

Разработка методического семинара: «Эмоциональный интеллект в структуре профессиональной компетентности педагога»

Педагог-психолог МОБУ «ООШ №5»

г.Кудымкара Шадрина Т.И.

1. Организационно-мотивационный этап:

Мы с вами живем в современном мире, которым правит Internet, социальные сети. Мы пишем блоги, снимаем влоги, ведем электронные дневники, составляем мастер-классы, у кого-то есть свой канал с интересными роликами, а чаще всего мы просто это читаем, смотрим. Как мы комментируем то, что нас затронуло или обидело, понравилось или разочаровало? Кто-то напишет гневное послание, кто-то прокомментирует смайликом, кто-то решит оставить все как есть и пройдет мимо.

Нет ни одного человека, который бы не смотрел сериалы, фильмы или читал книги. Попробуйте вспомнить что чаще всего происходило в первые минуты фильма, после первой серии или главы? Мы выражали свои эмоции: гнев, отвращение, жалость, доброту, заботу, решали смотреть/читать дальше или забросить/переключиться на новый объект. А как часто в своей профессиональной деятельности мы показываем наши настоящие эмоции, не на показ, а чистые, от всего сердца? Как часто вам приходилось сдерживать свою улыбку или засмеяться громко, задорно? Вспомните!

В системе образования профессия педагога является преобразующей и управляющей. Поэтому в рамках личностно-ориентированного подхода к обучению и воспитанию особую актуальность приобретает вопрос об эмоциональной культуре педагога.

Предлагаемый семинар позволит повысить коммуникативную компетентность учителей, улучшить взаимодействие внутри коллектива, с учениками, родителями учащихся и администрацией школы, повысить удовлетворенность работой.

Цель: повышение психолого-педагогической грамотности педагогов.

Задачи:

1. сформировать представление педагогов о значимости развития эмоционального интеллекта у детей в процессе обучения;
2. освоить приемы развития эмоционального интеллекта у обучающихся;
3. научиться распознавать, осознавать свои/чужие эмоции, управлять собой, чувствами, состояниями, внутренним диалогом, проявлять эмпатию;
4. выделить собственные успешные стратегии самомотивации;
5. диагностировать и преодолевать конфликты, возникающие в работе с учениками, родителями учеников, коллегами, администрацией.

Эмоциональное развитие обучающихся – одно из важнейших направлений профессиональной деятельности педагога. Эмоции «являются центральным звеном» психической жизни человека, и прежде всего ребёнка [2]

Для того, чтобы воспитать ребенка полноценной, сильной личностью, не достаточно уделять внимание только его умственному развитию. Он может быть в сто раз умнее всех в классе и в пять раз умнее Эйнштейна, но, если в

плане контроля над своими эмоциями он не сможет получить достаточное развитие, его интеллект никогда не сможет работать в его пользу.

Что такое эмоциональный интеллект? Эмоциональный интеллект это, в первую очередь, умение осознавать свои эмоции. А также умение анализировать эмоции других людей и контролировать свои собственные.

Американский психолог Дэниел Гоулмен первым заявил о том, что эмоциональное развитие человека важнее его способностей к логическому анализу. Он же ввёл понятие – «эмоциональный интеллект».

Доктор Гоулман выделил два вида интеллекта:

- межличностный – способность понимать окружающих;
- внутриличностный – способность понимать свои чувства и определять свои сильные и слабые стороны.

Эмоциональный интеллект объединяет оба эти вида интеллекта. Поэтому важна роль педагога в овладении способностями эмоционального интеллекта учащихся, а именно:

- контроль своих чувства так, чтобы не «переливались за край»;
- сознательное влияние на свои эмоции;
- умение определять свои чувства и признавать их;
- способность использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;
- умение эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения;
- способность распознавать чувства других, представлять себя на месте другого человека, сочувствовать ему.

При этом сам педагог должен овладеть пятью главными составляющими эмоционального интеллекта, которые определяют, насколько мы умеем справляться с собой:

1. Самосознание – знание своих внутренних состояний, предпочтений, возможностей;
2. Саморегуляция – умение справляться со своими внутренними состояниями и побуждениями;
3. Мотивация – эмоциональные склонности, которые направляют или облегчают достижение целей;
4. Эмпатия – осознание чувств, потребностей и забот других людей;
5. Социальные навыки – искусство вызывать у других желательную для вас реакцию.

Работу над развитием эмоционального интеллекта у обучающихся необходимо проводить в тесном сотрудничестве с родителями. Учитель и родители должны «делать одно дело» - создавать для ребёнка благоприятную, эмоциональную атмосферу, считать его полноправным членом общества, уважать, прислушиваться к его мнению. Если этого нет в семье, то учителю/классному руководителю необходимо быть «ходячим университетом» и, конечно же, доброй и заботливой мамой. Помнить, что эмоциональное благополучие ребёнка – главное условие его физического и душевного здоровья.

В работе с родителями можно использовать папки – передвижки («Что делать, если...», «Эмоционально – речевое развитие», «Эмоциональный мир», информационные стенды («Памятка родителям от ребёнка, «Школа эмоций», консультации («Я – сам», «Агрессивность ребёнка»), беседы («Нестабильность эмоционального состояния»).

Можно провести родительские собрания («Развитие эмоционального интеллекта ребёнка в семье», «Как избавиться от гнева», открытые занятия.

Основная задача педагога на уроке в личностно-ориентированном обучении по В.В. Серикову – наполнить урочную деятельность каждого обучающегося интересными делами, проблемами, идеями, способствовать реализации их интересов и жизненной активности. Организуя деятельность обучающихся, постараться развивать у каждого ребёнка стремление к проявлению инициативы, к поиску разумного и достойного выхода из различных жизненных ситуаций.

Работу над развитием эмоционального интеллекта у обучающихся я считаю очень важной, особенно в наше время, когда людям так не хватает эмоционального контакта и понимания. Но, как писал Дэвид Карузо, очень важно понимать, что «эмоциональный интеллект - это не противоположность интеллекту, не триумф разума над чувствами, это уникальное пересечение обоих процессов».

2. Практическая часть

Игровое упражнение «Самая.»

Цели: повысить самооценку, снять тревожность и напряжение.

Материалы: плотный шар, на котором приклеены листочки с надписями (самая очаровательная, самая обаятельная, самая веселая и т. д).

Психолог: - «Я кину этот мяч в зал, кто его поймает, снимает одну наклейку, читает вслух что на ней написано и кидает дальше в зал»

Утром в зеркало смотрю

И сама себя хвалю.

Похвалите Вы себя,

В этом помогу Вам я.

Записки с шарика снимайте

Самооценку повышайте.

Упражнение: "Загадки из сказок".

Психолог зачитывает отрывки сказок, а участники семинара угадывают эмоцию, которая описывается.

«Не послушался Иванушка и напился из козьего копытца. Зовёт Аленушка братца, а вместо Иванушки бежит за ней беленький козленочек. Залилась Аленушка слезами...» (горе)

«Как услышал царь-отец,

Что донес ему гонец,

В гневе начал он чудесить

И гонца хотел повесить;»

(гнев)

«Свадьбу тотчас учинили,

И с невестою своей

Обвенчался Елисей;

И никто с начала мира

Не видал такого пира;»

(радость)

Дидактическая игра «Посели эмоцию»

Цель: формировать способность дифференцировать эмоциональное состояние других людей.

Перед вами домики. В этих домиках живут разные эмоции. В круглое окошко крыши домика выглядывает смайлик, который показывает какая эмоция в нем живет. Ваша задача, рассмотреть тематические картинки, определить, какую эмоцию испытывает герой картинки и поселить картинку в определенный домик.

Игра «Обувь»

Цель: развитие воображения, выразительности движений, чувства юмора.

Описание игры: ведущий раздает игрокам карточки с изображением обуви (каждому свою). Каждый игрок должен «пройтись» в той обуви, которая изображена на карточке, а остальные участники семинара отгадать что это за обувь.

Игра-загадка «Маски»

Цель: развивать способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям, описывать мимику окружающих при изображении эмоций.

Задание: Все участники семинара становятся в круг. На одного из участников ведущий надевает маску с настроением (участник не знает, что это за маска). Остальные рассказывают об особенностях положения бровей, рта, глаз. Участник в маске должен угадать какая маска настроения на его лице.

Игра «Морщинки»

Цель: снятие напряжения.

Ход игры: Звучит спокойная музыка. Несколько раз вдохните и выдохните. Вдох – выдох, вдох – выдох. И последний раз – вдох – выдох. Отлично... Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь – соседу слева. Наморщите лоб – удивитесь, нахмурьте брови – рассердитесь, наморщите нос – вам что-то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох – выдох, вдох – выдох, вдох – выдох. Молодцы!

Упражнение «Фотографы»

В завершение нашего семинара, уважаемые коллеги, предлагаю Вам превратиться ненадолго в фотографов. А фотографировать Вы будете дельфина, который плавает в море. Фотографировать будете своими хлопками. Это море, а это дельфин. Пока он плавает в море, фотографировать нельзя. Дельфин выпрыгнул – хлопок.

3. Рефлексия

Педагоги с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают выраженными способностями к пониманию собственных эмоций и эмоций других людей, к управлению эмоциональной сферой, что обуславливает высокую эффективность в профессиональной деятельности.

Создав определенную атмосферу в педагогическом коллективе в которой люди будут испытывать положительные эмоции, можно развивать стремление людей помогать друг другу в процессе работы и работать «по максимуму», когда того требует ситуация.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что эмоциональный интеллект позволяет использовать новый ресурс, который есть у каждого, для повышения качества работы в педагогическом коллективе и дальнейшего саморазвития каждого сотрудника как в личностном, так и профессиональном плане.

Чаще анализируйте свои чувства, выясняйте связи, ищите первопричину. Можно создать свой словарь чувств;

Прежде чем принять решение, подумайте и осознайте, что вами руководит – разум или чувства;

Используйте методику внутреннего диалога, чтобы выявлять скрытую негативную информацию;

Занимайтесь спортом, чаще бывайте на свежем воздухе. Ищите свои эффективные способы релаксации;

Чаще обращайтесь внимание на чувства других людей. Стремитесь их понять;

Не бойтесь обсуждать чувства с близкими. Это поможет лучше понять, что скрывается за их действиями, поступками;

Учитесь отвечать за последствия своих решений/поступков. Доводить начатое до конца;

Смело говорите о том, что вас тревожит. Без раздражения и не безучастно;

Четко определяйте для себя, когда вести за собой, а когда быть ведомым;

Подходите к решению конфликтов конструктивно.

Использованная литература:

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена//Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 78–86
2. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. - М.: АСТ, 2008.
3. Ермакова, И. В. Учебное взаимодействие педагога с учащимися как фактор их эмоциональной комфортности на уроке [Текст] / И. В. Ермакова, Н.И. Поливанова, И.В. Ривина // Психологическая наука и образование. – 2004. – № 1
4. Масленникова, В.Ш. Педагог и культура / В.Ш. Масленникова, В.П. Юдин. –Казань.: КГУ, 1994.
5. Митина, Л.М. Эмоциональная гибкость учителя: психологическое содержание, диагностика, коррекция / Л.М. Митина, Е.С. Асмаковец. – М.: МПСИ; Флинта, 2001.
6. Сериков В.В. Личностно-ориентированный подход в образовании: концепции технологии: Монография. - Волгоград: Перемена, 1994.
7. Сериков В.В. Образование и личность. Теория и практика проектирования пед. систем. – М.: Издательская корпорация «Логос»,1999. – 272с.
8. Якиманская И.С Построение модели личностно-ориентированного обучения. Под научной ред. – М.:КСП+, 2001.