

Hemläxa

Årskurs: Gymnasiet

Ämne eller kurs: Psykologi 2b

Tema: Emotioner och deras påverkan på lärande

Ordkollen

Här listas fem ämnesord på läxans tema som är bra att känna till betydelsen av.

- **Emotioner:** Känslor som påverkar vår upplevelse och beteende.
- **Lärande:** Processen där individen skaffar sig kunskap eller färdigheter.
- **Emotionell intelligens:** Förmågan att identifiera, förstå och hantera sina egna och andras känslor.
- **Stress:** En känslomässig och fysiologisk reaktion på krav som upplevs som överväldigande.
- **Motivation:** Drivkraften bakom våra handlingar och beslut, ofta påverkad av känslor.

Instuderingsfrågor

- Vad är skillnaden mellan positiva och negativa emotioner?
- Hur påverkar emotioner vår inlärningsprocess?
- Ge exempel på en situation där du har upplevt stress i samband med lärande. Hur hanterade du det?
- Vad innebär emotionell intelligens och vilka dess fyra komponenter?
- Hur kan känslor påverka beslutsfattande vid studier?
- Vilka strategier kan användas för att hantera känslor som påverkar lärande negativt?
- Hur kan en ökad självmedvetenhet bidra till bättre lärande?
- Ge exempel på hur social medvetenhet kan påverka grupparbete.
- Vad har du lärt dig om hur känslor påverkar din prestation i skolan?
- Hur kan verktyg från emotionell intelligens tillämpas i framtida studier?

Skrivuppgift

Reflekterande uppsats

Eleverna ska skriva en reflekterande uppsats där de beskriver en stressig

eller känslomässig situation i samband med lärande (t.ex. provstress, motgång i skolan) och hur de hanterade känslorna. De ska analysera vad som gick bra och vad som kunde ha gjorts annorlunda, samt diskutera hur de kan använda verktyg från emotionell intelligens i liknande situationer i framtiden.

Svarslängd: ca. 500 ord (En sida)

Gruppdiskussion

Arbeta i grupper med att diskutera olika scenarier där känslor kan påverka lärandet. Identifiera och presentera strategier för hur ni kan hantera dessa känslor i studiemiljöer.

Svarslängd: En kort sammanfattning från varje grupp, ca. 200 ord (En halv sida)

Exit-ticket reflektion

Skriv en kort reflektion över vad du har lärt dig om känslors påverkan på lärande. Vilken aspekt tyckte du var mest intressant och hur kan det hjälpa dig i din inläring?

Svarslängd: ca. 150 ord (En halv sida)

Tags: [Läxa](#)