

대니얼 골먼의 감성지능



7차시 유아교육의 발달심리학적 기초 2

CONTENTS



대니얼 골먼에 대한 이해



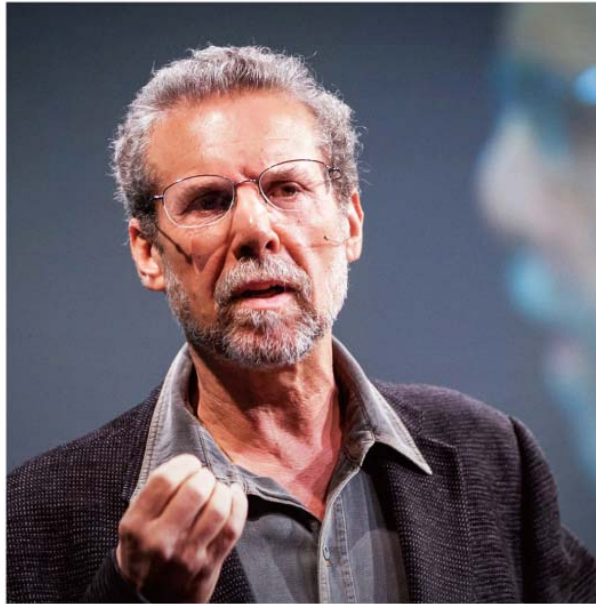
감성지능의 개념



감성지능의 중요성



감성지능 교육



- 세계적인 심리학자이자 가장 영향력 있는 경영사상가 중 한 사람

- 감성지능(EQ : Emotion Intelligent)이라는 개념을 만들어 “IQ보다 EQ가 중요하며, EQ는 학습을 통해 계발할 수 있다.” 라는 주장을 펼쳐 교육의 패러다임을 변화시킴

1. 정서인식 지금 이 사진 속의 주인공이 느끼고 있는 EBSHD
감정은 무엇일까요?

놀람

짜증

화

두려움



2. 정서지식 생일에 아이에게 일어난 일은?

EBS HD



1. 친구들의 괴롭힘



2. 친구 앞에서 들은 엄마의 잔소리



3. 친구들의 생일파티 불참



4. 하지 않은 일에 대한 아버지의 꾸지람

3. 정서활용 어떤 감정으로 이 문제를 해결하는 것이
가장 좋을까요?

EBSHD

화

슬픔

놀람

편안함



4. 정서조절

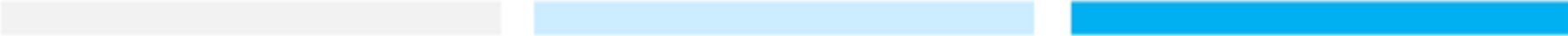
이 상황을 현명하게 해결하기 위한
바람직한 방법은 무엇일까요?

EBS HD



감성지능

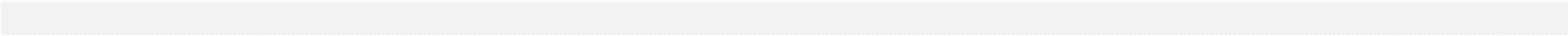
- 자신이나 타인의 감정을 인지하는 개인의 능력
- 자신과 타인의 감정을 잘 통제하고 여러 종류의 감정들을 잘 변별하여 이것을 토대로 자신의 사고와 행동을 방향 지을 근거를 도출해 내는 능력
- 감성지능은 피터 살라 보이 (Peter Salavoy)와 존 메이어 (John Mayer)가 만든 용어로 골먼이 1996년에 대중화 한 용어이다.
- 골먼은 EQ를 자기통제, 열정, 인내력, 그리고 자신에 대한 동기부여 등을 통칭하는 개념으로 사용한다.
- 정서지능, EQ, EI 라고도 불린다



감성지능 동영상



<https://youtu.be/zRL4fTIdIPM>

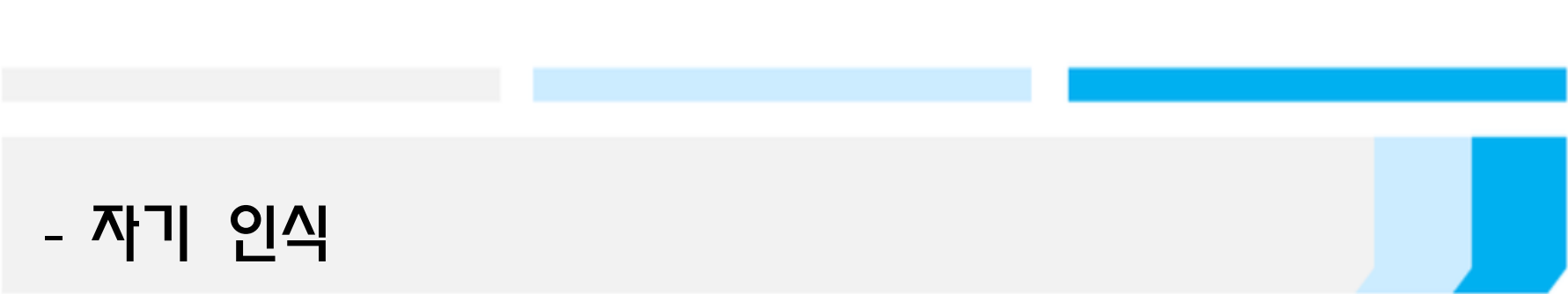




감성지능의 구성 요소 5가지



- 감성 지능은 자기 인식, 동기 부여, 공감, 사회 기술 및 자기 규제 총 다섯 가지 핵심 요소로 구성된다.
- 이러한 특성의 결합은 개인이 유대감을 형성하는 것과 관련하여 자신의 감정을 통제하는 데 도움이 된다.
- 공감과 사회적 기술은 사회적 역량이고 자기 인식, 자기 규제, 동기 부여는 개인 능력이다



- 자기 인식

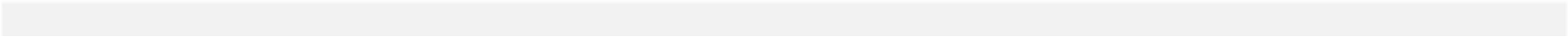
- 자기 규제

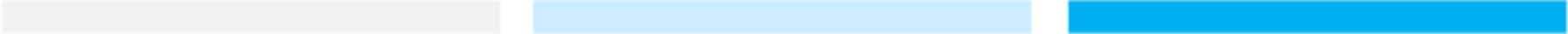
- 동기 부여

- 공감

- 사회적 기술

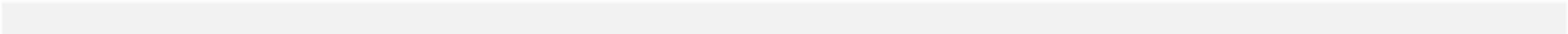
→ 이러한 5가지의 분야에서 사람들의 능력은 각기 다르다.





감성지능의 역할



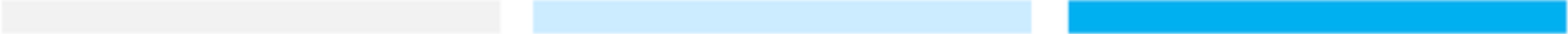
1. 신속한 반응을 가능케 한다.
 2. 결정을 내리도록 도와준다.
 3. 말 없이 의사소통을 하게 해준다.
- 

감성지능의 중요성

<https://www.youtube.com/watch?v=gqBIK9KAobM>

감성지능(EQ)

- 감정이입과 감성적 자기 통제의 능력 등은 유아기부터 형성된다
- EQ교육을 효과적으로 진행하기 위해서는 아이들의 발달 단계를 고려해야 하고, 연령에 따라 변화하는 그들의 이해력과 상황에 적절한 방법으로 실시하여야 한다

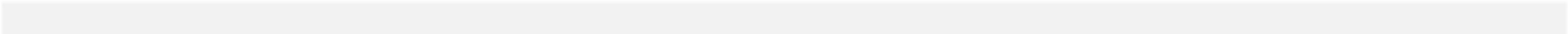


감성지능의 교육



1. 가정에서의 교육

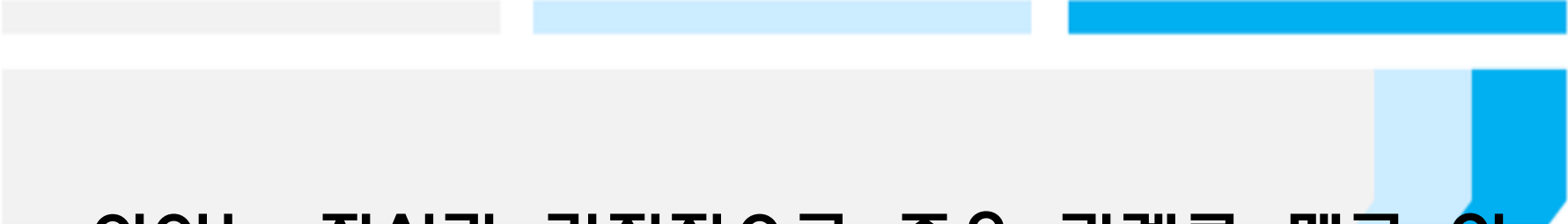
2. 학교에서의 교육





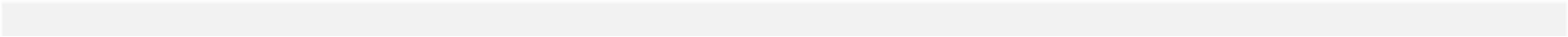
가정에서의 교육

- 부모의 역할이 가장 중요하다
- 자녀의 EQ에 미치는 부모의 영향력은 태어날 때부터 시작된다
- 가정은 EQ에 관한 한 최초이자 최고로 중요한 학습의 장이다



- 아이는 자신과 감정적으로 좋은 관계를 맺고 있는 사람을 특히 강하게 모방한다

→ 따라서 부모는 모범을 보이는 것이 중요하다.
부모는 자신의 고유한 감성적 행동양식을 통해 자녀에게 학습을 시킨다.



EQ가 높은 부모의 유형

- 자녀의 감정을 진지하게 받아들여서 혼란스럽게 하는 요인을 정확하게 이해한다
- 자녀가 자신의 감정을 진정시킬 수 있는 적극적인 방법을 찾을 수 있도록 도움을 제공한다
- 감정 이입을 잘하는 부모의 아이는 훌륭한 감정 이입 능력을 계발한다.

EQ가 낮은 부모의 유형

- 감정을 아예 무시한다
- 멋대로 내버려둔다
- 자녀가 느끼는 것에 대해 경멸하거나 아무런 존중을 보이지 않는다

아이의 감성지능을 높이는 방법

- 예술체험을 통해 EQ를 높일 수 있다.
- 아이와 많은 대화, 토론을 통해 높일 수 있다.
- 아이의 감정을 읽고 아이의 감정표현에 반응하는 것을 통해 높일 수 있다



학교에서의 교육

- EQ능력의 핵심 내용을 함께 가르칠 때 학교 교육은 광범위한 효과를 본다
 - 대다수의 아이들은 많은 적든 커다란 감성적, 사회적 결함을 가지고 학교에 온다.
- 그러므로 교사가 학생들의 각각의 감성을 참작하여 어떻게 그들을 가르치는지가 중요하다.

유아기에 감성교육이 이루어지지 않을 때 나타나는 문제점

1. 패배와 실망에 대처하지 못하며, 동시에 문제를 극복함으로써 자기능지를 강화시키지 못한다.
2. 유아기에 신뢰할 만한 관계를 체험하지 못한 사람들은 대부분 성인이 되어서도 안정된 관계를 구축하지 못한다.

감성지능의 교육방법

1.전인적 학습

- 아이들의 모든 종류의 능력, 즉 지적·창조적·감성적·사회적·행동적 능력의 계발을 하는 것이다.

2.자유수업

- 유아들이 자신들에게 제공되는 특별한 학습활동 중에서 의욕을 느끼는 것을 자유롭게 선택 할 수 있도록 해야한다.

ex) 책 읽기, 낱말 맞추기 등

감성지능교육 활동의 예

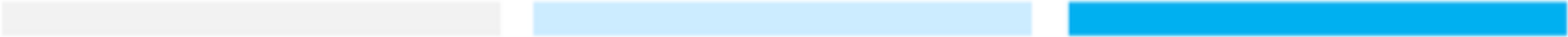
1. 아이와 함께 물감의 색깔을 보며 이야기를 나눠봅니다.
2. 아이가 느끼고 있는 감정과 비슷한 색깔을 아이가 선택해보도록 합니다.
3. 붓을 이용하여 아이가 선택한 색깔로 색칠을 해보거나 물감을 뿌려보도록 합니다.
4. 아이가 표현하는 감정에 대해 적절한 감정 표현 언어들을 들려줍니다.
5. 또 다른 색깔을 선택해보고 아이가 자유롭게 감정을 표현할 수 있도록 이야기해봅니다.



감성지능교육 활동의 예



1. 아이가 부정적인 감정이 든 것 같아 보일 때 아이의 감정을 읽어줍니다.
2. 아이 스스로 자신의 감정을 이해 할 수 있도록 감정표현을 이끌어냅니다.
-아이가 느끼고 있는 감정에 대해 감정표현 언어로 명명해주세요.
3. 아이에게 기분 주사위를 보여주고 감정해소를 할 수 있도록 이야기해봅니다.
4. 주사위를 던져 나온 미션들을 실천해봅니다.
5. 미션을 실천하고 난 후의 기분을 이야기해봅니다.
6. 비슷한 감정이 들 때마다 아이가 기분 주사위를 던지고 감정을 해소할 수 있도록 알려줍니다.



토의

유아에게 감성지능교육이 필요한 이유와 유아 교사가 유치원에서 유아의 감성지능을 높여줄 수 있는 방안은 무엇인지 토의해 봅시다.

