

Καταγραφή ασκήσεων και εφαρμογής του οδηγού του προγράμματος MENTALITY

1. Όνομα _____
2. Επώνυμο _____
3. Ημερομηνία γέννησης _____
4. Σε ποιο σχολείο διδάσκετε; _____
5. Σε ποια τάξη διδάσκετε;
6. Πόσο συχνά εφαρμόσατε στην τάξη σας θεματικές ασκήσεις του οδηγού τους τελευταίους 2 μήνες (Ιανουάριος – Φεβρουάριος 2024);

	Μία φορά τη μέρα	2 – 3 φορές την εβδομάδα	1 φορά την εβδομάδα	Λιγότερο από μία φορά την εβδομάδα	Ποτέ
--	---------------------	--------------------------------	------------------------	---	------

Γνωρίζω τα συναισθήματα

Κατανοώ τους άλλους

Ακούω τον εαυτό μου

Μπορώ να επιλύω συγκρούσεις

Μπορώ να αντιμετωπίσω την

αλλαγή

Είμαι ευγνώμων

7. Πόσο χρόνο σε μια διδακτική ώρα αφιερώνετε συνήθως για να κάνετε κάποια άσκηση

Μια ολόκληρη διδακτική ώρα

Μισή διδακτική ώρα

15 – 30 λεπτά

Δεν εφάρμοσα ασκήσεις του οδηγού

Λιγότερο από 15 λεπτά

8. Σχόλια και παρατηρήσεις