.Η αλληλεπίδραση και η ανταλλαγή εμπειριών μεταξύ των επιμορφούμενων θα επιτευχθεί μέσω μιας πλατφόρμας ομάδας συζήτησης (Forum), μέσω συνομιλίας σε πραγματικό χρόνο (Chat) και του εργαλείου Padlet που είναι ένας ψηφιακός πίνακας ανακοινώσεων με βασικό συντονιστή τον εκπαιδευτή.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Σύμφωνα με τους Λιοναράκη και Σπανακά (2017), υπάρχουν επτά βασικές αρχές, ικανές να κατευθύνουν επαρκώς και αποτελεσματικά τη δημιουργία ενός εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού υλικού:

### 1η Αρχή: Διδακτικοί Στόχοι και Μαθησιακά Αποτελέσματα

Αφού έχουμε προσδιορίσει το προφίλ των εκπαιδευομένων, διατυπώνουμε με σαφήνεια τους διδακτικούς στόχους, δηλαδή τι είναι σκόπιμο να του διδάξουμε για να μάθουν, τι δεξιότητες επιθυμούμε να αναπτύξουν και τι στάσεις. Καταλήγοντας στη συνέχεια, στη διατύπωση των προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων που έρχονται ως συνέπεια της επίτευξης των διδακτικών στόχων.

### 2η Αρχή: Ο προφορικός λόγος

Η 2η αρχή τονίζει τη σημασία που έχει για κάθε υλικό εξΑΕ, η μορφή του γραπτού λόγου, όπου θα πρέπει να έχει ουσιαστικά τη μορφή προφορικού λόγου να αποτελεί έναν διάλογο ανάμεσα στο εκπαιδευτικό υλικό και τον επιμορφούμενο.

### 3η Αρχή: Ανακαλυπτική Μάθηση

Σύμφωνα με την 3η αρχή οι σύγχρονες αρχές της Παιδαγωγικής βασίζονται στην ανακαλυπτική μάθηση, τη μάθηση που βήμα –βήμα φτάνει στην ανακάλυψη της γνώσης μέσα από το υλικό και την καθοδήγηση του διδάσκοντα.

### 4η Αρχή: Τι είμαι ικανός να κάνω με αυτά που έμαθα;

Η 4η αρχή αναφέρεται στην ανάπτυξη συγκεκριμένων δεξιοτήτων και γνώσεων που θα αποκτήσουν οι εκπαιδευόμενοι, μέσα από τη μελέτη του εκπαιδευτικού υλικού, καθώς και το πώς θα καταφέρουν να τα αποκτήσουν

### 5η Αρχή: Τα Αυτονόητα

Σύμφωνα με την 5η αρχή σε κάθε εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό υλικό θα πρέπει να διατυπώνονται τα αυτονόητα- αυτά που θεωρούνται ως δεδομένο ότι γνωρίζουν οι επιμορφούμενοι, τα οποία όμως είναι δυνατόν και να μην τα γνωρίζουν.

#### 6η Αρχή: Γιατί αυτό και όχι το άλλο;

Η 6η αρχή αναφέρεται στην αιτιολόγηση που θα πρέπει να υπάρχει στην πρόταση κάθε πηγής, αλλά και στη σύνδεση των προηγούμενων με τα επόμενα στοιχεία του εκπαιδευτικού υλικού.

#### 7η Αρχή: Οι Εικόνες στις Έννοιες

Σύμφωνα με την 7η αρχή πέρα από τον γραπτό λόγο σε ένα εκπαιδευτικό υλικό θα πρέπει να υπάρχουν και εικόνες (οπτική απεικόνιση), έτσι ώστε να επιτευχθεί η οργάνωση αφηρημένων εννοιών, υποβοηθώντας έτσι τη μαθησιακή διαδικασία.

Οι Αναστασιάδης, Σπαντιδάκης & Χατζηδάκη (2014), διέκριναν και αυτοί από τη μεριά τους επτά βασικές αρχές για τη δημιουργία εξ αποστάσεως ΕΥ. Στη συνέχεια αναφέρονται οι αρχές και αναγράφεται συνοπτικά τι αντιπροσωπεύει η καθεμία.

1. Σύμφωνα με την πολυμεσική αρχή (multimedia principle), οι πληροφορίες προσλαμβάνονται και εμπεδώνονται με μεγαλύτερη ευκολία από τον επιμορφούμενο αν παρουσιάζονται παράλληλα μέσω εικόνων και λέξεων.
2. Σύμφωνα με την αρχή της προσαρμοστικότητας (modality principle), η οποία έρχεται να συμπληρώσει την πολυμεσική αρχή, ακόμα πιο βοηθητική είναι η παρουσίαση των πληροφοριών μέσω γραφικών (animation) και ήχου (αφήγησης), ενεργοποιώντας το οπτικό και το ακουστικό κανάλι πρόσληψης πληροφοριών.
3. Σύμφωνα με την αρχή του πλεονασμού – (redundancy principle), θα πρέπει κατά τον σχεδιασμό του ΕΥ να προσέξουμε να μην το υπερφορτώσουμε με περιττές πληροφορίες, η υπερβολική έκθεση πληροφοριών θα πετύχει αντίθετα από τα επιθυμητά αποτελέσματα, μιας και θα υπερφορτώσει την εργαζόμενη μνήμη. Προτείνει λοιπόν οι πληροφορίες να παρουσιάζονται μέσα από αφήγηση και γραφικά, χωρίς την παράλληλη χρήση κειμένου.
4. Σύμφωνα με την αρχή της συνοχής (coherence principle), οι πληροφορίες πρέπει να παρουσιάζονται αποφεύγοντας τη χρήση περιττών κειμένων, εικόνων και ήχων, χρησιμοποιούμε μόνο τα άκρως απαραίτητα για την επίτευξη των μαθησιακών στόχων.
5. Σύμφωνα με την αρχή της σηματοδότησης (signaling principle), είναι πολύ σημαντική η «παροχή των κατάλληλων νύξεων, οι οποίες κατευθύνουν την προσοχή του



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

εκπαιδευόμενου στην ουσιαστικότερη επεξεργασία των πληροφοριών». (Αναστασιάδης, Σπαντιδάκης & Χατζηδάκη, 2014)

6. Σύμφωνα με την αρχή της συνάφειας ή της εγγύτητας (contiguity principle), είναι σημαντική η παράλληλη παρουσίαση κειμένων και εικόνων ή αφηγήσεων και animation, που αφορούν το ίδιο μαθησιακό αντικείμενο, μιας και έτσι μειώνεται «το γνωστικό φορτίο (Mayer, 2001, Doolittle, et al., 2005, Mayer et al., 2001, όπ. αναφ. στο Αναστασιάδης, Σπαντιδάκης & Χατζηδάκη, 2014)

7. Σύμφωνα με την αρχή της κατάτμησης (segmentation principle), η παρουσίαση πληροφοριών γίνεται πιο αποτελεσματικά όταν γίνεται μέσα από σύντομες και στοχευμένες οπτικές και ακουστικές αναπαραστάσεις.

Ο Λιοναράκης (2001) εμπλουτίζοντας τη μεθοδολογία που ανέπτυξε ο Richard West για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση στην Αγγλία (West 1996, όπ. αν. στις Μελίστα & Μόιρα, 2001, 68), αναφέρει ότι τα βασικά στοιχεία που συνθέτουν ένα ποιοτικό εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό υλικό (E.Y.), χωρίζονται σε τρεις βασικές δέσμες που αποτελούν τον κορμό του εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού υλικού.

Πρώτη δέσμη:

- Κείμενο: Αποτελεί τον κεντρικό κορμό του E.Y. και σε αυτό στηρίζονται όλα τα υπόλοιπα στοιχεία του
- Προκείμενα: Δίνουν τη δυνατότητα στον επιμορφούμενο να γνωρίσει το θέμα του E.Y., συνδέοντας παράλληλα την προϋπάρχουσα με τη νέα γνώση. Παραδείγματα προκειμένων αποτελούν τα περιεχόμενα, οι σκοποί, οι στόχοι, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα, οι λέξεις κλειδιά, τα κεφάλαια, οι ενότητες, οι τίτλοι, οι υπότιτλοι κλπ
- Μετακείμενα: Βοηθούν τον επιμορφούμενο να ελέγξει να νέα στοιχεία, τις νέες γνώσεις με τις οποίες ήρθε σε επαφή. Αποτελούνται από τις συνόψεις, τα παραρτήματα, τις περιλήψεις, τη 56 βιβλιογραφία, τις παραπομπές, προτάσεις για περαιτέρω μελέτη, κλπ

Δεύτερη δέσμη:

- Τα Διακείμενα: Ο επιμορφούμενος οδηγείται στην επίτευξη των προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων μέσα από κείμενα και δραστηριότητες, που επιδιώκουν να εναρμονίσουν τις προϋπάρχουσες γνώσεις με τους με νέες που αποκτούν μέσα από τη

μαθησιακή διαδικασία. . Παραδείγματα διακειμένων αποτελούν τα συμπεράσματα, οι περιλήψεις, δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης, παραπομπές σε πηγές κλπ.

- **Επικείμενα:** Είναι υποστηρικτικής φύσεως, βοηθούν τον να επιμορφούμενο να επεξεργαστεί και να κατανοήσει το βασικό κείμενο. Παραδείγματα επικειμένων αποτελούν οι διασαφηνίσεις, τα γλωσσάρια, οι ορισμοί και οι οδηγοί μελέτης.

- **Παρακείμενα:** Αποτελούν τα μη – γλωσσικά ή ημι – γλωσσικά στοιχεία των κειμένων, τα οποία ενισχύουν την επιστημονικότητα του κυρίως κειμένου και βοηθούν στην κατανόηση του από τον επιμορφούμενο. Παραδείγματα παρακειμένων αποτελούν οι φωτογραφίες, τα γραφήματα, οι εικόνες, τα σχήματα κλπ.

- **Περικείμενα:** Αποτελούν όλα τα κείμενα που έχουν υποστηρικτικό ρόλο και βρίσκονται μέσα στο Εκπαιδευτικό Υλικό με στόχο τον εμπλουτισμό του βασικού κειμένου. Παραδείγματα των περικειμένων αποτελούν οι μελέτες περίπτωσης, τα παραδείγματα, τα σενάρια, κείμενα σε παράθυρα, οι επεξηγήσεις κλπ.

Τρίτη δέσμη:

- **Πολυκείμενα:** Αποτελούν πληροφορίες που αφορούν τον τρόπο επικοινωνίας επιμορφωτή- επιμορφούμενου. . Παραδείγματα των Πολυκειμένων αποτελούν οι οδηγίες για τον τρόπο συγγραφής των γραπτών εργασιών και οδηγίες για την αξιολόγησή τους

- **Πολυαντικείμενα:** Είναι τα ηλεκτρονικά μέσα, που σκοπό έχουν να υποστηρίξουν την εκπαιδευτική διαδικασία. Αποτελούνται από κασέτες εικόνας και ήχου, CD ROM, χρήση διαδικτύου

### **4.3 Τεχνολογικό πλαίσιο**

#### **4.3.1 Το εργαλείο H5P**

Το εκπαιδευτικού υλικού του επιμορφωτικού προγράμματος για γονείς «Συν αισθάνομαι», δημιουργήθηκε στο συγγραφικό εργαλείο ανοιχτού κώδικα(open source e-authoring tool) H5P. Το υλικό που παράγεται από το H5P χρησιμοποιεί νέες τεχνολογίες, είναι πιο φιλικό προς τους χρήστες και είναι σχεδιασμένο να εμφανίζεται σωστά σε όλες τις συσκευές που συνδέονται στο διαδίκτυο όπως tablets και smartphones (Παρασκευοπούλου, 2016). Δίνει τη δυνατότητα δημιουργίας διαδραστικού βίντεο με δραστηριότητες σύρε και άφησε, συμπλήρωσης κενών, πολλαπλών επιλογών, σύντομης απάντησης, αντιστοιχίας, σωστού/λάθους, καρτών αστραπής, κα. στις οποίες υπάρχει η δυνατότητα άμεσης



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

ανατροφοδότησης. Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα χρησιμοποιήθηκαν οι εξής δραστηριότητες:

Course Presentation (Διαδραστική Παρουσίαση): Με την λειτουργία «Course Presentation» σχεδιάστηκαν οι διαφάνειες σε όλα τα μαθήματα του προγράμματος όπου αποτελούν το βασικό υλικό. Οι διαφάνειες περιλαμβάνουν κείμενο, εικόνες, μουσική, διαδραστικό βίντεο, ήχο, υπερσυνδέσεις και δραστηριότητες.

Interactive Video (Διαδραστικό Βίντεο): Δημιουργήθηκαν διαδραστικά βίντεο για την εμπέδωση των εννοιών της συναισθηματικής νοημοσύνης, της συναισθηματικής επίγνωσης και της ενσυναίσθησης.

Accordion (Αναδιπλούμενο μενού): Χρησιμοποιήθηκε για να παρουσιαστούν ο σκοπός, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα και οι λέξεις κλειδιά.

Drag text (Σύρε τις λέξεις): Χρησιμοποιήθηκε στις δραστηριότητες.

Image Hotspots (Σημεία πάνω στην εικόνα): Χρησιμοποιήθηκε στο διαδραστικό βίντεο.

Single Choice Set (Μοναδική επιλογή): Χρησιμοποιήθηκε στις δραστηριότητες.

True/False Question (Σωστό/Λάθος): Χρησιμοποιήθηκε στις δραστηριότητες.

Multiple Choice (Πολλαπλή επιλογή): Χρησιμοποιήθηκε στις δραστηριότητες σε ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών.

#### **4.3.2 Το Λογισμικό Wordpress**

Το Λογισμικό Wordpress είναι ένα λογισμικό ανοιχτού κώδικα και δίνει τη δυνατότητα στον χρήστη να επεξεργαστεί κείμενο, εικόνα και βίντεο. Σε αυτό το Σύστημα Διαχείρισης δημιουργήθηκε το εκπαιδευτικό υλικό με το εργαλείο H5P. Έπειτα οι κώδικες των τεσσάρων μαθημάτων ενσωματώθηκαν στην πλατφόρμα που έγινε η επιμόρφωση

### 4.3.3 Πλατφόρμα Chamilo

Εικόνα 10 : Όψη πλατφόρμας Chamilo

Το εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα για γονείς «Συν αισθάνομαι» υποστηρίζεται από την πλατφόρμα Chamilo, η οποία τηρεί τα βασικά χαρακτηριστικά των τυπικών περιβαλλόντων Διαδικτυακών Συστημάτων Διαχείρισης Μάθησης και Διδασκαλίας (ΣΔΜΔ) –Learning Management Systems (LMS). Ένας ορισμός για τα Διαδικτυακά Συστήματα Διαχείρισης Μάθησης και Διδασκαλίας δίνεται από τους Wang & Chen (2009) σύμφωνα με τον οποίο «ένα σύστημα Διαχείρισης Μάθησης χρησιμοποιεί μια σειρά από τεχνολογίες πληροφοριών και επικοινωνιών για να προσφέρει μια πλατφόρμα προσβάσιμη μέσω διαδικτύου, όπου μια ολοκληρωμένη σειρά μαθημάτων μπορεί να σχεδιαστεί και να διαχειριστεί, τόσο από τον εκπαιδευόμενο, όσο και από τον εκπαιδευτή» (Γιαννακίδου, 2014).

Το συγκεκριμένο περιβάλλον έχει τη δυνατότητα της διεξαγωγής μαθημάτων από απόσταση μέσω διαδικτύου και επιτρέπει τη δημιουργία και διαμοίραση περιεχομένου στους επιμορφούμενους, οι οποίοι μπορούν να αναρτήσουν υλικό σε μορφή κειμένου, εικόνας, βίντεο ή ήχου, της ανάπτυξης εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων, της ασύγχρονης επικοινωνίας μέσω μηνυμάτων, της σύγχρονης επικοινωνίας μέσω chat και τηλεδιάσκεψης, της online βαθμολόγησης των εργασιών/δραστηριοτήτων, της παρακολούθησης της προόδου των εκπαιδευομένων, της δημιουργίας προφίλ χρηστών, της συμμετοχής σε forum

συζητήσεων και της εξαγωγής στατιστικών αναφορών (Καράλη 2013, Σκουληκάρη 2015, όπ. αναφ. στο Γαβριηλίδου, 2017).

#### 4.4 Εφαρμογή εκπαιδευτικού υλικού

Το εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα για γονείς «Συν αισθάνομαι», αποτελεί εκπαιδευτικό υλικό, βασισμένο στις αρχές δημιουργίας εκπαιδευτικού υλικού της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Σκοπός του εκπαιδευτικού υλικού είναι η επιμόρφωση των γονέων για την καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών τους. Η επιμόρφωση πραγματοποιήθηκε στη πλατφόρμα CHAMILO μέσω του εργαλείου H5P και του Συστήματος Διαχείρισης Περιεχομένου WORDPRESS. Συνοδεύεται από οδηγό μελέτης, οδηγό πλοήγησης και χώρο συνομιλίας-επικοινωνίας (chat)



Περιγραφή μαθήματος

Εικόνα 11: Οδηγός μελέτης

Πιο συγκεκριμένα, ο οδηγός μελέτης αναφέρει τον σκοπό, τους στόχους και τη δομή του μαθήματος, ενώ καθοδηγεί τους επιμορφούμενους δίνοντάς τους συμβουλές για τον τρόπο μελέτης του καθώς και για την καλύτερη οργάνωση του χρόνου μελέτης τους. Ενημερώνει τους επιμορφούμενους για τον τρόπο επικοινωνίας τους με την επιμορφώτρια, σε περίπτωση που χρειαστούν επιπλέον βοήθεια. Τέλος περιλαμβάνει ένα γλωσσάρι εικονιδίων, στο οποίο επεξηγείται η σημασία και η λειτουργία των εικονιδίων που χρησιμοποιούνται στο μάθημα.

Στο chat, οι επιμορφούμενοι έχουν τη δυνατότητα να επικοινωνήσουν μεταξύ τους ή και με την επιμορφώτρια, ανταλλάσσοντας απόψεις, ιδέες, αλλά και αναφέροντας τυχόν δυσκολίες που θα συναντήσουν, ζητώντας βοήθεια ή και βοηθώντας άλλους επιμορφούμενους.

«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»



Chat

Εικόνα 12: Χώρος συνομιλίας - επικοινωνίας

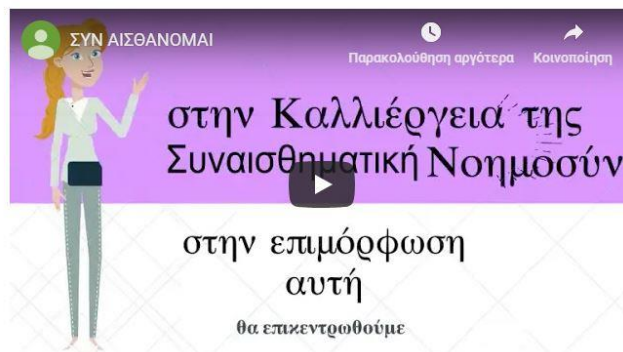
Στην αρχική οθόνη του μαθήματα, πέρα από τα στοιχεία που αναφέρθηκαν παραπάνω, βρίσκεται και ένα βίντεο αφόρμησης, το οποίο εστιάζοντας στις δεξιότητες που οφείλει να έχει ένας γονέας για την ανατροφή του παιδιού του, αναδεικνύει την αξία της καλλιέργειας της συναισθηματικής νοημοσύνης. Δίνοντάς τους έτσι μία πρώτη ιδέα για τα αντικείμενα που θα διδαχθούν και τις δεξιότητες που θα αποκτήσουν μέσα από την εν λόγω επιμόρφωση.

*Καλωσήρθατε στο εξ αποστάσεως πρόγραμμα επιμόρφωσης γονέων*

*Συναισθάνομαι*

*ένα πρόγραμμα που στοχεύει στην ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών*

*Παρακολουθήστε το παρακάτω video:*



Εικόνα 13: Βίντεο αφόρμησης

Τέλος, φτάνουμε στο πιο βασικό κομμάτι του ΕΥ, το μονοπάτι γνώσης.



Μονοπάτι γνώσης

Εικόνα 14 :Είσοδος

Το μονοπάτι γνώσης αποτελείται από πέντε διδακτικές ενότητες, στις οποίες έχει χωριστεί το Ε.Υ.:

Εισαγωγή -Πρόγραμμα συναισθηματικής αγωγής για γονείς.



Εικόνα 15: Εισαγωγική εικόνα Ε.Υ.

Η εισαγωγική ενότητα, απαρτίζεται από ένα σύντομο θεωρητικό πλαίσιο για την συναισθηματική νοημοσύνη -την ικανότητα των ατόμων να αναγνωρίζουν τα δικά τους, καθώς και τα συναισθήματα των άλλων - τις δεξιότητες μέσω της οποίας αναπτύσσονται στα παιδιά και τα στάδια που περιλαμβάνει η συναισθηματική αγωγή.

«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

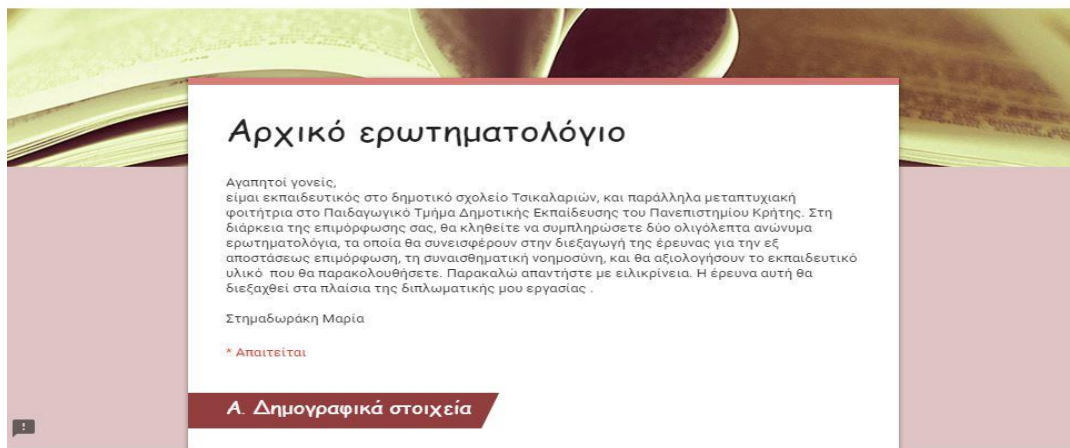
Στην ενότητα αυτή, πριν ξεκινήσει η επιμόρφωση, δίνεται και το αρχικό ερωτηματολόγιο κατά το οποίο διερευνώνται δημογραφικά στοιχεία των επιμορφούμενων, οι απόψεις τους για τα εξ αποστάσεως εκπαιδευτικά προγράμματα καθώς και οι γνώσεις των γονέων για την συναισθηματική νοημοσύνη.

Σας παρακαλώ πριν ξεκινήσετε την επιμόρφωση αφιερώστε λίγο χρόνο για να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο που βρίσκεται παρακάτω πατώντας τον σύνδεσμο. Είναι σημαντικό για την έρευνα.

[Ερωτηματολόγιο](#)



Εικόνα 16 :Υπερσύνδεσμος που οδηγεί στο αρχικό ερωτηματολόγιο



**Αρχικό ερωτηματολόγιο**

Αγαπητοί γονείς,  
είμαι εκπαιδευτικός στο δημοτικό σχολείο Τσικαλαριών, και παράλληλα μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Κρήτης. Στη διάρκεια της επιμόρφωσης σας, θα κληθείτε να συμπληρώσετε δύο ολιγόλεπτα ανώνυμα ερωτηματολόγια, τα οποία θα συνεισφέρουν στην διεξαγωγή της έρευνας για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση, τη συναισθηματική νοημοσύνη, και θα αξιολογήσουν το εκπαιδευτικό υλικό που θα παρακολουθήσετε. Παρακαλώ απαντήστε με ειλικρίνεια. Η έρευνα αυτή θα διεξαχθεί στα πλαίσια της διπλωματικής μου εργασίας.

Στημαδωράκη Μαρία

\* Απαιτείται

**A. Δημογραφικά στοιχεία**

Εικόνα 17: Όψη αρχικού ερωτηματολογίου

«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

1η διδακτική ενότητα: Συναισθηματική Επίγνωση



Εικόνα 18 :Όψη 1ης διδακτικής ενότητας  
Στην ενότητα αυτή παρουσιάζεται η συναισθηματική επίγνωση -η ικανότητα δηλαδή να αναγνωρίζει ο καθένας τα συναισθήματά του και να εξοικειώνεται με αυτά- ως πρωταρχικό στοιχείο της συναισθηματικής αγωγής.

2η διδακτική ενότητα: Να σου πω μια ιστορία...

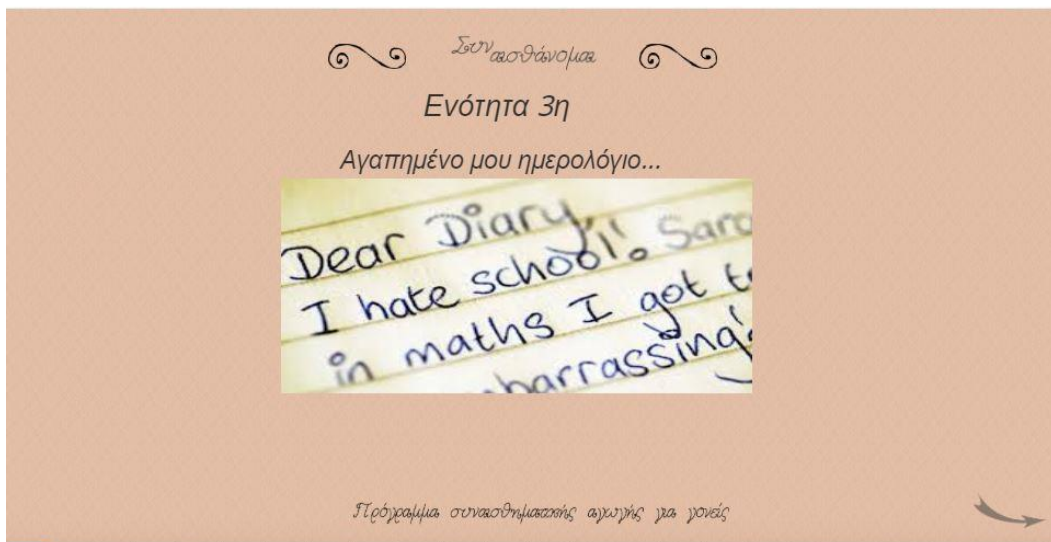


Εικόνα 19: Όψη 2ης διδακτικής ενότητας

Στην ενότητα αυτή παρουσιάζεται ένα από τα σημαντικότερα στάδια της συναισθηματικής αγωγής, που είναι η αποδοχή των συναισθημάτων των παιδιών και η ενεργητική ακρόαση αυτών, ώστε να επιτευχθεί η οικοδόμηση μίας σωστής σχέσης. Παράλληλα δίνονται παραδείγματα για να μπορέσει ο κάθε γονέας να αντιληφθεί την έννοια της ενεργητικής ακρόασης και να καλλιεργήσει την συναισθηματική νοημοσύνη του παιδιού του.

### 3<sup>η</sup> διδακτική ενότητα:

Αγαπημένο μου ημερολόγιο...



Εικόνα 20: Όψη 3ης διδακτικής ενότητας

Η ενότητα αυτή παρουσιάζει την ενσυναίσθηση, την ικανότητα δηλαδή να νιώθει κανείς τα συναισθήματα που βιώνει ένα άλλο άτομο και τη λεκτική έκφραση των συναισθημάτων. Επιπλέον παρέχονται οδηγίες και παραδείγματα για να μπορεί ο κάθε γονέας να βοηθήσει το παιδί του με ήρεμο και μη επικριτικό τρόπο να επαναδιατυπώνει τα λόγια του, ώστε να το βοηθάει να αναγνωρίζει και να κατονομάζει ό,τι νιώθει, καλλιεργώντας έτσι την συναισθηματική νοημοσύνη του παιδιού του.

4<sup>η</sup> διδακτική ενότητα :Είναι η τιμωρία αναπόφευκτη;



Εικόνα 21 :Όψη 4ης διδακτικής ενότητας

Στην 4<sup>η</sup> ενότητα επιχειρείται η διερεύνηση τρόπων και μεθόδων άσκησης ορίων και πειθαρχίας στα παιδιά σύμφωνα με τις αρχές της συναισθηματικής αγωγής. Παράλληλα παρέχονται οδηγίες και τρόποι ανταμοιβής της καλής συμπεριφοράς αλλά και τρόποι αποτροπής της κακής συμπεριφοράς των παιδιών. Παράλληλα μέσα από παραδείγματα παρέχονται οδηγίες για την τεχνική του "time-out", την απομάκρυνση δηλαδή από το ερέθισμα που προκαλεί προβληματική συμπεριφορά σε ένα παιδί.

Αφού ολοκληρωθούν οι πέντε ενότητες δίνεται το τελικό ερωτηματολόγιο κατά το οποίο διερευνώνται δημογραφικά στοιχεία των επιμορφούμενων, οι απόψεις τους για τα εξ αποστάσεως εκπαιδευτικά προγράμματα ,οι γνώσεις τους για την συναισθηματική νοημοσύνη καθώς και η γνώμη τους για το εκπαιδευτικό πρόγραμμα.



Συγχαρητήρια! Έφτασες στο τέλος της επιμόρφωσης. Θα ήθελα να σε ευχαριστήσω για τον χρόνο που αφιέρωσες γι' αυτό. Θα σε παρακαλούσα να συμπληρώσεις το ερωτηματολόγιο που βρίσκεται παρακάτω πατώντας τον σύνδεσμο.

### [Ερωτηματολόγιο](#)

Εικόνα 22 :Υπερσύνδεσμος που οδηγεί στο τελικό ερωτηματολόγιο



**Τελικό Ερωτηματολόγιο**

Αγαπητοί γονείς το παρόν ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και έχει ως σκοπό την τελική και την καθολική αξιολόγηση του εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος συναισθηματικής αγωγής για γονείς «Συν αισθάνομαι». Η συμπλήρωσή του θα σας πάρει λίγα λεπτά. Παρακαλώ απαντήστε με ειλικρίνεια. Η έρευνα αυτή θα διεξαχθεί στα πλαίσια της διπλωματικής μου εργασίας. Σας ευχαριστώ πολύ για το χρόνο που διαθέσατε.

Στημαδωράκη Μαρία

\* Απαιτείται

**A. Δημογραφικά στοιχεία**

7. Φύλο \*

Άρρεν

Εικόνα 23: Όψη Τελικού Ερωτηματολογίου

Από όσα προαναφέρθηκαν φαίνεται ότι η κάθε ενότητα αποτελείται από :

i) Εισαγωγικά στοιχεία

Στην αρχή κάθε μαθήματος βρίσκονται τα εισαγωγικά στοιχεία τα οποία περιλαμβάνουν τον σκοπό, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα και τις έννοιες κλειδιά της ενότητας.

ii)Κυρίως επιμόρφωση

Στο κύριο μέρος της επιμόρφωσης περιλαμβάνεται όλη η θεωρία με μορφή κειμένου, υπερσυνδέσμων, εικόνων και βίντεο. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος ο επιμορφούμενος έχει τη δυνατότητα να μελετήσει αλλά μέσα από ασκήσεις να διαπιστώσει εάν έχει αποκτηθεί η απαιτούμενη γνώση. Σε κάθε δραστηριότητα παρέχεται άμεση ανατροφοδότηση, ώστε ο επιμορφούμενος να γνωρίζει, εάν μπορεί να προχωρήσει ή πρέπει να επαναλάβει κάποιο σημείο της θεωρίας.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

### iii) Βιβλιογραφία

Η βιβλιογραφία που χρησιμοποιήθηκε για να δημιουργηθεί το κάθε μάθημα βρίσκεται στο τέλος κάθε μαθήματος δίνοντας έτσι την δυνατότητα για περαιτέρω μελέτη σε κάθε επιμορφούμενο.

### iv) Ερωτηματολόγιο

Στην αρχή και στο τέλος της επιμόρφωσης οι επιμορφούμενοι γονείς καλούνται να συμπληρώσουν δύο ερωτηματολόγια ώστε να μπορέσει να επιτευχθεί η διεξαγωγή της έρευνας .

## 4.5 Συμπεράσματα

Το εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι» στοχεύει μέσα από τον σχεδιασμό και την υλοποίηση του διαδικτυακού περιβάλλοντος επιμόρφωσης γονέων, να ενισχύσει τη συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών.

Ο σχεδιασμός του υλικού του επιμορφωτικού προγράμματος βασίστηκε στο ότι η επιμόρφωση θα πρέπει να συνδυάζει την τεχνολογία με την εκπαίδευση διατηρώντας στοιχεία δημιουργικότητας και παιδαγωγικού χαρακτήρα (Αναστασιάδης, 2007· Λιοναράκης, 1999). Στο πλαίσιο αυτό αφού μελετήθηκαν οι παιδαγωγικές θεωρίες που διαμόρφωσαν την εξ αποστάσεως εκπαίδευση η γνωστική-συμπεριφοριστική θεωρία, ο κοινωνικός-εποικοδομισμός (Social Constructivism) και ο κονεκτιβισμός (Connectivism), το πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι» βασίστηκε στην αξιοποίηση της θεώρησης του Κοινωνικού Εποικοδομητισμού (Social constructivism). Παράλληλα υιοθετήθηκαν οι βασικές αρχές της ΕξαΕ (ADEC, 2003, όπ. αναφ. στο Αναστασιάδης, 2014) και της Εκπαίδευσης Ενηλίκων καθώς και το Πλαίσιο αρχών της ΕξΑΕ (American Distance Education Consortium (ADEC, 1999, όπ. αναφ. στο Αναστασιάδης, 2006). Επιπρόσθετα συνεκτιμήθηκαν οι αρχές της πολυμεσικής, της προσαρμοστικότητας, του πλεονασμού, της συνοχής, της σηματοδότησης, της συνάφειας ή της εγγύτητας και της κατάτμησης όπως τις αναφέρουν οι Αναστασιάδης, Σπαντιδάκης & Χατζηδάκη (2014).Ακόμα γίνεται αναφορά στις τρεις βασικές δέσμες που αποτελούν τον κορμό του εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού υλικού όπως αναφέρει ο Λιοναράκης (2001) .

Πέραν όμως από τις παιδαγωγικές αρχές που βασίστηκε ο σχεδιασμός του υλικού, σημαντικό ρόλο συνετέλεσαν και τα τεχνολογικά εργαλεία. Το κύριο μέρος του



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

εκπαιδευτικού υλικού δημιουργήθηκε στο συγγραφικό εργαλείο ανοιχτού κώδικα H5P, το οποίο δίνει τη δυνατότητα δημιουργίας διαδραστικού περιεχομένου HTML5 (παρουσιάσεις, βίντεο, κουίζ, χρονοδιαγράμματα). Σε αυτό το Σύστημα Διαχείρισης δημιουργήθηκε το εκπαιδευτικό υλικό και στη συνέχεια οι κώδικες των μαθημάτων ενσωματώθηκαν στην πλατφόρμα Chamilo που έγινε η επιμόρφωση. Η πλατφόρμα Chamilo αποτελεί ένα τυπικό περιβάλλον Διαδικτυακού Συστήματος Διαχείρισης Μάθησης και Διδασκαλίας (ΣΔΜΔ) – Learning Management Systems (LMS) που υποστηρίζει την διεξαγωγή μαθημάτων από απόσταση μέσω διαδικτύου, παρέχοντας πολλές δυνατότητες.

Στη συνέχεια περιγράφονται η δομή και το περιεχόμενο των πέντε διδακτικών ενοτήτων στις οποίες έχει χωριστεί το εκπαιδευτικό υλικό.

Έτσι με απλό, άμεσο και κατανοητό τρόπο, σε ένα ελκυστικό περιβάλλον μάθησης με όμορφα γραφικά, και ρεαλιστικές εικόνες από την πραγματική ζωή γίνεται παροχή γνώσεων με πολλά απλά καθημερινά παραδείγματα χαρακτηριστικά των καταστάσεων που καλούνται να αντιμετωπίσουν καθημερινά οι γονείς σε σχέση με τα παιδιά τους, με μελέτες περίπτωσης πραγματικών ή υποθετικών παραδειγμάτων που αντανακλούν αληθινές καταστάσεις με σκοπό να αναλυθούν σε βάθος και να διερευνηθούν οι εναλλακτικές λύσεις στα προβλήματα που αναδύονται, με ενδιαφέροντα βίντεο, πλαισιωμένα με μουσική που αγγίζει στο συναίσθημα, οδηγώντας τους γονείς επιμορφούμενους σε ένα ήρεμο, γεμάτο θετικά συναισθήματα «μονοπάτι», αναδεικνύοντας την αξία της συναισθηματικής νοημοσύνης και δίνοντας εναλλακτικούς τρόπους συναισθηματικής διαπαιδαγώγησης.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **5. Έρευνα - Αποτίμηση εκπαιδευτικού υλικού**

### **5.1 Εισαγωγή**

Ο ρόλος των γονέων σήμερα, περισσότερο από ποτέ, δοκιμάζεται και η διαπαιδαγώγηση των παιδιών γίνεται ολοένα και δυσκολότερη υπόθεση. Οι γονείς αφενός έχουν να αντιμετωπίσουν αλλαγές που συμβαίνουν σε κοινωνικό, πολιτισμικό, οικονομικό επίπεδο, αλλά και αλλαγές σε επίπεδο αξιών και θεσμών και αφετέρου να ανταποκριθούν στο δύσκολο γονεϊκό τους ρόλο. Το πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι», σεβόμενο την πειστική από άποψη χρόνου καθημερινότητα των γονέων, και έχοντας στόχο να αξιοποιήσει τις δυνατότητες των νέων τεχνολογιών και τις αρχές της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης αποτελεί ένα εξ αποστάσεως ερευνητικό επιμορφωτικό πρόγραμμα. Σκοπός του 5<sup>ου</sup> κεφαλαίου είναι, αφού γίνει μία σύντομη αναφορά στο θεωρητικό πλαίσιο της ποιοτικής έρευνας στη συνέχεια να παρουσιαστεί η μεθοδολογία της παρούσας έρευνας, τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα της. Ερευνητικό εγχείρημα της οποίας αποτελεί αρχικά να εξετασθεί ποιες αρχές τη ΕξαΕ χρειάζονται να πληρούνται για τη δημιουργία του Ε.Υ. «Συναισθάνομαι», εν συνεχεία να διερευνηθούν οι απόψεις των γονέων για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση και την συναισθηματική νοημοσύνη, και εν κατακλείδι να γίνει αξιολογήση της αποτελεσματικότητας του εκπαιδευτικού υλικού, όσον αφορά σε γνωστικά κριτήρια και σε τεχνολογικά κριτήρια. Η παρούσα εργασία διαρθρώνεται σε 10 υποενότητες. Αρχικά στην υποενότητα 5.2 παρουσιάζεται ένα σύντομο θεωρητικό πλαίσιο, στο οποίο στηρίχτηκε η έρευνα κατά τον σχεδιασμό και την εφαρμογή της. Στην υποενότητα 5.3, παρουσιάζονται τα ερευνητικά ερωτήματα τα οποία κλήθηκε να απαντήσει η έρευνα. Στην υποενότητα 5.4 αναλύεται η μεθοδολογική προσέγγιση που χρησιμοποιήθηκε στην συγκεκριμένη έρευνα και παρουσιάζονται το δείγμα. Στην υποενότητα 5.5 αναλύονται και παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της έρευνας, με βάση τις αρχικές απόψεις των γονέων επιμορφούμενων και στην ενότητα 5.6 παρουσιάζονται τα αποτελέσματα των τελικών τους απόψεων. Στην 5.7 υποενότητα σειρά έχει η καθολική αξιολόγηση του προγράμματος. Στην 5.8 υποενότητα ολοκληρώνεται η ανάλυση με την παράθεση γενικών συμπερασμάτων. Στην 5.9 παρουσιάζεται η συζήτηση. Ακολουθούν οι περιορισμοί της έρευνας στην 5.10 υποενότητα και ολοκληρώνεται το 5<sup>ο</sup> κεφάλαιο με τη 5.11 υποενότητα και τις προτάσεις για μελλοντική έρευνα.

## 5.2 Θεωρητικό πλαίσιο

Τα τελευταία χρόνια το ενδιαφέρον για την ποιοτική έρευνα έχει αυξηθεί και έχουν πραγματοποιηθεί πολλαπλές και ποικίλες εφαρμογές των ποιοτικών μεθόδων έρευνας σε ολόκληρο το πλέγμα των κοινωνικών επιστημών. Η ποιοτική έρευνα αποτελεί μια πλαισιοθετημένη δραστηριότητα (situated activity), η οποία τοποθετεί τον παρατηρητή στον κόσμο. Αυτή συνίσταται σε ένα σύνολο ερμηνευτικών και υλικών πρακτικών, οι οποίες κάνουν τον κόσμο ορατό. Αυτές οι πρακτικές μετασχηματίζουν τον κόσμο. Μετατρέπουν τον κόσμο σε μια σειρά από αναπαραστάσεις του εαυτού, συμπεριλαμβανομένων των σημειώσεων πεδίου, των συνεντεύξεων, των συνομιλιών, των φωτογραφιών, των μαγνητοφωνήσεων και των σημειώσεων σε ημερολόγια. Σε αυτό το επίπεδο, η ποιοτική έρευνα περιλαμβάνει μια ερμηνευτική, νατουραλιστική προσέγγιση του κόσμου. Αυτό σημαίνει ότι οι ποιοτικοί ερευνητές μελετούν τα πράγματα στο φυσικό τους πλαίσιο, επιχειρώντας να δώσουν νόημα ή να ερμηνεύσουν τα φαινόμενα με όρους των νοημάτων που οι άνθρωποι δίνουν σε αυτά (Denzin & Lincoln, 2005: 3).

Στα πλαίσια της εν λόγω ΔΕ γίνεται διερεύνηση των αρχικών και τελικών απόψεων των επιμορφούμενων γονέων καθώς και αποτίμηση του εκπαιδευτικού υλικού, μετά το τέλος εφαρμογής του. Σε ένα τέτοιο είδος έρευνας σύμφωνα με τον Patton (1990, όπ. αναφ. στο Ίσαρη & Πουρκός, (2015) είναι απαραίτητη η ποιοτική αξιολόγηση αφού είναι σημαντική η σε βάθος διερεύνηση των απόψεων των εμπλεκόμενων (Ίσαρη & Πουρκός, 2015).

Με την ποιοτική έρευνα ερευνούνται σε βάθος αναπαραστάσεις, στάσεις, αντιλήψεις, κίνητρα, καθώς και δεδομένα της συμπεριφοράς των ατόμων. Στόχος είναι να κατανοήσει ολικά μια στάση ή μια συμπεριφορά διερευνώντας την εμπειρία των εμπλεκόμενων από την οπτική του καθενός. Στην ποιοτική έρευνα δεν υπάρχουν εξ αρχής υποθέσεις αλλά οι θεωρίες προκύπτουν κατά τη διάρκεια την έρευνας αλλά και μετά το τέλος, σε αντίθεση με την ποσοτική. Τα ποιοτικά σχέδια ονομάζονται και ευέλικτα από μερικούς ερευνητές, όπως ο Robson (2010), γιατί σε αντίθεση με τα ποσοτικά που είναι προκαθορισμένα, δεν έχουν σαφείς προδιαγραφές και παρέχουν τη δυνατότητα εξέλιξης καθώς προχωρά η έρευνα. Άλλα χαρακτηριστικά της ποιοτικής έρευνας είναι οι συμμετοχικές μέθοδοι, η εμπλοκή του ερευνητή στο πεδίο και ο τρόπος συσχέτισης της θεωρίας με τα δεδομένα. Οι έννοιες στα ποιοτικά σχέδια είναι προσωρινές, ανοιχτές στη διαμόρφωση, γίνεται συνεχής αναφορά από



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

τα δεδομένα στη θεωρία και το αντίστροφο, ώσπου να καταλήξει ο ερευνητής στα τελικά συμπεράσματα, μία διαδικασία που απαιτεί ερμηνεία, δημιουργικότητα και φαντασία.

Το περιεχόμενο που πρέπει να αναλυθεί αφορά τον γραπτό λόγο, οι απαντήσεις προκύπτουν από ανοιχτού τύπου ερωτήματα. Για να γίνει όμως ανάλυση μιας γραπτής πηγής πρέπει να οριστεί η ενότητα ανάλυσης (λέξη, φράση κ.α.) ώστε να προκύψουν οι άξονες βάσει των οποίων θα αντλούμε πληροφορίες. Σε κάθε ποιοτική έρευνα οι άξονες δεν προϋπάρχουν, ούτε έχουν οριστεί εκ των προτέρων από τον ερευνητή αλλά επεξεργάζονται κατά τη διάρκεια διεξαγωγής της έρευνας και ορίζονται μετά το τέλος της, κατά τη διάρκεια μελέτης των στοιχείων(Τζάνη,2005).

Όπως αναφέρουν οι Πουρκός & Ίσαρη (2015) η ερευνητική διαδικασία στην ποιοτική έρευνα είναι αναδυόμενη και δυναμική, αφού μπορούν να γίνουν αλλαγές και τροποποιήσεις σε οποιαδήποτε φάση της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Η συλλογή δεδομένων γίνεται στα καθημερινά πλαίσια της ζωής για να εξασφαλιστεί η μεγαλύτερη εγκυρότητα των δεδομένων και όχι σε στημένα και κατασκευασμένα περιβάλλοντα. Είναι σύνηθες η συμμετοχική παρατήρηση του ερευνητή ώστε να επιτυγχάνει βαθύτερη κατανόηση της επίδρασης του χωρο-χρονικού, διαπροσωπικού, κοινωνικο-πολιτισμικού ή ιστορικού πλαισίου στο φαινόμενο που τους ενδιαφέρει. Η ποιοτική προσέγγιση μιας έρευνας είναι μια συνεχής ερμηνευτική διαδικασία αφού συνεχίζεται και μετά την ολοκλήρωση της, όχι μόνο από τον ερευνητή αλλά και από τους αναγνώστες της αφού ο καθένας δίνει ερμηνείες σύμφωνα με τις δικές του αντιλήψεις, το δικό του πλαίσιο, το δικό του θεωρητικό υπόβαθρο κ.α

### **5.3 Ερευνητικά Ερωτήματα**

Σκοπός της διπλωματικής εργασίας αποτελεί η δημιουργία εκπαιδευτικού υλικού για εξ αποστάσεως επιμόρφωση γονέων ώστε να ενισχυθεί η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών. Ως επέκταση του σκοπού της διπλωματικής εργασίας, προκύπτουν τέσσερις επιμέρους στόχοι: Εξετάζεται πρωτίστως ποιες αρχές της ΕξαΕ πληροί το εκπαιδευτικό υλικό, διερευνούνται οι αρχικές απόψεις των γονέων για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και τη συναισθηματική νοημοσύνη, και μετά από την πιλοτική εφαρμογή του εκπαιδευτικού υλικού εξετάζεται αφενός κατά πόσο επηρεάστηκαν οι αρχικές απόψεις των συμμετεχόντων για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και τη συναισθηματική νοημοσύνη και γίνεται αξιολόγηση του εν λόγω εκπαιδευτικού υλικού από τους γονείς που πήραν μέρος στην

επιμόρφωση. Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, τα ερευνητικά ερωτήματα στα οποία προσπαθεί να δώσει απάντηση η παρούσα διπλωματική εργασία είναι τα εξής:

1. Ποιες αρχές της ΕξαΕ χρειάζεται να πληρούνται για την δημιουργία του Ε.Υ. ;  
Ερώτημα το οποίο έχει απαντηθεί στα πλαίσια βιβλιογραφικής επισκόπησης στο 4ο κεφάλαιο της παρούσας Δ.Ε.
2. Ποιες είναι οι αρχικές απόψεις των γονέων για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση; Κατά πόσο η συμμετοχή τους στην επιμόρφωση επηρέασε τις αρχικές τους απόψεις;
3. Ποιες είναι οι αρχικές απόψεις των γονέων για την συναισθηματική νοημοσύνη; Κατά πόσο η συμμετοχή τους στην επιμόρφωση επηρέασε τις αρχικές τους απόψεις;
4. Πώς αξιολόγησαν οι γονείς την αποτελεσματικότητα του εκπαιδευτικού υλικού, όσον αφορά σε γνωστικά και σε τεχνολογικά κριτήρια ;

#### **5.4 Μεθοδολογία Έρευνας**

Η παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε με στόχο, αφού εξετασθεί ποιες αρχές τη ΕξαΕ χρειάζονται να πληρούνται για τη δημιουργία του Ε.Υ. «Συναισθάνομαι», εν συνεχεία την διερεύνηση των απόψεων των γονέων όσον αφορά την εξ αποστάσεως εκπαίδευση, την συναισθηματική νοημοσύνη, την τελική αποτίμηση του εκπαιδευτικού υλικού, καθώς και του κατά πόσο και πώς (θετικά/αρνητικά) επηρέασε τις αρχικές τους απόψεις, για τα προαναφερθέντα η παρακολούθηση της εξ αποστάσεως επιμόρφωσης.

Τα δεδομένα της έρευνας συλλέχθηκαν μέσα από τη συμπλήρωση δύο ανώνυμων ερωτηματολογίων αρχικού και τελικού. Το αρχικό ερωτηματολόγιο, αποσκοπούσε στη δημιουργία προφίλ του δείγματος που συμμετείχε στην έρευνα, όσον αφορά κάποια δημογραφικά στοιχεία καθώς και στην καταγραφή της εμπειρίας των συμμετεχόντων πάνω στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση και στην συναισθηματική νοημοσύνη καθώς και στην καταγραφή των αρχικών απόψεών τους. Τέλος το τελικό ερωτηματολόγιο αποσκοπούσε από τη μία στην καταγραφή των απόψεων των συμμετεχόντων για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και την συναισθηματική νοημοσύνη μετά το πέρας της επιμόρφωσης, ενώ από την άλλη είχε ως στόχο την τελική και καθολική αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού.

Για τα δεδομένα που συλλέχθηκαν ακολουθήθηκε η μεθοδολογική προσέγγιση της ανάλυσης περιεχομένου γραπτών τεκμηρίων. Στην ανάλυση των δεδομένων έγινε χρήση του εξειδικευμένου λογισμικού ATLAS.ti που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ποιοτική

ανάλυση και την κωδικοποίηση κειμένων, εικόνων, βίντεο, ηχητικών δεδομένων κ.α. Η κατηγοριοποίηση έγινε με βάση την κύρια πρόταση με τις δευτερεύουσες προτάσεις ως μονάδες ανάλυσης. Ωστόσο υπάρχουν σημεία της που ως μονάδα ανάλυσης χρησιμοποιήθηκε η περίοδος καθώς έπρεπε να αποδοθεί καλύτερα το νόημα της πρότασης. Για τις ανάγκες της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η κατηγοριοποίηση των απόψεων των γονέων με βάση τους άξονες και τα βασικά αντικείμενα της αξιολόγησης του επιμορφωτικού προγράμματος «Συν αισθάνομαι», τα οποία προέκυψαν από την έρευνα αξιολόγησης του προγράμματος μέσω ερωτηματολογίων που δόθηκαν στους επιμορφούμενους στην αρχή και στο τέλος του προγράμματος.

Οι άξονες και τα αντικείμενα για τα δεύτερο και τρίτο ερευνητικό ερώτημα παρουσιάζονται στον παρακάτω πίνακα:

<b>1ος άξονας: Εξ Αποστάσεως επιμόρφωση</b>
Απόψεις/δηλώσεις για την ΕξαΕ
Αποτελεσματικότητα ΕξαΕ
<b>2ος άξονας: Συναισθηματική Νοημοσύνη</b>
Αναγνώριση συναισθημάτων
Κατανόηση συναισθημάτων
Έκφραση συναισθημάτων
Απόψεις/δηλώσεις για την Σ.Ν.
<b>3ος άξονας: Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης</b>
Διαχείριση συναισθημάτων
Επικοινωνία/σχέσεις
Προαγωγή ηθικών αξιών

«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Ενσυναίσθηση
Απόψεις/δηλώσεις για τα οφέλη της Σ.Ν.

Εικόνα 24: Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα ( 2<sup>ο</sup> & 3<sup>ο</sup> Ε.Ε.)

Για το τέταρτο ερευνητικό ερώτημα ,την αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού, οι άξονες και τα αντικείμενα παρουσιάζονται στον παρακάτω πίνακα:

<b>Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα</b>
<b>1<sup>ος</sup> άξονας : Γνωστικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού</b>
Μάθηση/Κατανόηση
Σύγχρονο
Αποτελεσματικότητα
Περιεχόμενο-Δομή
Συγκίνηση
Ανατροφοδότηση
<b>2<sup>ος</sup> άξονας : Τεχνολογικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού</b>
Γραφικά Χαρακτηριστικά
Γραμματοσειρά
Πλοήγηση
Πολυμέσα (εικόνα, ήχος, βίντεο)
Προσέλκυση ενδιαφέροντος
<b>3<sup>ος</sup> άξονας : Διάφορα</b>
Θέματα που αναφέρονται στις απαντήσεις και δεν αφορούν την έρευνα

Εικόνα 25: Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα ( 3<sup>ο</sup> Ε.Ε.)

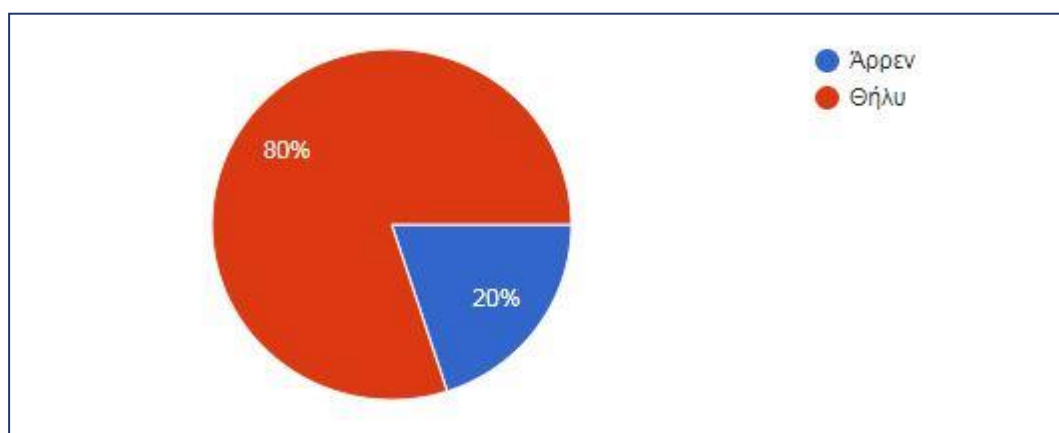
#### 5.4.1 Συλλογή των δεδομένων

Για τη συλλογή των δεδομένων της έρευνας μας, χρησιμοποιήθηκαν τα αρχικά και τα τελικά ερωτηματολόγια των γονέων επιμορφούμενων, που συμμετείχαν στο επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι. Οι γονείς πριν την έναρξη της επιμόρφωσης, συμπλήρωσαν το αρχικό ερωτηματολόγιο όπου κατέγραψαν τις αρχικές τους απόψεις για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση και την συναισθηματική νοημοσύνη ενώ με το πέρας της επιμόρφωσης συμπλήρωσαν το τελικό ερωτηματολόγιο όπου κατέγραψαν τις τελικές τους απόψεις για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση και την συναισθηματική νοημοσύνη και επιπλέον έκαναν την αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού. Μέσα από τη διερεύνηση των απόψεων αυτών, επιχειρείται η απάντηση των ερευνητικών ερωτημάτων της παρούσας εργασίας.

#### 5.4.2. Το δείγμα της έρευνας

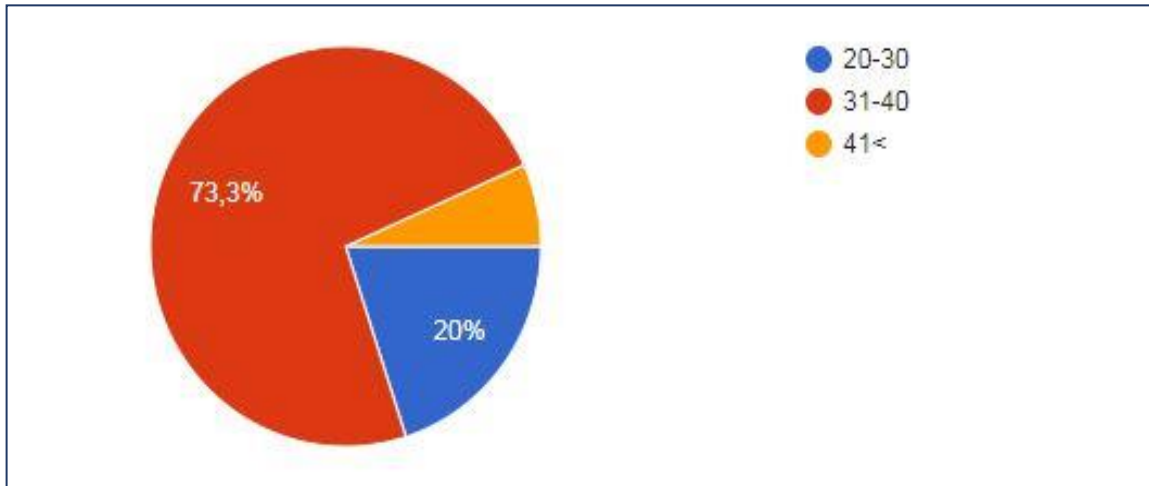
Το δείγμα της έρευνας αποτελείται κατά το πλείστον από γυναίκες (12/15), ενώ συμμετείχαν και άνδρες (3/15). Οι ηλικίες των συμμετεχόντων κυμαίνονται από τα 20 έτη έως και 41<. Οι περισσότεροι επιμορφούμενοι είναι απόφοιτοι ανώτατης εκπαίδευσης(12/15),ενώ υπάρχουν και άτομα που κατέχουν μεταπτυχιακό διδακτορικό(2/15), καθώς και ένας απόφοιτος γυμνασίου(1/15). Στη συνέχεια, μέσα από τα ακόλουθα διαγράμματα (1,2,&3) παρουσιάζονται αναλυτικότερα τα χαρακτηριστικά του δείγματος που συμμετείχε στην έρευνα.

Φύλο



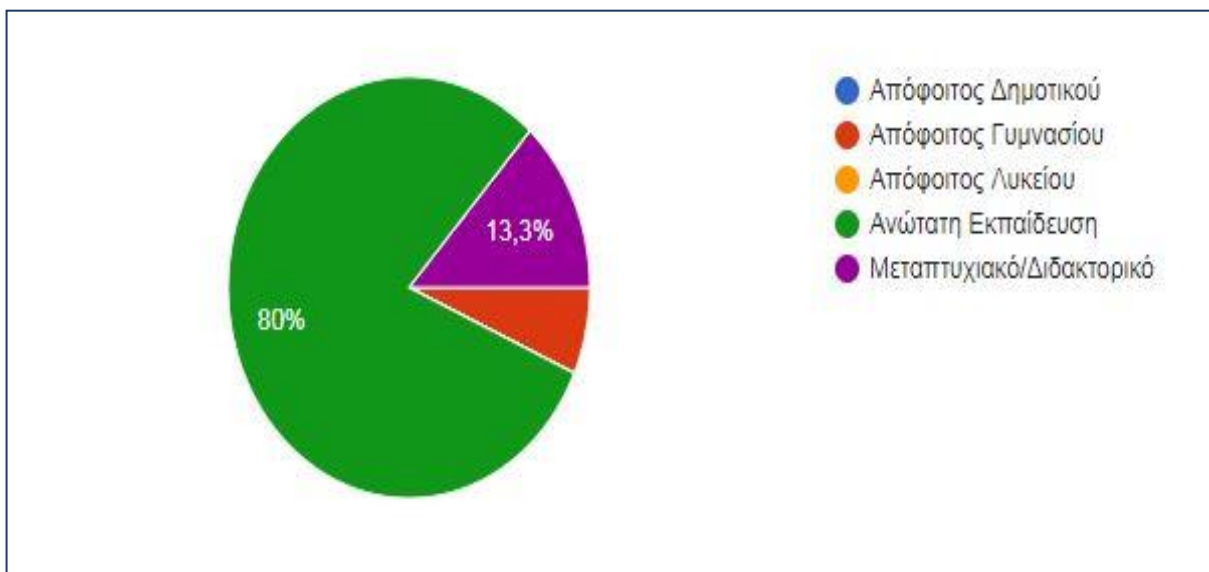
Διάγραμμα 1: Φύλο

Ηλικία



Διάγραμμα 2: Ηλικία

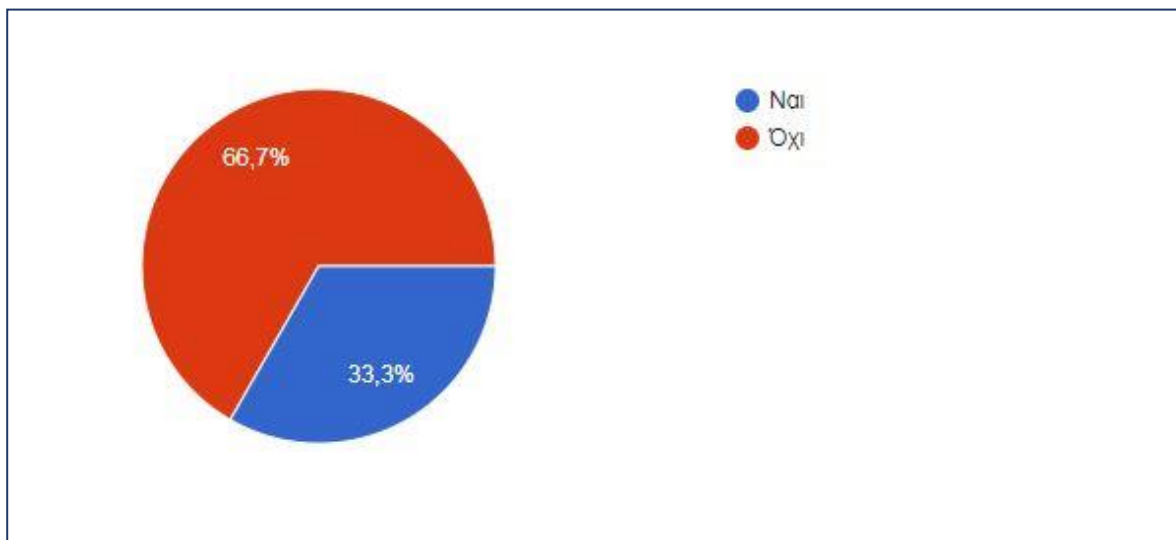
#### Μορφωτικό επίπεδο



Διάγραμμα 3:Μορφωτικό επίπεδο

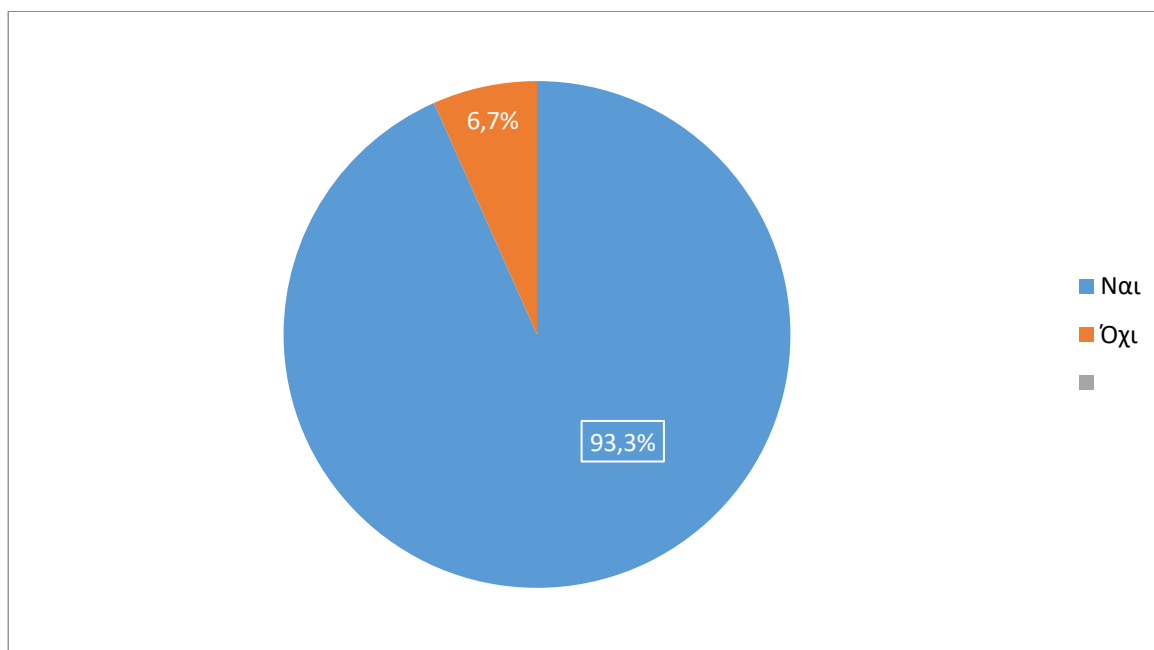
Όσον αφορά την εμπειρία τους με την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και την συναισθηματική νοημοσύνη όπως δήλωσαν το 66,7% (10 στους 15) είχε συμμετάσχει στο παρελθόν σε πρόγραμμα εξ αποστάσεως επιμόρφωσης, ενώ σε ποσοστά 93,3,% (14 στους 15) έχουν ξανακούσει τον όρο συναισθηματική νοημοσύνη ή EQ. Στη συνέχεια ακολουθούν διαγράμματα (4&5).

Έχει παρακολουθήσει προγράμματα εξ αποστάσεως επιμόρφωσης στο παρελθόν;



Διάγραμμα 4: Συμμετοχή σε εξ αποστάσεως

Έχετε ξανακούσει τον όρο συναισθηματική νοημοσύνη ή EQ;



Διάγραμμα 5: Εμπειρία με Σ.Ν.

### 5.4.3.Κωδικοποίηση των δεδομένων

Για την κωδικοποίηση και την επεξεργασία των ερωτηματολογίων των υποκειμένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η τεχνική της ανάλυσης περιεχομένου και συγκεκριμένα, η ποιοτική ανάλυση περιεχομένου η οποία αποβλέπει στην υποκατάσταση της υποκειμενικής



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

εκτίμησης με την αντικειμενική ανάλυση και ποιοτικοποίηση (Κόλλιας, 2006). Η ανάλυση περιεχομένου (content analysis) είναι μια εύκολη, γρήγορη, απλοποιημένη μεθοδολογία έρευνας (Βάμβουκας, 2000). Ως μονάδα ανάλυσης θεωρήθηκε η πρόταση με τις όποιες δευτερεύουσες προτάσεις συνδέονταν με αυτήν. Ωστόσο υπάρχουν σημεία της που ως μονάδα ανάλυσης χρησιμοποιήθηκε η περίοδος καθώς έπρεπε να αποδοθεί καλύτερα το νόημα της πρότασης και ως μονάδα μέτρησης, λήφθηκε υπόψη το καινούριο, η αξία που παρουσιάζει η κάθε φράση ανάλυσης ως προς το σκοπό της έρευνας, ανεξαρτήτως της συχνότητας εμφάνισης κάθε στοιχείου, καθώς ακόμη και τα στοιχεία που εμφανίζονται σπανιότατα μπορεί να έχουν μεγάλη αξία. (Τζάνη, 2005)

Για την ανάλυση του περιεχομένου των απαντήσεων χρησιμοποιήθηκε ειδικό λογισμικό (Atlas-it 6.1). Όλες οι απαντήσεις μορφοποιήθηκαν και αποθηκεύτηκαν σε μορφοποίηση εμπλουτισμένου κειμένου rtf (reach text format) και με αυτή τη μορφή καταχωρήθηκαν στο λογισμικό. Στη συνέχεια ακολούθησε η κωδικοποίηση των απόψεων, αποδίδοντας έναν άξονα και ένα βασικό αντικείμενο αυτού του άξονα. Το λογισμικό δίνει τη δυνατότητα ταξινόμησης των αξόνων και των βασικών αντικειμένων τους, αλλά και καταμέτρησης της συχνότητας εμφάνισης του κάθε άξονα και κάθε βασικού του αντικειμένου στο σύνολο των απόψεων που διερευνούνται (Gregorio, 2009). Με τον τρόπο αυτό έγινε η κωδικοποίηση, η ταξινόμηση, η καταμέτρηση και η καταγραφή των αποτελεσμάτων της ανάλυσης περιεχομένου των σχολίων του κάθε άξονα και του κάθε βασικού αντικειμένου του άξονα

Για να είναι έγκυρο και αποτελεσματικό, το σύστημα της κατηγοριοποίησης, είναι πολύ σημαντικό να θεμελιώνεται από τους κανόνες που προτείνονται στο Βάμβουκα (2000) και είναι οι εξής : α) Της εξαντλητικότητας (exhaustivite) β) Της καταλληλότητας (pertinence) γ) Του αμοιβαίου αποκλεισμού (exclusivite).

α) Εξαντλητικότητα: όλες οι ενότητες ανάλυσης, μπορούν να υπαχθούν στις κατηγορίες που καθορίστηκαν. Η ανάλυση πρέπει να εξαντλεί το περιεχόμενο. Κανένα στοιχείο του δεν πρέπει να μένει έξω από τις κατηγορίες που εκλέχτηκαν, αλλά να εξαντλείται με την κατάταξη του στις διάφορες κατηγορίες. Συχνά η εξαντλητικότητα της ανάλυσης πετυχαίνεται με τη δημιουργία της κατηγορίας «διάφορα».

β) Καταλληλότητα : χαρακτηρίζει τις κατηγορίες ανάλυσης, όταν ταιριάζουν στο σκοπό της έρευνας και στο περιεχόμενο που αναλύεται. Πρέπει να σημειωθεί ότι δεν υπάρχουν προκαθορισμένες κατηγορίες εφαρμόσιμες σε κάθε είδους και τύπου περιεχόμενο και

έρευνα. Για κάθε ανάλυση επινοούνται καινούριες κατηγορίες. Οι κατηγορίες που μπορούν να διατυπωθούν είναι πολλές και ποικίλες. Ο αριθμός και η ποικιλία τους εξαρτώνται από το σκοπό και ιδιαίτερα τις υποθέσεις της έρευνας.

δ) Αμοιβαίος αποκλεισμός. Μια ενότητα ανάλυσης δε θα πρέπει να κατηγοριοποιείται συγχρόνως σε δύο κατηγορίες. Κάθε ενότητα ανάλυσης θα πρέπει να ταξινομείται ή στη μία ή στην άλλη και όχι και στη μία και στην άλλη κατηγορία. Κάθε ενότητα ανάλυσης δεν μπορεί να κωδικοποιείται παρά μόνο μια φορά σε μια κατηγορία και μια μόνο φορά στο σύνολο των κατηγοριών της ίδιας μεταβλητής. Αν το ίδιο στοιχείο μπορεί να ταξινομηθεί σε δύο ή περισσότερες κατηγορίες, η αρχή του αμοιβαίου αποκλεισμού των κατηγοριών δεν ικανοποιείται».

## 5.5 Παρουσίαση αποτελεσμάτων

Αρχικά, παρουσιάζονται οι αρχικές απόψεις των επιμορφούμενων σχετικά με τη συμμετοχή τους στο επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι». Στη συνέχεια, παρουσιάζονται οι τελικές απόψεις των επιμορφούμενων σχετικά με την συμμετοχή τους. Και τέλος παρουσιάζεται η τελική αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού που γίνεται από τους επιμορφούμενους γονείς μετά το τέλος της επιμόρφωσης.

### 5.5.1 Παρουσίαση αποτελεσμάτων των αρχικών απόψεων των επιμορφούμενων για την εξ αποστάσεως εκπαίδευση και τη συναισθηματική αγωγή

<b>1ος άξονας: Εξ Αποστάσεως επιμόρφωση</b>
Απόψεις/δηλώσεις για την ΕξΑΕ
Αποτελεσματικότητα ΕξαΕ
<b>2ος άξονας: Συναισθηματική Νοημοσύνη</b>
Αναγνώριση συναισθημάτων
Κατανόηση συναισθημάτων
Έκφραση συναισθημάτων
Απόψεις/δηλώσεις για την Σ.Ν.
<b>3ος άξονας: Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής</b>

<b>Νοημοσύνης</b>
Διαχείριση συναισθημάτων
Επικοινωνία/σχέσεις
Προαγωγή ηθικών αξιών
Ενσυναίσθηση
Απόψεις/δηλώσεις για τα οφέλη της Σ.Ν.

Όπως αναφέραμε και στη μεθοδολογία της έρευνας οι απόψεις των γονέων διερευνώνται μέσα από τους παρακάτω τέσσερις άξονες κωδικοποίησης και τα βασικά τους αντικείμενα:

#### **5.5.1.1 1ος άξονας: Εξ αποστάσεως επιμόρφωση**

Στον 1<sup>ο</sup> άξονα διερευνώνται οι απόψεις των επιμορφούμενων αναφορικά με την εξ αποστάσεως επιμόρφωση και συγκεκριμένα μελετώνται, οι απόψεις /δηλώσεις τους για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση και πιο συγκεκριμένα για την αποτελεσματικότητα της ΕξαΕ. Οι επιμορφούμενοι, στις αρχικές τους απαντήσεις, εκφέρουν κατά πλειοψηφία θετικά σχόλια για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση.

*Πολύ αποδοτική και άμεση*

*Πολύ ενδιαφέρουσα*

*Χρήσιμη, παραγωγική, ενδιαφέρουσα*

*Καλή*

Υπάρχουν και δύο επιμορφούμενοι οι οποίοι θεωρούν ότι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση δεν μπορεί να θεωρηθεί ισάξια με την δια ζώσης .Συγκεκριμένα αναφέρουν :

*δεν μπορούν να καλύψουν τις ανάγκες μιας επιμόρφως*

*δεν θεωρώ ότι η βεβαίωση συμμετοχής σε ένα τέτοιο σεμινάριο συνεπάγεται πάντα με απόκτηση γνώσεων και εξειδίκευση .*

Ένας επιμορφούμενος αναφέρει ότι οι εξ αποστάσεως επιμορφώσεις προσφέρονται καλύτερα για θεωρητικά θέματα. Συγκεκριμένα αναφέρει:



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

*(η εξ αποστάσεως προσφέρεται καλύτερα για )θέματα θεωρητικά*

Για την αποτελεσματικότητα ενός εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος οι επιμορφούμενοι στις απαντήσεις του θεωρούν ότι υπό προϋποθέσεις σαφώς τα επιμορφωτικά σεμινάρια μπορούν να καλύψουν τις ανάγκες μιας επιμόρφωσης.

α)Αρκετοί επιμορφούμενοι κάνουν αναφορά στον σωστό σχεδιασμό που απαιτεί ένα επιτυχημένο εξ αποστάσεως πρόγραμμα.

*ολοκληρωμένη διδακτική ύλη*

*όταν έχει σχεδιαστεί σωστά*

*να είναι σύντομο και περιεκτικό.*

β)Άλλοι θεωρούν ότι είναι ευθύνη του επιμορφούμενου που παίρνει μέρος σε ένα εξ αποστάσεως πρόγραμμα η επιτυχία του προγράμματος.

*αρκεί να είσαι συγκεντρωμένος στο μάθημα*

*ο επιμορφούμενος να έτοιμος για ένα τέτοιο πρόγραμμα*

γ)Επίσης κάποιοι επιμορφούμενοι θεωρούν ότι η επιτυχία του προγράμματος σχετίζεται με την δυνατότητα που δίνεται στους ενδιαφερόμενους να επιμορφωθούν στο χώρο και το χρόνο που εκείνοι θέλουν.

*γνώση που χρειάζεται στο χρόνο που εξυπηρετεί*

*έχουν ευχέρεια χρόνου για την υλοποίηση τους*

*παρακολουθήσεις μαθημάτων δεν είναι υποχρεωτικές*

*έχουν πολλές υποχρεώσεις οπότε μέσω του διαδικτύου είναι πιο εύκολο*

*δίνουν την ευκαιρία σε χώρο και χρόνο που ο καθένας επιθυμεί να αποκτήσει την επιμόρφωση που προσδοκά*

δ)Τέλος κάποιοι επιμορφούμενοι αναφέρουν ότι το κλειδί για την επιτυχία σε ένα εξ αποστάσεως πρόγραμμα έγκειται στις εφαρμογές των νέων τεχνολογιών (web 2 κ.α.)

*ανάπτυξη της τεχνολογίας*

*νέων τεχνολογιών*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

ε) Τέλος υπάρχει και ένας επιμορφούμενος που εκφράζει την άγνοια του για αυτό το θέμα λέγοντας συγκεκριμένα:

*δεν γνωρίζω σίγουρα*

### **5.5.2 2ος άξονας: Συναισθηματική Νοημοσύνη**

Στον 2<sup>ο</sup> άξονα διερευνώνται οι αρχικές απαντήσεις των επιμορφούμενων αναφορικά με τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα της συναισθηματικής νοημοσύνης, την αναγνώριση συναισθημάτων, την κατανόηση συναισθημάτων και την έκφραση συναισθημάτων, καθώς και οι γενικότερες αρχικές τους απόψεις τους για την συναισθηματική νοημοσύνη. Ειδικότερα:

Η αναγνώριση των συναισθημάτων αποτέλεσε σύμφωνα με τους ερωτώμενους γονείς που πήραν μέρος στην επιμόρφωση το κυρίαρχο χαρακτηριστικό της συναισθηματικής νοημοσύνης.

*να αναγνωρίζεις τα συναισθήματα τα δικά σου*

*η ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων μου*

*η ικανότητα των ατόμων να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά*

*Αναγνώρισης (των συναισθημάτων)*

*Θεωρώ σημαντικό (την ικανότητα αναγνώρισης)*

*ικανότητα αναγνώρισης (των συναισθημάτων )*

Να δίνεται μεγάλη σημασία στα συναισθήματα

αυτά που νιώθουμε, τα συναισθήματα μας

Παράλληλα με την προαναφερθείσα αναγνώριση των συναισθημάτων οι επιμορφούμενοι τονίζουν ότι και η κατανόηση των συναισθημάτων τόσο των δικών τους όσο και των άλλων αποτελεί σημαντικό χαρακτηριστικό της συναισθηματικής νοημοσύνης .

*να δείχνεις κατανόηση σε αυτά.*

*η κατανόηση τόσο των δικών μας συναισθημάτων*

*ικανότητα ενός ανθρώπου να κατανοεί τα συναισθήματα των διπλανών του*

*βοηθά σε μια βαθύτερη επίγνωση της αιτίας των πράξεών μ*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

*κατανόησης του ίδιου τους του εαυτού*

Για τον συσχετισμό της συναισθηματικής νοημοσύνης με την έκφραση των συναισθημάτων μονάχα ένας επιμορφούμενος γονέας κάνει αναφορά πριν την έναρξη της επιμόρφωσης.

*έκφρασης των συναισθημάτων ενός ανθρώπου*

Τέλος, μελετώντας τις απαντήσεις των επιμορφούμενων αναφορικά με τις απόψεις και τις δηλώσεις που εκφράζουν για την συναισθηματική νοημοσύνη στις αρχικές τους απαντήσεις παρατηρούμε ότι τρεις επιμορφούμενοι κάνουν λόγο για τη σχέση λογικής και συναισθήματος:

*γνωστική λειτουργία της νοημοσύνης*

*να βλέπουμε τα πράγματα όχι με τη λογική αλλά με το συναίσθημα*

*δυνατότητα ενός ανθρώπου να αντιληφθεί δεδομένα χωρίς ευδιάκριτα χαρακτηριστικά*

### **5.5.3. 3ος άξονας: Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης**

Τα οφέλη που θεωρούν ότι παρέχει η καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης θα παρουσιαστούν μέσα από τις αναφορές των επιμορφούμενων γονέων στα βασικά αντικείμενα του εν λόγω άξονα που είναι τα παρακάτω :η διαχείριση των συναισθημάτων, η επικοινωνία/σχέσεις ,η προαγωγή ηθικών αξιών, η ενσυναίσθηση και οι γενικότερες απόψεις/δηλώσεις για τα οφέλη της συναισθηματικής νοημοσύνης. Συγκεκριμένα: Στις αρχικές τους απαντήσεις αναφορικά με τα οφέλη της καλλιέργειας της συναισθηματικής νοημοσύνης οι επιμορφούμενοι γονείς θεωρούν ότι σημαντικό όφελος της καλλιέργειας της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι η σωστή διαχείριση των συναισθημάτων. Συγκεκριμένα αναφέρουν :

*διαχείρισης των συναισθημάτων που συναντάμε στην ζωή μας*

*διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους*

*οχι να παρασύρονται από τα συναισθήματά τους*

*ελέγχου των συναισθημάτων τους*

*λιγότερο επώδυνο κάθε φορά αποτέλεσμα*

Σημαντικά βρίσκουν, επίσης τα οφέλη της συναισθηματικής νοημοσύνης στην επικοινωνία και στις σχέσεις οι επιμορφούμενοι γονείς:



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

*καλύτερη η επικοινωνία με τα παιδιά*

*καλύτεροι φίλοι με τους φίλους τους*

*καλύτεροι γονείς με τα παιδιά τους*

*γεγονός που επηρεάζει και τις σχέσεις μας με αυτούς*

*πιο προσιτά στους φίλους τους*

*καλές σχέσεις με συνομήλικους*

*αλληλοκατανόηση στο οικογενειακό περιβάλλον.*

*Να έρθουν πιο κοντά οι γονείς με τα παιδιά τους*

Πολλοί γονείς στις αρχικές τους απαντήσεις κάνουν λόγο για την προαγωγή των ηθικών αξιών ως ένα σημαντικό κέρδος από την καλλιέργεια της συναισθηματική νοημοσύνης στα παιδιά.

*Τα παιδιά θα γίνουν πιο χαρούμενα*

*(Τα παιδιά θα γίνουν)σίγουρα για τον εαυτό τους*

*χωρίς άγχη*

*(τα παιδιά δεν θα έχουν) φοβίες*

*άνθρωποι στην κοινωνία με συναισθηματική νοημοσύνη*

*αυτογνωσία*

*να μην φοβούνται*

*να ντρέπονται γι αυτά(τα συναισθήματα)*

*Ευστροφία*

*θέληση*

*ομαδικότητα*

*και άλλα*

*ποιοτητα σκέψης*

*λιγότερο απαιτητικά απέναντί μας*



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

*λιγότερο επικριτικά*

*και λιγότερο κακότροπα*

*έχουν καλύτερη ψυχική υγεία*

*καλύτερη απόδοση σε ότι καταπιαστούν*

*σεβασμός*

Τέσσερις γονείς αναφέρουν την κατάκτηση της ενσυναίσθησης ως ένα σημαντικό όφελος από την καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης.

*να μπει στη θέση του*

*να επιδεικνύουν ενσυναίσθηση*

*καλλιέργεια της ενσυναίσθησης*

*θα αποκτήσουν ενσυναίσθηση*

Τέλος, στις αρχικές τους απόψεις /δηλώσεις για τα οφέλη της συναισθηματικής νοημοσύνης οι επιμορφούμενοι γονείς αναφέρουν κατά πλειοψηφία τη σπουδαιότητα της καλλιέργειας της συναισθηματικής νοημοσύνης. Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*για να μπορώ να διαχειρίζομαι καταστάσεις*

*για την ψυχική μου υγεία*

*Πολύ σημαντικό (να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*πάρα πολύ σημαντικό(να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*Απόλυτα ναι(να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*πολύ σημαντικό(να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*Ναι, πολύ σημαντικό(να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*Αναγκαίο(να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*σημαντικο αφού βοηθά στην οικοδόμηση υγιούς σχέσης.*

*Φυσικά(να αναγνωρίζω τα συναισθήματα μου ή των παιδιών μου)*

*κατευθύνει προς το καλύτερο τη σκέψη*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

(ένα από τα αποτελέσματα της καλλιέργειας της συναισθηματικής νοημοσύνης) είναι ήρεμη οικογενειακή και σχολική ζωή

## **5.6 Παρουσίαση αποτελεσμάτων των τελικών απόψεων των επιμορφούμενων για την ΕξαΕ και τη Σ.Α.**

### **5.6.1 1ος άξονας: Εξ αποστάσεως επιμόρφωση**

Οι τελικές απόψεις των επιμορφούμενων γονέων για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση θα παρουσιαστούν μέσα από τις αναφορές των γονέων στα αντικείμενα του, εν λόγω, άξονα που είναι οι απόψεις/δηλώσεις για την Εξ αποστάσεως επιμόρφωση και η αποτελεσματικότητα της Εξ αποστάσεως επιμόρφωσης. Ειδικότερα:

Οι γονείς, στις τελικές τους απόψεις, εκφράζονται θετικά για την Εξ αποστάσεως επιμόρφωση, εκτός από έναν επιμορφούμενο που εξέφρασε την προτίμησή του στην διαζώσης επιμόρφωση.

*Αρκετά ικανοποιητική*

*Πολύ ικανοποιητική*

*Πολύ ικανοποιητική, γεμάτη νέες γνώσεις*

*πολύ ικανοποιητική*

*Αρκετά ικανοποιητική.*

*άκρως ικανοποιητική*

*Εξαιρετικά ικανοποιητική.*

*Πολύ ικανοποιητική*

*πολυ ικανοποιητική*

*Πολύ καλή*

*Μέτρια, προτιμώ τις επιμορφώσεις από κοντά, που υπάρχει η ανθρώπινη παρουσία και ανταλλαγή απόψεων*

Μελετώντας τις τελικές απόψεις των επιμορφούμενων γονέων σχετικά με την αποτελεσματικότητα της εξ αποστάσεως επιμόρφωσης παρατηρούμε ότι έχουν πολύ θετικές εντυπώσεις .



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Αρκετοί αναφέρουν το χώρο/χρόνο ως σημαντικό παράγοντα που συμβάλει στην αποτελεσματικότητα ενός επιμορφωτικού προγράμματος.

*τις διαχειριστείς στον δικό σου χρόνο*

*δεν σε περιορίζουν στον χρόνο παρακολούθησης τους*

*τον χώρο και τον χρόνο που θα ασχοληθεί*

*δίνει την ευκαιρία σε άτομα που δεν μπορούν να παρεβρεθούν σε δια ζώσης επιμορφωτικά σεμινάρια*

*να γίνουν οποιαδήποτε στιγμή*

*χωρίς να χρειάζεται να περιμένει ή να μεταβεί σε κάποιο συγκεκριμένο χώρο*

Κάποιοι κάνουν λόγο για το περιεχόμενο/δομή ενός εξ αποστάσεως προγράμματος το οποίο συμβάλει στην αποτελεσματικότητα ενός επιμορφωτικού προγράμματος.

*σου παρέχει τις πληροφορίες που χρειάζεσαι*

*να πλουτίσουν τις γνώσεις μας*

*σωστά δομημένα*

*επιλέξει το είδος της επιμόρφωσης*

*αν δίνεται η δυνατότητα αλληλεπίδρασης του επιμορφούμενου με τον επιμορφωτή του.*

*σωστά τις πληροφορίες*

*καλύπτουν μεγάλο εύρος διδακτικών εννοιών*

*όταν το θέμα σε αφορά*

*γίνει μια καλή παρουσίαση*

*Σίγουρα ,μπορούν*

*Nai*

*με τη βοήθεια των νέων τεχνολογιών*

Μονάχα ένας επιμορφούμενος δεν θεωρεί ότι η εξ αποστάσεως επιμόρφωση δεν είναι αντάξια της δια ζώσης ,καθώς δεν υπάρχει αλληλεπίδραση .

*μιας και δεν μπορούν να υπάρξουν ερωτήσεις*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

### 5.6.2 2ος άξονας: Συναισθηματική Νοημοσύνη

Στον 2<sup>ο</sup> άξονα γίνεται διερεύνηση των τελικών απόψεων των γονέων που αφορούν τα εξής βασικά αντικείμενα: την αναγνώριση συναισθημάτων, την κατανόηση συναισθημάτων και την έκφραση συναισθημάτων, καθώς και τις γενικότερες τους απόψεις για την συναισθηματική νοημοσύνη. Πιο συγκεκριμένα :

Στις τελικές τους απαντήσεις σχετικά με την αναγνώριση των συναισθημάτων, οι επιμορφούμενοι γονείς κάνουν πάρα πολλές αναφορές στην αναγνώριση των συναισθημάτων, ως τον ακρογωνιαίο λίθο της συναισθηματικής νοημοσύνης.

*αναγνωρίζουν τα αισθήματα που νιώθουμε*

*η ικανότητα των ατόμων να αναγνωρίζουν τα δικά τους,*

*συναισθήματα των άλλων*

*η ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων*

*ικανότητα ενός ανθρώπου να αναγνωρίζει τα δικά του συναισθήματα*

*ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων σου*

*αναγνώριση*

*κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων.*

*να καταλαβαίνεις τί αισθάνεται αυτός που έχεις απέναντί σου*

*ικανότητα να αναγνωρίζεις τα συναισθήματα των άλλων*

*να προσδιορίζουμε τα συναισθήματά μας*

*η ικανότητα κάποιου να αντιλαμβάνεται, ν' αναγνωρίζει τα συναισθήματα*

*όσο και των άλλων ανθρώπων*

Μόλις τρεις γονείς κάνουν αναφορά στις τελικές τους απαντήσεις, σχετικά με την κατανόηση των συναισθημάτων. Παραθέτουμε τις απόψεις τους:

*κατανόηση*

*η κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων.*

*η δυνατότητα να κατανοείς καλύτερα*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Οι επιμορφούμενοι στις τελικές τους απαντήσεις που αφορούν στην έκφραση των συναισθημάτων, αναφέρουν :

*έκφραση των συναισθημάτων μας*

*μπορεί να τα εκφράσει*

Δύο απόψεις/δηλώσεις για τη συναισθηματική νοημοσύνη βρίσκουμε στις τελικές απαντήσεις των γονέων .

*βλέπεις τα πράγματα όχι μόνο με τη λογική....*

*Να ακούς κ τα συναισθήματα*

### **5.6.3 3ος άξονας: Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης**

Ο 3<sup>ο</sup> άξονας - Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης - επιχειρεί να διερευνήσει τις απόψεις των γονέων για τη διαχείριση των συναισθημάτων, την επικοινωνία/σχέσεις, την προαγωγή των ηθικών αξιών, την ενσυναίσθηση και τις γενικότερες απόψεις /δηλώσεις των γονέων για την για τα οφέλη της Σ.Ν.

Οι τελικές απόψεις των γονέων σχετικά με την διαχείριση των συναισθημάτων είναι ποικίλες:

*κάνουν διάκριση μεταξύ διαφορετικών συναισθημάτων*

*σωστής διαχείρισης περίπλοκων καταστάσεων*

*να διαχειρίζονται τα συναισθήματα τους*

*Βελτιώνεται ο τρόπος σκέψης, συμπεριφοράς και αντίδρασης σε σε διάφορες καταστάσεις.*

*έκφραση των συναισθημάτων*

*την ικανότητα αναγνώρισης των συναισθημάτων τους*

*μπορούν ευκολότερα να διαχειριστούν καταστάσεις που αντιμετωπίζουν καθημερινά*

*η ικανότητα προσέγγισης και αναγνώρισης των συναισθημάτων με τα παιδιά μας*

Οι μαθητές, στις τελικές τους απόψεις, εκφράζουν τη βεβαιότητα τους για τη βελτίωση στην επικοινωνία και στις σχέσεις τους , μέσα από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα

*Καλή σχέση με γονείς*

*συνομηλικού*



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

*ικανότητα να αντιμετωπίζει προβληματικές καταστάσεις στο σχολείο και στο σπίτι*

*τα παιδιά γίνονται περισσότερο ευαίσθητα*

*Εδβελτίωση στην καθημερινή του συνύπαρξη με συμμαθητές*

*καθώς και με τους γονείς*

*επικοινωνία και η συνεργασία μας με αυτούς*

*Σωστή επικοινωνία*

*σωστές σχέσεις με την οικογένεια*

*ώστε να έχουν καλύτερη και γρηγορότερη ένταξη στο περιβάλλον των ενηλίκων*

*μπορούν να αναπτύξουν υγιείς σχέσεις με τους γύρω τους.*

*απόλυτα κοινωνικοποιημένοι*

Οι γονείς στις τελικές τους απόψεις όσον αφορά την προαγωγή ηθικών αξιών αναφέρουν ότι τα παιδιά καλλιεργώντας τη συναισθηματική τους νοημοσύνη παράλληλα καλλιεργούν και άλλες αξίες :

*να βρίσκουν λύσεις*

*αυτοπεποίθηση,*

*αυτοεκτίμηση*

*αυτοέλεγχο*

*αυτοσεβασμό*

*πιο σταθερός συναισθηματικά*

*πιο ευτυχισμένος.*

*ομαδικότητα*

*κατανόηση*

*ανάπτυξη της αλληλεγγύης μεταξύ τους κλπ*

*καλλιέργεια της αυτοεκτίμησης του παιδιού*

*ενδυνάμωση του χαρακτήρα του παιδιού,*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

*ανάπτυξη του αυτοσεβασμού*

*(ανάπτυξη)της αυτοεκτίμησης*

*καλλιεργείται ο σεβασμός προς τους άλλους*

*διαμορφώνονται ηθικές αξίες*

*είναι χαρούμενα*

*ήρεμοι ψυχικά*

Οι γονείς στις τελικές τους απαντήσεις που αφορούν την ενσυναίσθηση αναφέρουν :

*η ικανότητα ενσυναίσθησης*

*ενσυναίσθηση*

*μπαίνεις στη θέση τους*

*μη κάνεις αυτό που δεν θέλεις να σου κάνουν*

*Μπαίνεις στη θέση τους*

*καλλιεργούνται η ενσυναίσθηση*

Τέλος τρεις γονείς αναφέρουν για τα οφέλη της Σ.Ν.:

*Κατανοείς καλύτερα τις πράξεις των παιδιών*

*σκέφτονται όχι μόνο με τη λογική, αλλά και με το συναίσθημα!*

*είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν καταστάσεις κάθε είδους*

## **5.7 Παρουσίαση της αξιολόγησης των γονέων για την αποτελεσματικότητα του Ε.Υ.**

Όπως αναφέραμε και στη μεθοδολογία της έρευνας οι απόψεις των γονέων για την καθολική αξιολόγηση του επιμορφωτικού προγράμματος «Συν αισθάνομαι» διερευνώνται μέσα από τους παρακάτω τρεις άξονες κωδικοποίησης και τα βασικά τους αντικείμενα:

<b>Τα βασικά αντικείμενα ανά άξονα</b>
<b>1<sup>ος</sup> άξονας : Γνωστικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού</b>

Μάθηση/Κατανόηση
Σύγχρονο
Αποτελεσματικότητα
Περιεχόμενο-Δομή
Συγκίνηση
Ανατροφοδότηση
<b>2<sup>ος</sup> άξονας : Τεχνολογικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού</b>
Γραφικά Χαρακτηριστικά
Γραμματοσειρά
Πλοήγηση
Πολυμέσα (εικόνα, ήχος, βίντεο)
Προσέλκυση ενδιαφέροντος
<b>3<sup>ος</sup> άξονας : Διάφορα</b>
Θέματα που αναφέρονται στις απαντήσεις και δεν αφορούν την έρευνα

### 5.7.1 1ος άξονας Γνωστικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού

Ο 1<sup>ος</sup> άξονας - Γνωστικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού - επιχειρεί να διερευνήσει την αποτίμηση των γονέων αναφορικά με τα γνωστικά οφέλη που απέκτησαν από την εφαρμογή του επιμορφωτικού προγράμματος «Συν αισθάνομαι»

Στον άξονα αυτό εντάσσονται οι απαντήσεις των επιμορφούμενων, που αναφέρονται στο κατά πόσο έμαθαν και κατανόησαν αυτά τα οποία διδάχτηκαν από το ΕΥ. Οι επιμορφούμενοι αναφέρουν ότι εμπλούτισαν τις γνώσεις τους και έμαθαν πολλά νέα πράγματα ιδίως μέσα από τα παραδείγματα.

*Με βοήθησε πολύ*

*Εμπλούτισα τις γνώσεις μου*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

μεγάλη πηγή γνώσεων Με βοήθησε πολύ

(Έμαθα) τη θεωρία γύρω από τα συναισθήματα

ανάδευσε δεξιότητες που είχα διδαχθεί

με βοήθησε να μάθω

παραδείγματα πολύ χαρακτηριστικά

απτά παραδείγματα

έμαθα πράγματα μέσα από το πρόγραμμα

Με βοήθησαν περισσότερο τα παραδείγματα

με βοήθησε

με βοήθησε πολύ

Τα ρεαλιστικά καθημερινά παραδείγματα

κατανοητή εξήγηση των όρων

Τα παραδείγματα που

μελέτες περίπτωσης

τα πραγματικά παραδείγματα περιστατικών.

(Έμαθα) από τα παιχνίδια

Έμαθα πολλά; νέα πράγματα,

Κατατοπιστικό

παραδείγματα για καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου

σου προσφέρει την γνώση

κατανοητό

ολα απολυτα κατανοητά

απλά καθημερινά παραδείγματα

κατανοητά κείμενα



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Στο αντικείμενο αυτό εντάσσονται οι απόψεις επιμορφούμενων, οι οποίες αναφέρονται στον σύγχρονο χαρακτήρα του ΕΥ. Συγκεκριμένα αναφέρουν ότι το πρόγραμμα είναι σύγχρονο, επίκαιρο, με περιπτώσεις που αντιμετωπίζουν οι περισσότεροι γονείς στην καθημερινότητά τους με τα παιδιά τους.

*συνάντησα προβλήματα της καθημερινότητάς μου με τα δύο μου παιδιά*

*παρουσίαση καθημερινών καταστάσεων*

*καταστάσεων που εγώ βιώνω καθημερινα με τα παιδιά μου*

*καθημερινά αντιμετωπίζω παρόμοια προβλήματα με αυτά που αναφέρονται στο πρόγραμμα*

*αντιμετωπίζουμε καθημερινά(παρόμοια προβλήματα)*

Στον άξονα αυτό περιλαμβάνονται οι αναφορές που έκαναν οι επιμορφούμενοι γονείς αναφορικά με την αποτελεσματικότητα του Ε.Υ και συγκριμένα περιγράφουν τι νέο έμαθαν και τι θα αλλάξουν στην διαπαιδαγώγηση με τα παιδιά τους.

*θα βελτιώσω τη σχέση μου με τα παιδιά μου*

*Το πρόγραμμα με βοήθησε να αποκτήσω μια νέα οπτική αντιμετώπισης κάποιων θεμάτων*

*σου παρέχει άλλους τρόπους δράσης.*

*μου δόθηκαν τρόποι κ ιδέες αντιμετώπισης*

*προτάσεις αντιμετώπισής τους*

*έδωσε λύσεις σε πολλές απορίες*

*τον τρόπο με τον οποίο πρέπει να μιλάμε στα παιδιά μας*

*με βοήθησε να βρω καλύτερους τρόπους επικοινωνίας*

*κατανοώντας καλύτερα τα συναισθήματά τους.*

*Με βοήθησε να χρησιμοποιώ εναλλακτικούς τρόπους*

*περισσότερο συζήτηση*

*Το τι με αουτ*

*διάθεση να διορθωθούμε*

*τρόπο προσέγγισης των διάφορων προβληματικών καταστάσεων.*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Ως προς το περιεχόμενο-δομή οι επιμορφούμενοι αναφέρουν ότι το Ε.Υ. ήταν πλήρες, ξεκάθαρο και σωστά δομημένο. Συγκεκριμένα αναφέρουν :

*εστιασμένο και ξεκάθαρο*

*Πολύ πλούσιο εκπαιδευτικό υλικό*

*πλήρες και περιεκτικό.*

*ξεκινώντας από το θεωρητικό κομμάτι της συναισθηματικής νοημοσύνης*

*καλυψε μεγάλο αριθμό ενοτητων*

*πλήρες*

*πολύ σωστά συμπληρωμένο*

*και ο καλός σχεδιασμός του.*

*δεν μακρηγορούσε σε αναλύσεις*

*απλή και σαφής διατύπωσή του*

*πλήρως στοχευμένη θεματολογία*

*πολύ ελκυστικά δοσμένη η παρουσίαση των μαθημάτων*

*σύντομο,*

*περιεκτικό*

*Πλούσια ύλη*

*σωστά δομημένο εκπαιδευτικό υλικό*

*σωστή δομή*

*μικρά σε όγκο πληροφορίας μαθήματα*

*σωστά οργανωμένο*

*ξεκάθαρο*

*δεν είναι μακροσκελές*

*στα σωστά σημεία*

*Χωρισμένο και οριοθετημένο σωστά*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

*Ευανάγνωστο*

*σύντομο χωρίς περιττά πράγματα*

*της ορθής δομής των σταδίων της συναισθηματικής νοημοσύνης στη ζωή μας*

*ασχολήθηκε με την ουσία του θέματος*

Πολλοί από τις επιμορφούμενοι αναφέρουν για το επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συναισθάνομαι» ότι τους προκάλεσε συγκίνηση.

*νιώθεις την ανάγκη να αγκαλιάσεις για πολλή ώρα τα παιδιά σου.*

*συγκινήθηκα αρκετές φορές κατά τη διάρκεια της επιμόρφωσης.*

*Δουλειά που σε αγγίζει στο συναίσθημα*

*με συγκίνησε πολύ!*

Τέλος, υπάρχουν έξι αναφορές επιμορφούμενων γονέων, που εκφράζονται θετικά για τις ασκήσεις ανατροφοδότησης .

*μου άρεσαν οι ασκήσεις ανατροφοδότησης*

*με τις ασκήσεις ανατροφοδότησης ελέγχει τι έχεις μάθει*

*έξυπνα τεστάκια*

*(μου άρεσαν )οι εργασίες*

*ολοκλήρωσε με τις μικρές δοκιμασίες αξιολόγησης*

*έξυπνες κρυμμένες ερωτήσεις*

### **5.7.2. 2ος άξονας Τεχνολογικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού**

Ο 2<sup>ος</sup> άξονας - Τεχνολογικά κριτήρια Εκπαιδευτικού Υλικού - επιχειρεί να διερευνήσει τις απόψεις των γονέων αναφορικά με τα τεχνολογικά κριτήρια που αφορούν στη δομή και παρουσίαση του εκπαιδευτικού υλικού.

Οι επιμορφούμενοι εκφράζονται πολύ θετικά για τα γραφικά χαρακτηριστικά του Ε.Υ. Συγκεκριμένα αναφέρουν:

*όμορφα χρώματα*

*αρέσουν τα εικονίδια*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

γραφικά

Μου άρεσε το interface των σελίδων

(Μου άρεσαν) τα χρώματα της παρουσίασης

τα σύμβολα για την πλοήγηση

τα χρώματα

ευχάριστα γραφικά

Τέσσερις θετικές αναφορές για την γραμματοσειρά του επιμορφωτικού προγράμματος «Συν αισθάνομαι» από τους επιμορφούμενους γονείς.

Μου άρεσαν οι γραμματοσειρές

η γραμματοσειρά ταίριαζε απόλυτα στο όλο σκηνικό

μου άρεσε η ευδιάκριτη γραμματοσειρά

μου άρεσε πολύ η γραμματοσειρά

Στο αντικείμενο αυτό εντάσσονται οι απαντήσεις των επιμορφούμενων, που αναφέρονται στον βαθμό χρηστικότητας του ΕΥ. Πιο συγκεκριμένα αναφέρουν ότι ήταν λειτουργικό, εύχρηστο, προσεγμένο, φιλικό και προσιτό στη χρήση, ακόμα και για άτομα χωρίς ιδιαίτερες τεχνολογικές γνώσεις.

κατανοητό

εύκολο στη χρήση του

πολύ εύκολο

ότι είναι εύκολο στην χρήση του εκπαιδευτικού υλικού

πολύ απλό (στη χρήση του)

πολύ εύκολο στη χρήση του

πολύ εύκολο

εύκολο στη χρήση του

Είναι πολύ εύχρηστο .

Από ένα απλό smartphone κάποιος μπορεί να ενημερωθεί



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

*αρκεί να έχει κάποιος στοιχειώδεις γνώσεις χρήσης Η/*

*εύκολα στη χρήση*

*Ναι πολύ απλό*

*(Είναι εύκολο στη χρήση )Αρκεί να γνωρίζεις τα βασικά από υπολογιστές...*

*εύχρηστο*

*εύκολη χρήση του*

Στη συνέχεια οι επιμορφούμενοι αναφέρουν τις απόψεις τους για τα πολυμέσα (εικόνα, ήχο, βίντεο) που απαρτίζουν το Ε.Υ. Σχεδόν όλες οι εντυπώσεις τόσο για τα βίντεο που πλαισίωσαν το Ε.Υ. ,όσο και για τη μουσική και τις εικόνες είναι θετικές εκτός από δύο επιμορφούμενους που όπως χαρακτηριστικά αναφέρουν τους «κούρασε ..»

*ι.Θετικές αναφορές*

*α)βίντεο*

*όμορφα βιντεάκια*

*τα βίντεο*

*ενδιαφέροντα βίντεο*

*τα βιντεακια*

*διαδραστικοτητα που μου παρείχε*

*Τα διαδραστικά βίντεο*

*βίντεο ήταν πολύ ελκυστικά*

*συνδυασμός των κειμένων με εικόνες, ήχο και βίντεο*

*β)μουσική*

*την τόσο προσεγμένη επιλογή των μουσικών κομματιών*

*Ε9Μου άρεσε πολύ η μουσική ,*

*η μουσική*

*ωραία μουσική.*

*μουσική*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

*Μου άρεσε η μουσική*

*Η μουσική, βοηθούσε να χαλαρώσεις*

*γ)εικόνες*

*εικόνες που είδα μου έδειχναν ολόκληρες ιστορίες*

*Πολύ όμορφες*

*χαρακτηριστικά!!*

*οι φωτογραφίες*

*εικόνες σου δημιουργούσαν αίσθημα ζεστασιάς και ηρεμίας*

*οι εικόνες*

*ii) Αρνητικές αναφορές*

*με κούρασε λιγάκι η μουσική,*

*το παραμύθι με το μολυβένιο στρατιωτάκι με κούρασε λίγο*

Τέλος, παρατίθενται κάποιες από τις απόψεις των επιμορφούμενων, για το πόσο ενδιαφέρον ήταν το Ε.Υ. που παρακολούθησαν. Πιο συγκεκριμένα αναφέρουν ότι ήταν ενδιαφέρον και ευχάριστο.

*Δεν είναι βαρετό*

*ευχάριστη η ενασχόληση με αυτό*

*χωρίς ο αναγνώστης να κουράζεται*

*Με χαρά το παρακολούθησα*

*Μου κίνησε το ενδιαφέρον*

*Προσελκύει το ενδιαφέρον*

*μου προσέλκυσε το ενδιαφέρον*

*οποία παρουσίασε με ευχάριστο τρόπο*

*συναισθηματικός τρόπος που προσεγγίζει το θέμα του*

*Σε παρασύρει σε ένα ήρεμο, γεμάτο θετικά συναισθήματα μονοπάτι,*



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

### 5.7.3.3ος άξονας Διάφορα

Στον 3<sup>ο</sup> άξονα –Διάφορα- περιλαμβάνονται σχόλια των επιμορφούμενων που δεν εντάσσονται σε κάποιο από τους προηγούμενους άξονες.

*Δεν δυσκολεύτηκα κάπου.*

*Δεν βρίσκω κάτι που να μην μου άρεσε*

*Πολλές φορές χάνω τον έλεγχο*

*σε περιπτώσεις που σηκώνεις τα χέρια ψηλά*

*Δεν είχαμε την ευκαιρία να συζητήσουμε πάνω στο θέμα των συναισθημάτων με τη δημιουργό αναγνώριση των λαθών που κάνουμε όλοι ως γονείς δημιουργεί κάποιες τύψεις*

*μακάρι να το έκανε κ ο άνδρας μου*

*Εξαιρετική προσπάθεια*

*δεν έχω κάποια παρατήρηση*

*όλα ήταν υπέροχα*

*δείχνει ότι το άτομο που το έφτιαξε είναι πολύ συναισθηματικό !!!!*

*Συγχαρητήρια*

*Συγχαρητήρια για την καλή δουλειά*

*Με κάλυψε σε όλα τα επίπεδα*

### 5.8 Συμπεράσματα

Όπως φάνηκε από τα αποτελέσματα της έρευνας, η επιμόρφωση επηρέασε τις αρχικές απόψεις των επιμορφούμενων για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση, καθώς και για την συναισθηματική νοημοσύνη. Οι επιμορφούμενοι γονείς πίστευαν πριν την έναρξη της επιμόρφωσης και διατήρησαν την ίδια άποψη και μετά την παρακολούθηση του εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος «Συν αισθάνομαι», ότι η εξ αποστάσεως επιμόρφωση μπορεί να καλύψει τις ανάγκες επιμόρφωσης ενός γονέα. Όσον αφορά την Σ.Ν., οι επιμορφούμενοι που επέλεξαν να παρακολουθήσουν την επιμόρφωση πίστευαν από την αρχή ότι η καλλιέργεια της Σ.Ν έχει σημαντικά οφέλη για την διαπαιδαγώγηση των



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

παιδιών και η άποψή τους αυτή ενισχύθηκε ακόμα περισσότερο από τη συμμετοχή τους στην επιμόρφωση. Συγκεκριμένα:

#### Ως προς τον 1<sup>ο</sup> άξονα - Εξ αποστάσεως επιμόρφωση –

Οι επιμορφούμενοι, στις αρχικές τους *απόψεις/δηλώσεις για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση* εκφέρουν κατά πλειοψηφία θετικά σχόλια. Υπάρχουν και δύο επιμορφούμενοι οι οποίοι θεωρούν ότι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση δεν μπορεί να θεωρηθεί ισάξια με την διαζώση. Στις τελικές τους απόψεις, ενισχύεται η αρχική θετική τοποθέτηση των επιμορφούμενων. Μονάχα ένας ερωτώμενος δείχνει την προτίμησή του στην διαζώση επιμόρφωση. Οι επιμορφούμενοι στις αρχικές τους απαντήσεις θεωρούν ότι η *αποτελεσματικότητα* ενός εξ αποστάσεως επιμορφωτικού προγράμματος επιτυγχάνεται όταν υπάρχει σωστός σχεδιασμός. Άλλοι θεωρούν ότι είναι ευθύνη του επιμορφούμενου που παίρνει μέρος σε ένα εξ αποστάσεως πρόγραμμα. Επίσης κάποιοι επιμορφούμενοι θεωρούν ότι η επιτυχία του προγράμματος οφείλεται στη δυνατότητα που δίνεται στους ενδιαφερόμενους να επιμορφωθούν στο χώρο και το χρόνο που εκείνοι θέλουν. Άποψη η οποία ενισχύεται πάρα πολύ στις τελικές απαντήσεις των ερωτώμενων επιμορφούμενων. Τέλος υπάρχουν και κάποιοι επιμορφούμενοι που υποστηρίζουν ότι η αξιοποίηση των εφαρμογών της τεχνολογίας, ευνοεί την αποτελεσματικότητα της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

#### Ως προς τον 2<sup>ο</sup> άξονα - Συναισθηματική Νοημοσύνη-

Μέσα από τη μελέτη των αρχικών απόψεων των επιμορφούμενων σχετικά με τη συναισθηματική νοημοσύνη, παρατηρούμε ότι σε 5 απαντήσεις η *αναγνώριση των συναισθημάτων* θεωρείται ένα από τα κυρίαρχα χαρακτηριστικά της συναισθηματικής νοημοσύνης. Στις τελικές απαντήσεις η άποψη αυτή ενισχύθηκε ακόμα περισσότερο, καθώς 15 επιμορφούμενοι κάνουν λόγο για την αναγνώριση των συναισθημάτων. Και στις αρχικές και στις τελικές απαντήσεις των επιμορφούμενων γίνεται ισάξια λόγος για την *κατανόηση των συναισθημάτων* ως αναπόσπαστο γνώρισμα της συναισθηματικής νοημοσύνης. Το ίδιο ισχύει και με την *έκφραση των συναισθημάτων*, καθώς και πριν και μετά την επιμόρφωση γίνεται ισάξια αναφορά. Ως προς τις απαντήσεις των επιμορφούμενων αναφορικά με τις *απόψεις/δηλώσεις για την συναισθηματική νοημοσύνη* στις αρχικές τους απαντήσεις υπάρχουν 3 αναφορές στη σχέση λογικής και συναισθήματος, ενώ στις τελικές απαντήσεις υπάρχουν 2 αναφορές.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

### Ως προς τον 3<sup>ο</sup> Άξονα –Οφέλη καλλιέργειας Συναισθηματικής Νοημοσύνης-

Διερευνώντας τις αρχικές και τελικές απαντήσεις των επιμορφούμενων για τα οφέλη της συναισθηματικής νοημοσύνης παρατηρούμε ότι για την διαχείριση των συναισθημάτων οι τελικές αναφορές αυξήθηκαν κατά 3, ενώ για την επικοινωνία/σχέσεις μετά την επιμόρφωση υπάρχουν 4 περισσότερες αναφορές, πράγμα που αποδεικνύει ότι οι επιμορφούμενοι θεωρούν ότι η καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης βελτιώνει την επικοινωνία και τις σχέσεις των ατόμων. Για την προαγωγή των ηθικών αξιών κάνουν λόγο οι περισσότεροι επιμορφούμενοι στις απαντήσεις τους πριν και μετά την επιμόρφωση ως ένα σημαντικό πλεονέκτημα από την ανάπτυξη της συναισθηματικής διαπαιδαγώγησης στα παιδιά. Η ενσυναίσθηση, αναφέρεται 3 φορές στις αρχικές απαντήσεις των επιμορφούμενων, ενώ στις τελικές απαντήσεις, μετά το πέρας της επιμόρφωσης δηλαδή εμφανίζεται περισσότερες φορές, αποδεικνύοντας έτσι τη σημασία που δίνουν οι επιμορφούμενοι σε αυτήν την δεξιότητα, που κάθε παιδί οφείλει να αναπτύξει. Οι επιμορφούμενοι στις αρχικές και στις τελικές τους *απόψεις /δηλώσεις για τα οφέλη της συναισθηματικής νοημοσύνης* κάνουν λόγο για τη σπουδαιότητα της συναισθηματικής νοημοσύνης.

### Αξιολόγηση εκπαιδευτικού υλικού

Μελετώντας τις απαντήσεις των επιμορφούμενων αναφορικά με την καθολική αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού παρατηρούμε ότι στη πλειοψηφία τους οι απαντήσεις ήταν πολύ θετικές. Σύμφωνα λοιπόν με τις απαντήσεις των επιμορφούμενων στις ερωτήσεις ανοικτού τύπου προέκυψε ότι οι επιμορφούμενοι συμφωνούν σε μεγάλο βαθμό για τα ακόλουθα χαρακτηριστικά του εκπαιδευτικού υλικού:

- ❖ Επιτυγχάνεται η κατανόηση νέων εννοιών και γνώσεων, ενώ η χρήση παραδειγμάτων διευκολύνει ακόμα περισσότερο την εμπέδωση των νέων διδακτικών αντικειμένων.
- ❖ Το πρόγραμμα είναι σύγχρονο, επίκαιρο με βάση ρεαλιστικά, καθημερινά θέματα που αντιμετωπίζει η σύγχρονη οικογένεια.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

- ❖ Το πρόγραμμα είναι χρήσιμο, και αποτελεσματικό, καθώς δίνει τη δυνατότητα πρακτικής εφαρμογής και εξάσκησης των όσων έμαθαν οι επιμορφούμενοι στην διαπαιδαγώγηση με τα παιδιά τους.
- ❖ Το Ε.Υ. ήταν πλήρες, σωστά δομημένο και κατατεταγμένο σε μικρές σε έκταση ενότητες και υποενότητες
- ❖ Παρέχεται βιωματική γνώση που συγκινεί.
- ❖ Υπάρχουν επαρκείς ασκήσεις αυτοαξιολόγησης και δραστηριότητες που παρείχαν ανατροφοδότηση στους επιμορφούμενους.
- ❖ Η γραμματοσειρά που χρησιμοποιείται είναι αισθητικά καλή και έχει κατάλληλο μέγεθος, ώστε να είναι εύκολα αναγνώσιμη.
- ❖ Τα γραφικά χαρακτηριστικά, οι χρωματικές συνθέσεις, τα εικονικά στοιχεία είναι αισθητικά καλά και καλής ποιότητας.
- ❖ Είναι εύχρηστο, λειτουργικό, φιλικό προς τη χρήση, προσιτό ακόμα και από ένα απλό smartphone.
- ❖ Κάνει χρήση πολυμέσων( βίντεο, εικόνα, ήχου) εμπλουτίζοντας το μάθημα, κάνοντάς το πιο ευχάριστο και προσελκύοντας έτσι το ενδιαφέρον των επιμορφούμενων
- ❖ Προκαλεί ενδιαφέρον το οποίο διατηρείται σε υψηλά επίπεδα καθ' όλη τη διάρκεια της επιμόρφωσης.

Πέραν των πλεονεκτημάτων του ΕΥ, υπήρξαν και δύο αρνητικές απόψεις σχετικά με τη χρήση του ήχου και ενός βίντεο που χαρακτηρίστηκαν ως « κουραστικά» από τους επιμορφούμενους γονείς.

## **5.9 Συζήτηση**

Στα πλαίσια αυτής της Δ.Ε. έγινε προσπάθεια να διερευνηθούν οι απόψεις των επιμορφούμενων γονέων αναφορικά με τη συμμετοχή τους στο επιμορφωτικό πρόγραμμα «Συν αισθάνομαι». Μετά την ανάλυση των αποτελεσμάτων και τα συμπεράσματα, ακολουθεί η συζήτηση :

1<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα

Ποιες αρχές της ΕξαΕ χρειάζεται να πληρούνται για την δημιουργία του Ε.Υ. :

Η δημιουργία του εκπαιδευτικού υλικού «Συν αισθάνομαι» βασίστηκε στις βασικές αρχές της ΕξΑΕ όπως αναφέρονται από τον Holmberg (1995, οπ. αναφ. στο Καραγιάννη & Αναστασιάδη, 2009) ότι δηλαδή το εκπαιδευτικό υλικό θα πρέπει να καθοδηγεί τον εκπαιδευόμενο στη μελέτη του, να επεξηγεί δύσκολα σημεία, να διευκολύνει την ανακαλυπτική μάθηση, να παρέχει διάφορα είδη ασκήσεων και δραστηριοτήτων για συνεχή ανατροφοδότηση και διερεύνηση, να εμπυγχώνει, να ενθαρρύνει, να διευκολύνει και να υποστηρίζει την αυτοαξιολόγηση, ενώ παράλληλα θα πρέπει να επιτρέπει την ελεύθερη επιλογή του τόπου, του χρόνου αλλά και του ρυθμού μελέτης. Επιπρόσθετα, τα αποτελέσματα της έρευνας στο κομμάτι του πρώτου ερευνητικού ερωτήματος ενισχύουν την αξία που δίνεται στις βασικές αρχές σχεδιασμού ΕξΑΕ των Σπανακά Λιοναράκη (2017), τις αρχές σχεδιασμού διαδραστικού-πολυμορφικού εκπαιδευτικού υλικού (Σπαντιδάκης & Αναστασιάδης, 2007) αλλά και την τυπολογία των West & Λιοναράκη (2001) για το σχεδιασμό ΕξΑΕ υλικού εφόσον ο σχεδιασμός του συγκεκριμένου εκπαιδευτικού υλικού στηρίχτηκε σε όλες τις προαναφερθείσες αρχές.

2<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα

Ποιες είναι οι αρχικές απόψεις των γονέων για την εξ αποστάσεως επιμόρφωση; Κατά πόσο η συμμετοχή τους στην επιμόρφωση επηρέασε τις αρχικές τους απόψεις;

Μελετώντας τις απαντήσεις των ερωτώμενων επιμορφούμενων γονέων αναφορικά με τη συμμετοχή τους στην επιμόρφωση, παρατηρούμε ότι η ήδη θετική τους άποψη ενισχύθηκε ακόμα περισσότερο. Η άποψη αυτή, ότι η εξ αποστάσεως επιμόρφωση είναι καλή και μπορεί να καλύψει τις ανάγκες ενός επιμορφωτικού προγράμματος, συνάδει με αποτελέσματα άλλων ερευνών, στις οποίες οι συμμετέχοντες εκφράζονται θετικά για τις εξ αποστάσεως επιμορφώσεις (Οικονόμου, 2017), σε απρόσμενα υψηλά ποσοστά αποτιμούν πολύ θετικά τη διαδικασία της εξ αποστάσεως επιμόρφωσης (Μπίκος, 2006), ότι η ικανοποίηση των επιμορφουμένων έγκειται στη μεθοδολογία της εξΑΕ, (Μουζάκης, 2009) και ότι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση είναι εξίσου αποτελεσματική σε σύγκριση με άλλες μεθόδους, τονίζοντας μάλιστα ότι προσφέρει ευελιξία και εξοικονόμηση χρόνου και χρήματος. (Θωμάδης, 2017)



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

3<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα

Ποιες είναι οι αρχικές απόψεις των γονέων για την συναισθηματική νοημοσύνη; Κατά πόσο η συμμετοχή τους στην επιμόρφωση επηρέασε τις αρχικές τους απόψεις;

Αναφορικά με τις απόψεις των επιμορφούμενων γονέων σχετικά με τη συναισθηματική νοημοσύνη παρατηρούμε ότι και εδώ τα αποτελέσματα ακολούθησαν το ίδιο ύφος, καθώς οι αρχικές θετικές τοποθετήσεις για τη συναισθηματική νοημοσύνη και τα οφέλη της στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών ενισχύθηκαν ακόμα περισσότερο στις τελικές απαντήσεις των επιμορφούμενων. Άποψη που συμφωνεί με αποτελέσματα άλλων ερευνών που αποδεικνύουν ότι η επιτυχία στην ενήλικη ζωή εξαρτάται όχι μόνο από την ακαδημαϊκή ικανότητα αλλά και από την ενδοπροσωπική και διαπροσωπική ευφυΐα, που αφορά ικανότητες που συνεπάγεται η υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη. (Goleman, 1995, Gardner, 1990. Sternberg & Wagner, 1986, Μπαντή, 2010) και ότι ακόμα οι ελλείψεις συναισθηματικές ικανότητες στο παιδί είναι πιθανό να το οδηγήσουν σε δυσάρεστες καταστάσεις, όπως συναισθηματικές διαταραχές (κατάθλιψη, επιθετικότητα), κακή επικοινωνία με τους γονείς, τους εκπαιδευτικούς και τους φίλους. (Πλωμαρίτου, 2004, όπου αναφ. Μανουσάκη, 2018) ενώ αντίθετα η εξάσκηση των συναισθηματικών ικανοτήτων είναι δυνατόν να επιφέρει μεγαλύτερη σχολική επιτυχία και μείωση της επιθετικότητας και της βίας, καθώς βελτιώνονται η ικανότητα επίλυσης προβλημάτων και συγκρούσεων, οι κοινωνικές σχέσεις, η επικοινωνία και η συμπεριφορά, με τη συνειδητοποίηση των συναισθημάτων και την αποφυγή των διενέξεων (Πλωμαρίτου, 2004 όπου αναφ. Μανουσάκη, 2018)

4<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα

Πώς αξιολόγησαν οι γονείς την αποτελεσματικότητα του εκπαιδευτικού υλικού, όσον αφορά σε γνωστικά και σε τεχνολογικά κριτήρια ;

Το τρίτο ερευνητικό ερώτημα αφορά την καθολική αξιολόγηση του εκπαιδευτικού υλικού. Μέσα από τις απαντήσεις των επιμορφούμενων γονέων διαφαίνεται ότι στη πλειοψηφία τους οι απαντήσεις ήταν πολύ θετικές και ότι το πρόγραμμα σχεδιάστηκε και εφαρμόστηκε με επιτυχία τόσο όσο αφορά τα γνωστικά κριτήρια σχεδιασμού του όσο και τα τεχνολογικά,. Έτσι το Ε.Υ. επιτυγχάνει σε πολύ μεγάλο βαθμό τους στόχους και τους σκοπούς δημιουργίας του, άποψη που συμφωνεί με αποτελέσματα των ερευνών των Schaller et al.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

(2002, όπ.αναφ. στο Ραλλιάς, & Αναστασιάδης,2015), Καβακλή & Μπακογιάννη (2002, όπ.αναφ. στο Ραλλιάς, & Αναστασιάδης,2015, Μανούσου (2009, όπ.αναφ. στο Ραλλιάς, & Αναστασιάδης,2015), ), Ζόμπολας & Μανούσου (2011, όπ.αναφ. στο Ραλλιάς, & Αναστασιάδης,2015)οι οποίες συνδέουν το εκπαιδευτικό περιεχόμενο με την μάθηση.

Έτσι λοιπόν, μέσα από τις απαντήσεις των επιμορφούμενων διαφαίνεται ότι οι επιμορφούμενοι γονείς ήρθαν με επιτυχία σε επαφή με ένα εξ αποστάσεως επιμορφωτικό πρόγραμμα, και μέσα από το εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό υλικό, το οποίο βασίστηκε στις προαναφερθείσες αρχές για τον σχεδιασμό εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού υλικού, επιμορφώθηκαν με εναλλακτικούς τρόπους συναισθηματικής διαπαιδαγώγησης. Καταφέρουν να δημιουργήσουν ισχυρούς δεσμούς με τα παιδιά τους και να τα «προικίσουν» με τη γνώση όλων των συναισθημάτων, για να μπορούν να χτίζουν στενούς δεσμούς μέσα στην οικογένεια, να λαμβάνουν την αγάπη και την υποστήριξη που χρειάζονται και να έχουν υγιείς κοινωνικές σχέσεις.

### **5.10 Περιορισμοί έρευνας**

Στους περιορισμούς της έρευνας θα μπορούσαμε να εντάξουμε τον μικρό αριθμό των συμμετεχόντων. Ο μικρός αριθμός συμμετεχόντων έχει ως συνέπεια το σύνολο των αποτελεσμάτων της έρευνάς μας, να έχει περισσότερο χαρακτήρα ενδείξεων παρά γενικεύσεων. Ακόμα υπήρχε ένα ποσοστό των επιμορφούμενων γονέων που ενώ ξεκίνησαν την επιμόρφωση, είτε δεν την ολοκλήρωσαν, είτε δεν απάντησαν στο τελικό ερωτηματολόγιο (missing).

### **5.11 Προτάσεις για μελλοντική έρευνα**

Καταλήγοντας από τα αποτελέσματα, αλλά και από την απόκριση των γονέων κατά τη διάρκεια της επιμόρφωσης, προκύπτει ότι οι επιμορφούμενοι είχαν θετική απόκριση στην εξ αποστάσεως επιμόρφωση, συμμετείχαν ενεργά, ολοκλήρωσαν το Ε.Υ., δείχνοντας έντονο ενδιαφέρον. Η επιτυχής διενέργεια της εν λόγω εξ αποστάσεως επιμόρφωσης, μας προδιαθέτει θετικά για το ενδεχόμενο μελλοντικής διενέργειας εξ αποστάσεως επιμορφώσεων σε γονείς αλλά και γενικότερα σε κάθε ενδιαφερόμενο για ποικίλα θέματα επιστημονικού ενδιαφέροντος.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Ακόμα θα είχε μεγαλύτερο επιστημονικό ενδιαφέρον να σχεδιαστούν περαιτέρω έρευνες γύρω από την συναισθηματική νοημοσύνη, ως αναγκαία δεξιότητα, για την συναισθηματική αγωγή των παιδιών. Συγκεκριμένα θα μπορούσε να γίνει μία εκ νέου έρευνα για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα και σε μεγαλύτερο αριθμό γονέων, με διαφορετικές ηλικίες, εθνικότητες και διαφορετικά κοινωνικοοικονομικά επίπεδα

Με βάση τα παραπάνω ευρήματα της παρούσας έρευνας διατυπώνονται οι ακόλουθες προτάσεις:

Να υλοποιηθούν σχολές γονέων και προγράμματα συμβουλευτικής οικογένειας με στόχο να αναγνωρίσουν οι γονείς τη σπουδαιότητα τη χρήσης της συναισθηματικής διαπαιδαγώγησης για την ολόπλευρη ανάπτυξη των παιδιών τους και την οικοδόμηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων.

Να οργανωθούν από την Πολιτεία ή τον εκάστοτε Δήμο, ημερίδες /συνέδρια τόσο για την ενημέρωση των γονέων σε θέματα συναισθηματικής αγωγής όσο και για την προοπτική βελτίωσης της αυτεπίγνωσης, της ικανότητας διαχείρισης των συναισθημάτων και άλλων πρακτικών που προάγουν την έκφραση των συναισθημάτων και την ενσυναίσθηση μέσα στην οικογένεια.

Πέραν όμως από το οικογενειακό περιβάλλον και σε ακαδημαϊκό περιβάλλον θα ήταν καλό να αναπτυχθούν εκπαιδευτικά προγράμματα για μαθητές όλων των βαθμίδων και σε όλα τα στάδια της εκπαίδευσης που να προάγουν αρετές και δεξιότητες αποδοχής και κατανόησης των συναισθημάτων, ακρόασης με κατανόηση και ενσυναίσθηση. Έτσι οι μαθητές θα μάθουν να ακούνε τους άλλους, να τους καταλαβαίνουν, να αποδέχονται τα συναισθήματα τους, να μπαίνουν στην θέση των άλλων, ώστε να αναπτυχθούν συναισθηματικά και κοινωνικά για ολόκληρη την πορεία της ζωής τους.

Αλλά και οι εκπαιδευτικοί γνωρίζοντας τη σημασία της συναισθηματικής νοημοσύνης οφείλουν να συμπεριλάβουν στόχους για την ανάπτυξη της. Χρειάζεται να αποκτήσουν και οι ίδιοι νέες δεξιότητες, γνώσεις και τεχνικές προς αυτή την κατεύθυνση. Να παρακολουθήσουν επιμορφώσεις, έτσι ώστε να είναι σε θέση να χρησιμοποιούν στην τάξη αποτελεσματικά εκπαιδευτικά προγράμματα συναισθηματικής αγωγής για να προσφέρουν τη δυνατότητα ουσιαστικής βοήθειας υγιών συναισθηματικών ατόμων ευτυχισμένων και επιτυχημένων στη διάρκεια της ζωής τους.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

Τέλος το ίδιο το άτομο, πρέπει να κατανοήσει ότι έχει την προσωπική του ευθύνη για την προαγωγή της συναισθηματικής του νοημοσύνης και να της δώσει την ανάλογη σημαντική σημασία που της επιβάλλεται. Να κάνει τη δική του προσπάθεια, προσωπικής βελτίωσης και ανέλιξης, είτε διαβάζοντας βιβλία και άρθρα, είτε παρακολουθώντας ομιλίες και συνέδρια είτε παίρνοντας μέρος σε προγράμματα συμβουλευτικής, οφείλει ο καθένας να διαβεί το δικό του «μονοπάτι» αναγνώρισης, ακρόασης, επίγνωσης και κατανόησης των συναισθημάτων ώστε εν τέλει να καταφέρει να «Συν αισθανθεί»....



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

## Βιβλιογραφία

Αγραφιώτη, Μ., Γεωργιάδου, Ρ., Κακούτη, Ε., Λαγουμιτζής, Μ. Μπουγιούκου, Χ. (2009). Μάθηση με το Νου και την Καρδιά. Οι εμπειρίες μας από Πρόγραμμα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Ανάπτυξης με τα παιδιά. Αθήνα: Γρηγόρη

Αναστασιάδης, Π. , Σπαντιδάκης Γ. & Χατζηδάκη, Α. (2014) Ελληνόγλωσση εκπαίδευση και ηλεκτρονική μάθηση στη διασπορά. Σχεδιασμός και ανάπτυξη ενός Διαδικτυακού Μαθησιακού Περιβάλλοντος. Ρέθυμνο: Πανεπιστήμιο Κρήτης, Ε.ΔΙΑ.Μ.ΜΕ. Διαθέσιμο στο: [http://www.ediamme.edc.uoc.gr/ellinoglossi/images/ebooks/meletes\\_epistimoniko\\_yliko/Ellinoglossi\\_Ekpaideysi\\_Sxediasmos/Ellinoglossi\\_Ekpaideysi\\_BTomos.pdf](http://www.ediamme.edc.uoc.gr/ellinoglossi/images/ebooks/meletes_epistimoniko_yliko/Ellinoglossi_Ekpaideysi_Sxediasmos/Ellinoglossi_Ekpaideysi_BTomos.pdf)

Αναστασιάδης, Π. (2008). Ζητήματα παιδαγωγικού σχεδιασμού για τη Διδακτική Αξιοποίηση της Διαδραστικής Τηλεδιάσκεψης σε Περιβάλλον Μικτής-Πολυμορφικής Μάθησης. Στο Π. Αναστασιάδης (Επιμ.). Η Τηλεδιάσκεψη στην υπηρεσία της Δια Βίου Μάθησης και της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (σελ. 17-91). Αθήνα: Gutenberg.

Αναστασιάδης, Π. (2016). Η έρευνα για την ΕξΑΕ με τη χρήση των ΤΠΕ (e-learning) στο Ελληνικό Τυπικό Εκπαιδευτικό Σύστημα. Ανασκόπηση και προοπτικές για την Πρωτοβάθμια, Δευτεροβάθμια και Τριτοβάθμια Εκπαίδευση.. Ανοικτή Εκπαίδευση: το περιοδικό για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και την Εκπαιδευτική Τεχνολογία, 10 (1), 5-32.

Αναστασιάδης, Π., Κωτσίδης Κ. (2017). Παιδαγωγικός Σχεδιασμός και Υλοποίηση Εξ αποστάσεως προγράμματος επιμόρφωσης εκπαιδευτικών: Η Αξιοποίηση του web 2.0 στο Σύγχρονο Σχολείο» με έμφαση στη συνεργασία και την δημιουργικότητα. Στο: 9th International Conference in Open & Distance Learning Αθήνα Ελλάδα. <https://eproceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/openedu/article/view/1360/1224>

Ανδρέου, Ε., Γκουλέτσα, Μ., Μπανάκα, Μ. (2007). Συναισθηματική Νοημοσύνη ενδοπροσωπικός /εξωπροσωπικός έλεγχος και κοινωνικές αλληλεπιδράσεις μαθητών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης. Πρακτικά Συνεδρίου: Εκπαιδευτικός-Σχολείο- Οικογένεια. (922-928). Ανακτήθηκε στις 2 Απριλίου, 2018 από <http://conf2007.edu.uoi.gr/Praktika/922-1083.pdf>



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Βάμβουκας Μ., Εισαγωγή στην ψυχοπαιδαγωγική έρευνα και μεθοδολογία, Αθήνα: Γρηγόρης, 2000.

Βαρσαμίδου, Α.(2008). Η σημασία της Συναισθηματικής Νοημοσύνης στην ηγεσία της εκπαίδευσης. (Μεταπτυχιακή Εργασία) Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Ανακτήθηκε στις 8 Απριλίου, 2018 από <https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/12960/1/VarsamidouMsc2008.pdf>

Βεργίδης, Α. Λιοναράκης, Α. Λυκουργιώτης, Β. Μακράκης, & Χ. Ματραλής, Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Θεσμοί και λειτουργίες (Τόμος Α., σσ. 47-55). Πάτρα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο

Βοσνιάδου, Στ. (2007), Εισαγωγή στην Ψυχολογία, Τόμος Α', Αθήνα, Gutenberg

Γαλανάκη, Ε. (2003). Θέματα Αναπτυξιακής Ψυχολογίας. Γνωστική – κοινωνική – συναισθηματική ανάπτυξη. Αθήνα: Ατραπός.

Γιαγλή, Σ., Γιαγλής, Γ., & Κουτσούμπα, Μ. (2010). Αυτονομία στη Μάθηση στο Πλαίσιο της Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης. Στο: Open Education ? The Journal for Open and Distance Education and Educational Technology.(Vol.6, σελ.92-105. Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <http://journal.openet.gr/index.php/openjournal/issue/view/13/showToc> (9-11-2011).

Γιαγλή, Σ., Γιαγλής, Γ., & Κουτσούμπα, Μ. (2016). Αυτονομία στη μάθηση στο πλαίσιο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Ανοικτή Εκπαίδευση: το περιοδικό για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και την Εκπαιδευτική Τεχνολογία, 6(1,2), 92-105.

Γιαννακίδου, Σ. (2014). Ανάπτυξη και αξιολόγηση πλατφόρμας ηλεκτρονικής μάθησης για την ενίσχυση κοινωνικών και προσωπικών δεξιοτήτων (soft skills). (Διπλωματική Εργασία). Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Ανακτήθηκε στις 7 Απριλίου, 2018 από <https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/1658>

Γιαννακοπούλου, Α. (2016). «Συσχέτιση Συναισθηματικής Νοημοσύνης και Άγχους σε μαθητές Δημοτικού». Ανακτήθηκε στις 24 Μαρτίου, 2018 από <https://e proceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/edusc/article/viewFile/194/159>



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Γκάρνερ, Α. (2014). Η τέχνη της επικοινωνίας. Πώς να γίνετε περισσότερο αποτελεσματικοί σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο (10η έκδοση) (Μτφρ. Β. Λαμπάδη, επιστ. Επιμ.-πρόλογος: Δρ Γ. Σίμος). Αθήνα: Πατάκης.

Γκελαμέρης, Β.Δ. (2015). Πώς οι νέες Διαδικτυακές Τεχνολογίες διαμορφώνουν την Ανοικτή και εξ αποστάσεως Εκπαίδευση στο άμεσο μέλλον. Open Education - The Journal for Open and Distance Education and Educational Technology, Vol 11 (No1), 51-71.

Ανακτήθηκε

από

<http://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/openjournal/article/view/9820/9942>

Γκίκα, Μ. (2006). Προσωπική – Επαγγελματική Ανάπτυξη και Ικανοποίηση των Εκπαιδευτικών: Μελέτη περίπτωσης εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης Ν.Σμύρνης. Διερεύνηση των αναγκών επαγγελματικής ανάπτυξης και ικανοποίησης των εκπαιδευτικών Α/βάθμιας εκπαίδευσης. Διαθέσιμο στο <http://class.eap.gr> (Ανασύρθηκε:31/10/2010).

Γκιάσος, Ι., & Κουτσούμπα, Μ. (2005). Θεωρητικές Προσεγγίσεις στο Σχεδιασμό και την Ανάπτυξη Εκπαιδευτικού Υλικού στην ΑεξΑΕ. Στο Λιοναράκης, Α., (Επιμ.), Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Παιδαγωγικές και Τεχνολογικές Εφαρμογές, (σελ. 39-52). Πάτρα: ΕΑΠ.

Ζήση-Νάνου, (2009)Συναισθηματική Νοημοσύνη και εκπαιδευτική ηγεσία. Διπλωματική Εργασία

Ηλιάδου, Χ., & Αναστασιάδης, Π. (2006). Επικοινωνία Καθηγητή ? Συμβούλου και Φοιτητών της Σπουδές από Απόσταση: Απόψεις Φοιτητών στο Πλαίσιο της Θ.Ε.ΕΚΠ65 του Ε.Α.Π. Στο: Open Education ? The Journal for Open and Distance Education and Educational Technology.(Vol. 6, σελ. 29-45). Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <http://journal.openet.gr/index.php/openjournal/issue/view/13/showToc> (9-11-2011).

Θωμάδης, Π. (2017). Η Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση ως Μέθοδος Επιμόρφωσης Δασκάλων: Στάσεις και απόψεις. Στο Κ. Παπανικολάου, Α. Γόγουλου, Δ. Ζυμπίδης, Α. Λαδιάς, Ι. Τζωρτζάκης, Θ. Μπράτιτσης & Χ. Παναγιωτακόπουλος (Επιμ.), 5ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο. «Ένταξη και Χρήση των ΤΠΕ στην Εκπαιδευτική Διαδικασία», 21-23 Απριλίου 2017 (σσ.369-380).



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Ίσαρη Φ. & Πουρκός, Μ. (2015). Ποιοτική Μεθοδολογία Έρευνας Εφαρμογές στην Ψυχολογία και στην Εκπαίδευση. Αθήνα: Κάλλιπος. Ανακτήθηκε στις 24 Δεκεμβρίου, 2017 από: [https://repository.kallipos.gr/bitstream/11419/5826/4/15327\\_Isari-KOY.pdf](https://repository.kallipos.gr/bitstream/11419/5826/4/15327_Isari-KOY.pdf)

Κακαβούλης, Κ. Α. (1997). Συναισθηματική ανάπτυξη και αγωγή. Αθήνα:Κακαβούλης.

Κόκκος, Α. (1998). Αρχές Μάθησης Ενηλίκων. Στο: Ανοικτή εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Σχέσεις διδασκόντων-διδασκομένων. Τόμος Β(σ.σ. 19-51). Πάτρα:ΕΑΠ

Κόκκος, Α. & Λιοναράκης, Α. (1998), Ανοικτή και Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση Τόμος Β. Σχέσεις διδασκόντων - διδασκομένων, Πάτρα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.

Κόκκος, Α. (2001). 'Ο Ρόλος του διδάσκοντος στην Εκπαίδευση από Απόσταση. Η περίπτωση του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου', στο: Λιοναράκης, Α. (Επιμ.). 1ο Πανελλήνιο Συνέδριο για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση -Πάτρα, 25-27 Μαΐου 2001. Πρακτικά εισηγήσεων, τ. Α'. Πάτρα, εκδόσεις Ε.Α.Π., σελ.19-31

Κόκκος, Α. (2005) Σχέσεις Ανάμεσα στη Δια Βίου Μάθηση, την εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και την Εκπαίδευση Ενηλίκων Στο: Α. Lionarakis (Ed), Πρακτικά Εισηγήσεων ? 3rd International Conference on Open and Distance Learning. (Vol. A, σελ. 368-379). Αθήνα: ΠΡΟΠΟΜΠΙΟΣ.

Κόκκος, Α. (2005). Εκπαίδευση ενηλίκων : Ανιχνεύοντας το πεδίο. Αθήνα:Μεταίχιμο.

Κοντάκος, Α. & Γκόβαρης, Χ. (2006). Εκπαίδευση Ενηλίκων. 1. Εκπαίδευση ή παιδαγωγική ενηλίκων στην Ευρώπη και στην Ελλάδα;. ΙΔΕΚΕ. Ανακτήθηκε από: <http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/777>

Κουγιουμτζάκης,Ι. (1997), Η Αναπτυξιακή Ψυχολογία: Παρελθόν, Παρόν και Μέλλον (Επιμ. Ι. Κουγιουμτζάκης), Ηράκλειο, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης.

Κρασανάκης, Γ. (1987). *Ψυχολογία του παιδιού. Βασικές έννοιες –Θέματα γνωστικής αναπτύξεως του βρέφους, του νηπίου, του παιδιού και του εφήβου.* Αθήνα.

Λιοναράκης, Α., & Λυκουργιώτης, Α. (1998). Ανοικτή και Παραδοσιακή Εκπαίδευση. Στο Βεργίδης, Δ., Λιοναράκης, Α., Λυκουργιώτης, Α., Μακράκης, Β., Ματραλής, Χ. (Επιμ.), Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Θεσμοί και λειτουργίες, (Τομ. Α' σελ. 19-35). Πάτρα: ΕΑΠ.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Λιοναράκης, Α. (2001). Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση. Προβληματισμοί για μια Ποιοτικότερη Προσέγγιση Σχεδιασμού Διδακτικού Υλικού. Στο Γιαννοπούλου, Μ., (Επιμ.), Απόψεις και Προβληματισμοί για την Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση, (σελ. 33-52). Αθήνα: ΠΡΟΠΟΜΠΟΣ.

Λιοναράκης, Α. (2001). «Για ποια εξ αποστάσεως εκπαίδευση μιλάμε;». 1ο Πανελλήνιο Συνέδριο εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης. Πάτρα Μουζάκης, Χ. (2009). Εξ Αποστάσεως Επιμόρφωση Εκπαιδευτικών της Ανατολικής ΜακεδονίαςΘράκης και Ηπείρου. Στο Α. Λιοναράκης (Επιμ.), 5th International Conference in Open & Distance Learning. Open & Distance Learning for Global Collaboration and Educational Development. 27-29 Νοεμβρίου 2009. 5 (1Α) (σσ. 195-209 ). Ανακτήθηκε από <https://eproceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/openedu/article/view/493/472>

Λιοναράκης, Α. (2005). Ανοικτά Πανεπιστήμια και εξ Αποστάσεως Πανεπιστήμια στην Ευρώπη. Δύο διαφορετικές εκπαιδευτικές θεωρήσεις σε αναζήτηση ταυτότητας. *Συγκριτική και Διεθνής Εκπαιδευτική Επιθεώρηση της Ελληνικής Εταιρείας Συγκριτικής Εκπαίδευσης*, Τεύχος 5ο, 91 – 115. Αθήνα ISSN 1109- 8678.

Λιοναράκης, Α. (2006). Η Θεωρία της εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης και η Πολυπλοκότητα της Πολυμορφικής της Διάστασης. Στο Λιοναράκης, Α., (Επιμ.), Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Στοιχεία Θεωρίας και Πράξης, (σελ. 11-41). Αθήνα: ΠΡΟΠΟΜΠΟΣ.

Λιοναράκης, Α. & Σπανακά Α. Κ. (2017). Οι Επτά Αρχές Δημιουργίας Εκπαιδευτικού Υλικού. Στο Α. Λιοναράκης, Σ. Ιωακειμίδου, Γ. Μανούσου, Μ. Νιάρη, Τ. Χαρτοφύλακα & Σ. Παπαδημητρίου, Αποστολίδου, Α. (Επιμ.), 9ο Διεθνές Συνέδριο για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση. Ο Σχεδιασμός της Μάθησης. 23-26 Νοεμβρίου 2017. 9(6B) (σελ. 121-123). Ανακτήθηκε από: <https://eproceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/openedu/article/view/1363/1260>

Μακράκης, Β. (2000). Υπερμέσα στην Εκπαίδευση: Μια κοινωνικό-εποικοδομιστική προσέγγιση. Εκδ.Μεταίχμιο, Αθήνα

Μαλικιώση-Λοΐζου, Μ. (2003). Μια κριτική ματιά στην ενσυναίσθηση. *Ψυχολογία*, 10, 295-309.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Μανουσάκη, Χ. (2018) Σχολική Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση: Σχεδιασμός και ανάπτυξη πολυμορφικού εκπαιδευτικού υλικού με τη μέθοδο της ΕξΑΕ για την ανάπτυξη συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων της Συναισθηματικής Νοημοσύνης σε μαθητές του δημοτικού: εστίαση στην ενσυναίσθηση. Διπλωματική Εργασία. Πανεπιστήμιο Κρήτης

Μανούσου, Ε. (2008). Προδιαγραφές παιδαγωγικού πλαισίου για την εφαρμογή πολυμορφικής, συμπληρωματικής εξ αποστάσεως περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, σε μαθητές πρωτοβάθμιας, ολιγοθέσιων και απομακρυσμένων σχολείων της Ελλάδας. (Διδακτορική Διατριβή). Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο. Πάτρα. <http://hdl.handle.net/10442/hedi/15961>

Ματραλής, Χ. (1998). Εκπαίδευση από Απόσταση. Στο Βεργίδης, Δ., Λιοναράκης, Α., Λυκουργιώτης, Α., Μακράκης, Β., Ματραλής, Χ. (Επιμ.), Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Θεσμοί και λειτουργίες, (Τομ. Α' σελ. 41-46). Πάτρα: ΕΑΠ.

Μαυροειδής, Η., Γκιόσος, Ι., & Κουτσούμπα, Μ. (2014). Επισκόπηση θεωρητικών εννοιών στην εκπαίδευση από απόσταση. Ανοικτή Εκπαίδευση: το περιοδικό για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και την Εκπαιδευτική Τεχνολογία, 10(1), 88-100. doi:<http://dx.doi.org/10.12681/jode.9814>

Μίχη, Φ., Νικολάου, Ε., Φιλιππουπολίτου, Ε., Φραγκάκη, Μ. (2017). Πώς θεωρητικές έννοιες της εξΑΕ πραγματώνονται σε δράσεις μέσα από την ίδια τη διδασκαλία τους: Μεθοδολογικοί Σχεδιασμοί. 9 th International Conference in Open & Distance Learning. 9 (2A) <https://eproceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/openedu/article/view/1070/1291>

Μουζάκης Χ. (2006). Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση στην εκπαίδευση ενηλίκων. Παραδείγματα και περιπτώσεις εφαρμογής. Αθήνα: Ινστιτούτο Διαρκούς Εκπαίδευσης Ενηλίκων (ΙΔΕΚΕ).

Μουζάκης, Χ. (2011). Εκπαίδευση Ενηλίκων. 8. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση στην εκπαίδευση ενηλίκων-Παραδείγματα και περιπτώσεις εφαρμογής. Εθνικό Κέντρο Τεκμηρίωσης. Ανακτήθηκε στις 27 Απριλίου, 2018 από [http://reader.ekt.gr/bookReader/show/index.php?lib=EDULLL&item=790&bitstream=790\\_01#page/1/mode/2up](http://reader.ekt.gr/bookReader/show/index.php?lib=EDULLL&item=790&bitstream=790_01#page/1/mode/2up)



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Μπαμπινιώτης, Γ. (2004). Λεξικό για το Σχολείο και το Γραφείο με Εύχρηστη Γραμματική με Γλωσσικά Σχόλια. Αθήνα: ΚΕΝΤΡΟ ΛΕΞΙΚΟΛΟΓΙΑΣ Ε.Π.Ε.

Μπαμπλέκου, Ζ. (2001). Εισαγωγή. Στο Μ. Cole & S. R. Cole (2001). *Η ανάπτυξη των παιδιών. Γνωστική και Ψυχοκοινωνική ανάπτυξη κατά τη νηπιακή και μέση παιδική ηλικία* (τ. Β'). Αθήνα: Τυπωθήτω – Γ. Δάρδανος

Μπαντή, Α. (2010). “Πρόγραμμα συναισθηματικής ανάπτυξης στη Δευτεροβάθμια εκπαίδευση-Παραδείγματα από τη διεθνή και ελληνική πραγματικότητα”. (Διπλωματική Εργασία). Ανακτήθηκε στις 28 Φεβρουαρίου, 2018 από <https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/14352>

Νικολάκη, Ε. & Κουτσούμπα, Μ. (2013). Η αυτο-ρυθμιζόμενη μάθηση στην εξΑΕ. *Open Education-The Journal for Open and Distance Education and Educational Technology* 9 (1), 19-31. Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <http://journal.openet.gr/index.php/openjournal/article/view/174> (14-7-2013)

Οικονόμου, Χ. (2017). Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση στο πλαίσιο της μη τυπικής εκπαίδευσης και μάθησης: Διερεύνηση των απόψεων και στάσεων εκπαιδευομένων που συμμετείχαν σε προγράμματα επιμόρφωσης/κατάρτισης εξ αποστάσεως/μικτής εκπαίδευσης του Ινστιτούτου Εργασίας της ΓΣΕΕ. *Ανοικτή Εκπαίδευση: το περιοδικό για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και την Εκπαιδευτική Τεχνολογία*. 13(2),(σφ. 17-34). doi:<http://dx.doi.org/10.12681/jode.11504>

Ουάντσγουερθ, Μ. Γ. (2001). *Η θεωρία του Ζαν Πιαζέ για τη Γνωστική και τη Συναισθηματική Ανάπτυξη. Τα θεμέλια του κονστρουκτιβισμού*. Αθήνα: Καστανιώτης.

Παπαδάκη-Μιχαηλίδου, Ε. (2006). Ο δεσμός της αγάπης. Στοιχεία νεοψυχαναλυτική σκέψη. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα ψυχοσυναισθηματικής και κοινωνικής ανάπτυξης του παιδιού μέσα από τη

Παππά, Β. (2006). *Επάγγελμα Γονέας. Ψυχολογικοί Τύποι Γονέων και Συμπεριφορά Παιδιών και Εφήβων*. Αθήνα: Καστανιώτης

Παππά, Β. (2013). *Η λογική των συναισθημάτων. Συναισθηματική ανάπτυξη και συναισθηματική νοημοσύνη*. Αθήνα: Οκτώ.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Παππά, Β. (2016). Ενσυναίσθηση και Συναισθηματική Μόλυνση. Ανακτήθηκε στις 29 Απριλίου, 2018 από <https://www.psychologynow.gr/psychology-in-ourlife/personality/1963-ensynaisthisi-kai-synaisthimatiki-molynsi-tis-vasilikis-pappa.html>

Παππά, Β. (2016). Η ενσυναίσθηση (empathy) αποτελεί σημαντική παράμετρο της συναισθηματικής νοημοσύνης. Ανακτήθηκε στις 1 Μαΐου, 2018 από <https://www.psychologynow.gr/psychology-in-our-life/personality/1963-ensynaisthisi-kaisynaisthimatiki-molynsi-tis-vasilikis-pappa.html> Π

Πετροπούλου, Ο.(2011) Αξιοποίηση δεικτών ανάλυσης διαδραστικότητας σε περιβάλλοντα ηλεκτρονικής μάθησης για την αξιολογήση της επίδοσης των εκπαιδευομένων. Διπλωματική Εργασία, Πανεπιστήμιο Πειραιά

Πιερρακέας, Χ., Ξένος, Μ., & Πιντέλας, Π. (2001). Εκτίμηση-Αξιολόγηση του Εκπαιδευτικού Υλικού-Συμβούλου Καθηγητή. Αντιλήψεις των Φοιτητών-Σημεία Βελτίωσης. Πρακτικά 1ου Πανελληνίου Συνεδρίου για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση. (σελ. 459-478). Πάτρα: ΕΑΠ

Πιντέρης Γ.: Μα γιατί νιώθω έτσι; , Θυμάρι, 2012

Πλατσίδου, Μ. (2004). Συναισθηματική νοημοσύνη: Σύγχρονες προσεγγίσεις μιας παλιάς έννοιας. Επιστήμες της Αγωγής, 1, 27-39.

Πλωμαρίτου, Β., (2004). Πρόγραμμα Ανάπτυξης Συναισθηματικής Νοημοσύνης, Αθήνα, Γρηγόρης

Ραλλιάς & Αναστασιάδης, (2015). Δημιουργία διαδραστικού εκπαιδευτικού υλικού με την μέθοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Στο 8ο Διεθνές Συνέδριο στην Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση. Αθήνα. Τόμος: 8 (3Α), doi: <http://dx.doi.org/10.12681/icodl.48>

Σαββάκη, Α. (2017).Σχεδιασμός και υλοποίηση διαδικτυακού περιβάλλοντος επιμόρφωσης με θέμα: Η χρήση της επαυξημένης πραγματικότητας στην εκπαίδευση (Μεταπτυχιακή Εργασία). Πανεπιστήμιο Ρεθύμνου

Σιδηρόπουλος, Δ. (2018). Εκπαίδευση ενηλίκων και εκπαίδευση από απόσταση: Νέες προκλήσεις για το Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας. Ανακτήθηκε , από: <http://auth.academia.edu/DimitrisSidiropoulos>



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Σκεβά, Α. & Σαλμόντ, Ε. (2015). Επιδιώκοντας την ενσωμάτωση της κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής στις σημερινές σχολικές κοινότητες. Στάσεις και τάσεις που προκύπτουν από την τρέχουσα ελληνική και διεθνή εμπειρία. Στο Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης. (2), DOI: <http://dx.doi.org/10.12681/edusc.373>

Σολωμονίδου, Χ. (2006). Νέες Τάσεις στην Εκπαιδευτική Τεχνολογία, Αθήνα: Μεταίχμιο.

Σοφός, Α., Κώστας, Α. & Παράσχου, Β. (2015). Online Εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση Από τη Θεωρία στην Πράξη. [http://creativity.a2hosted.com/masters/app/upload/users/3/3/my\\_files/2%CE%B7/2.1.3%CE%99%CE%99%CE%99.pdf](http://creativity.a2hosted.com/masters/app/upload/users/3/3/my_files/2%CE%B7/2.1.3%CE%99%CE%99%CE%99.pdf)

Σράουφ, Α. (2008). *Συναισθηματική Ανάπτυξη. Η Οργάνωση της Συναισθηματικής Ζωής στα Πρώιμα Χρόνια* (Μετάφρ.-Επιμ.: Α. Βουλτσίδου). Αθήνα: Καστανιώτης.

Στάινερ, Κ. (2006). *Συναισθηματική νοημοσύνη με καρδιά* (Μτφρ.: Β. Παππά). Αθήνα: Καστανιώτης.

Τζάνη, Μ. & Κεχαγιάς, Χ. (2005). Μεθοδολογία Έρευνας Κοινωνικών Επιστημών. Αθήνα: Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Τζήμα, Ο., (2017). Συναισθηματική νοημοσύνη & καλλιέργεια συναισθηματικής αγωγής. Πτυχιακή εργασία. Ιωάννινα: Τ.Ε.Ι. Ηπείρου. Σχολή Επαγγελματιών Υγείας & Πρόνοιας. Τμήμα Λογοθεραπείας. Ανακτήθηκε στις 24 Μαρτίου, 2018 από <http://apothetirio.teiep.gr/xmlui/handle/123456789/7613>

Τσέλεπου, Μ. (2012). Σχέση αντιλαμβανόμενης συναισθηματικής νοημοσύνης με την αυτοεκτίμηση-αυτοαντίληψη και τη σχολική επίδοση μαθητών Δημοτικού Σχολείου. (Μεταπτυχιακή Εργασία) Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων. Ανακτήθηκε στις 21 Μαρτίου, 2018 από <http://olympias.lib.uoi.gr/jspui/bitstream/123456789/5748/1/M.%20E.%20%CE%A4%CE%A3%CE%95%CE%9B%CE%95%CE%A0%CE%9F%CE%A5%20%CE%9C%CE%91%CE%A1%CE%99%CE%9F%CE%9D.pdf> Τα

Τσιρογιαννίδου, Ε. (2010). Η ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης των συμμετεχόντων στις Σχολές Γονέων.(Μεταπτυχιακή Εργασία). Ανακτήθηκε στις 7 Μαΐου, 2018 από <https://dspace.lib.uom.gr/handle/2159/14013>



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Τσιώλης, Γ. (2015). Ανάλυση ποιοτικών δεδομένων: διλήμματα, δυνατότητες, διαδικασίες. Στο Γ. Πυργιωτάκης & Χρ. Θεοφιλίδης (Επιμ.) Ερευνητική Μεθοδολογία στις Κοινωνικές Επιστήμες και στην Εκπαίδευση. Συμβολή στην επιστημολογική θεωρία και την ερευνητική πράξη. σσ. 473-498. Αθήνα: Πεδίο. Ανακτήθηκε στις 09/07/2018 από: <https://bit.ly/2NVMMCv>

Χατζηχρήστου, Χ., Δημητροπούλου, Π., Κατή, Α., Κωνσταντίνου, Ε., Λαμπροπούλου, Α., Λυκισάκου, Κ., & Μπακοπούλου, Α. (2004). Πρόγραμμα Προαγωγής της Ψυχικής Υγείας και της Μάθησης: Κοινωνική και Συναισθηματική Αγωγή στο σχολείο. Εκπαιδευτικό Υλικό για εκπαιδευτικούς και μαθητές πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης Θεματική ενότητα: Αναγνώριση, έκφραση και χειρισμός συναισθημάτων. Χ. Χατζηχρήστου (Επίμ.:). Αθήνα: Τυπωθήτω .

Χατζηχρήστου, Χ. (2008). Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης. Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο. Τετράδιο Δραστηριοτήτων για μαθητές προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας. Αθήνα: Τυπωθήτω

Χατζηχρήστου, Χ. (2011). Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή: Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης στη σχολική κοινότητα. Εκπαιδευτικό υλικό Ι, Πρωτοβάθμια εκπαίδευση, Νηπιαγωγείο, Α΄, Β΄ δημοτικού: Θεωρητικό πλαίσιο και δραστηριότητες.

Ψυχογιού, Α. (2007). Μελέτη, ανάλυση, σχεδίαση και υλοποίηση Πλατφόρμας εξ' αποστάσεως Εκπαίδευσης. (Διπλωματική Εργασία) Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο.

Ξενόγλωσση βιβλιογραφία

Arnall J. (2008): Πειθαρχία χωρίς τιμωρία, Gordon Hellas, 2014 (μεταφρ. από: Discipline without Distress)

Baron, R. A. (1992): Psychology, USA, Allyn and Bacon.

Beilin, H. (1997). Η διαρκής συμβολή του Piaget στην αναπτυξιακή ψυχολογία. Στο Γ. Κουγιουμουτζάκης (επιμ.), *Αναπτυξιακή Ψυχολογία. Παρελθόν, Παρόν και Μέλλον*. Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης.

Borke, H. (1975). Piaget's mountains revisited: Changes in the egocentric landscape. *Development Psychology*, 11, 240 – 243.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Cole, M., Cole, S. R. (1996) (3rd ed.), *The Development Of Children*, New York, Scientific American Books [Ελληνική Μετάφραση: *Η Ανάπτυξη των Παιδιών* (Μτφρ. Μ. Σόλμαν), Αθήνα, τυ'Πωθήτω -Γιώργος Δαρδανός].

Cole, M., Cole, S. R. (2001). *Η ανάπτυξη των παιδιών. Γνωστική και Ψυχοκοινωνική ανάπτυξη κατά τη νηπιακή και μέση παιδική ηλικία* (τ. Β' ). Αθήνα: Τυπωθήτω – Γ. Δάρδανος.

Cole, M., Cole, S. R. (2002). *Η ανάπτυξη των παιδιών. Η αρχή της ζωής: εγκυμοσύνη, τοκετός, βρεφική ηλικία* (τ. Α'). Αθήνα: Τυπωθήτω – Γ. Δάρδανος.

De Vries, R. (1969). Constancy of genetic identity in the years three to six. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 34 (Serial No. 127).

Flavell, J. H. (1990 June, 2). *Perspectives on perspective-taking*. Paper presented at the 20<sup>th</sup> Annual Symposium of the Jean Piaget Society, Philadelphia.

Friel J. C. & Friel L. D.(1999): Τα 7 λάθη που κάνουν οι γονείς, Εναλιος.

Gardner H., *Frames of mind*(2010), μεταφρ.: Η θεωρία των πολλαπλών τύπων Νοημοσύνης, Μαραθιά,

Goleman, D. (1997). *Η Συναισθηματική Νοημοσύνη. Γιατί το EQ είναι πιο σημαντικό από το IQ;* (Μεταφρ.: Α. Παπασταύρου, Επιμ.: Ι.

Goleman D.(2011): Η συναισθηματική νοημοσύνη στο χώρο της εργασίας (*Working with Emotional Intelligence.*) , Πεδίο ,

Goleman D.(2011) : Συναισθηματική Νοημοσύνη, Ελληνικά Γράμματα,

Gottman J.(2015): Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών, Πεδίο,

Graig, G. 1. & Baucum, D. (2008), *Η Ανάπτυξη του Ανθρώπου* [9η αμερικ. έκδοση (Επιστ. Επιμ. Π. Βορριά)], Αθήνα, Παπαζήσης. Τίτλος πρωτοτύπου: *Human Development* (2002), USA, Pearson Education, Inc.

Ginsburg, H. P. & Opper, S. (1988), *Piaget's Theory Of Intellectual Development*, New Jersey, Prentice Hall.

Goldhaber, D. (1986), *Lile-span Human Development*, San Diego, Harcourt Brace Jovanovich.



«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»

Gottman, J. & Silver, N. (2012). What makes love last? How to build trust and avoid betrayal. Secrets from the love lab. New York: Simon & Schuster.

Hayes, S. C. (1998). Building a useful relationship between "applied" and "basic" science in behavior therapy. *The Behavior Therapist*, 21, 109-112.

Holmberg, B. (2002). Εκπαίδευση εξ Αποστάσεως Θεωρία & Πράξη (2η έκδ.). Αθήνα:

Jarvis, P. (2004) “Συνεχιζόμενη εκπαίδευση και κατάρτιση: θεωρία και πράξη”, Αθήνα, Μεταίχμιο

Keegan, D. (2001). Οι Βασικές Αρχές της Ανοικτής και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης. Αθήνα: Μεταίχμιο

Miller, P. H. (2001), *Theories Of Developmental Psychology* (4th ed.),

Nelson, K. (1981). Social cognition in a script framework. In J. H. Flavell & L. Ross (Eds), *Social cognitive development*. Cambridge: Cambridge University Press.

Nelson, K. (1986). *Event knowledge: Structure and function in development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Plunkett, K. (1996), *Rethinking Innateness*, Cambridge, MA, Bradford Press.

Race, P. (1999). Το εγχειρίδιο της Ανοικτής Εκπαίδευσης. Αθήνα: ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.

Rogers, A. (1999). Η Εκπαίδευση Ενηλίκων (μτφ. Μ. Παπαδοπούλου & Μ. Τόμπρου). Αθήνα: Εκδ. Μεταίχμιο

Rudd, B. (2009). *Help your child develop emotional literacy. The parents guide to happy children*. New York: Continuum.



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **Παράρτημα Α: «Το εκπαιδευτικό υλικό»**

Το εκπαιδευτικό υλικό που δημιουργήθηκε στα πλαίσια της ΔΕ <http://chamilo.datacenter.uoc.gr/metchamilo/courses/PROGRAMMASYNAIS8HMATIKHSAGWGHSGIAGON/>



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*

## **Παράρτημα Β: ««Ερωτηματολόγια»**

Στη συνέχεια ακολουθούν τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν για το ερευνητικό κομμάτι της διπλωματικής εργασίας:

Αρχικό ερωτηματολόγιο:

<https://docs.google.com/forms/d/1fXZpVksCYtQClQQb-HY4AtL3RCZpZ7h-zMXtN9EpkOk/edit>

Τελικό ερωτηματολόγιο:

[https://docs.google.com/forms/d/1zm8wo0uajq1nn\\_lcjaK-AfW\\_ymnnskzcix7z4XXm3BQ/edit](https://docs.google.com/forms/d/1zm8wo0uajq1nn_lcjaK-AfW_ymnnskzcix7z4XXm3BQ/edit)



*«Στημαδωράκη Μαρία», «Σχεδιασμός, ανάπτυξη και αποτίμηση ολοκληρωμένου περιβάλλοντος εξ αποστάσεως επιμόρφωσης γονέων με θέμα: «Ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των παιδιών»*