**Практики развития эмоционального интеллекта**

**как ресурс достижения личностных результатов**

**(образовательная площадка)**

**Матвейчук Наталья Никандровна**

**МБУ ДО «Центр образования «Перспектива»**

**сентябрь 2017 - май 2018**

Профессия школьного учителя значима и актуальна всегда. Учитель оказывает огромное влияние на личность школьника. В наше время учителем быть не просто, современное общество предъявляет высокие требования к системе образования. Педагоги, стремясь соответствовать этим требованиям, вынуждены беспрестанно повышать *уровень профессиональной компетентности,* что, в свою очередь, уже ведет к физическим и интеллектуальным перегрузкам. Напряженные ситуации на работе (трудности взаимодействия с учениками на уроке, нарушения дисциплины учащимися, конфликтные ситуации с родителями, администрацией, сотрудниками) приводят к истощению эмоциональных ресурсов педагога.

Что получается? Учитель должен быть эффективным во взаимодействии и общении относительно пяти основных сфер своей профессиональной деятельности и личной жизни:

1. «Учитель – школа» (взаимодействие с коллегами и администрацией).
2. «Учитель - класс» (публичное и групповое общение).
3. «Учитель - ученик» (диалоговое общение с каждым отдельным школьником и его родителями).
4. «Я - учитель» (профессиональная саморегуляция и личностная психотехника).
5. «Учитель - семья» (общение с супругом или супругой и своими детьми).

Однако выполнение профессиональной деятельности в условиях строгой регламентации часто оборачивается для педагога потерей собственной индивидуальности. С годами его представления о самом себе, своих человеческих желаниях как бы растворяются в профессиональных требованиях. Внутренняя жизнь и деятельность учителя приобретают модальность тотального долженствования: он должен чувствовать так, а не иначе, он должен думать по нормам и законам педагогической деятельности. Из спонтанного, живого человека педагог постепенно превращается в «живого носителя» педагогических норм, правил, ограничений.

Учителю приходится оценивать поведение учащегося, принимать правильные решения о наказании или поощрении. Здесь он сталкивается с проблемой собственного индивидуального стиля профессионального поведения. Каким он должен быть? Добрым или строгим? Эмоциональным или суховато-сдержанным? (Или, каким получится?) 2-3 года в школе, и учитель начинает испытывать состояние хронической усталости, жалуется на недомогание, срывает раздражение на своих домашних или учениках. Существует опасность применения учителем в работе средств психологического нажима, давления и манипулирования; как следствие, имеем быстрый и выраженный результат, но это влияет на общую линию его личностного и интеллектуального развития. Дома он также часто остаётся учителем, по всем правилам воспитывающим не только своих детей, но и спутника жизни. Либо наоборот: школа захватывает все время педагога, и семьи нет.

Важнейшим условием, позволяющим человеку стать субъектом саморазвития, является достижение им некоторого определенного уровня развития самосознания, т.е. уровня знания о развитии своего эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект - способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией.

Развитие эмоционального интеллекта оживляет наши способности принимать мудрые решения, находиться в ресурсных состояниях, увеличивает возможность доступа к "позитивным" чувствам.

И, что самое важное, ребенку любого возраста хочется, чтобы у него был хороший добрый учитель, который всегда находится в уравновешенном, благоприятном состоянии, готов выслушать ученика, не отмахиваясь раздраженно от его неудержимой фантазии, способный обсудить серьезные, но не совпадающие порой со старшими, взгляды на жизнь.

То есть эмоциональный интеллект – неотъемлемая личностная составляющая педагогического мастерства, поскольку только состоявшаяся, зрелая личность может воспитать другую полноценную и зрелую личность.

Предлагаемый план базовой площадки является продолжением деятельности с обучающимися, начатой в прошлом году.

**Цель деятельности базовой площадки:**

освоение педагогами практик развития эмоционального интеллекта:

* + понимание собственных эмоций и эмоций других людей;
  + контролирование собственных эмоций и управление отношениями.

**Задачи:**

* организовать деятельность по самоопределению педагогов в освоении практик развития эмоционального интеллекта и для освоения практик развития эмоционального интеллекта;
* организовать процесс предъявления результатов освоения данных практик в тренинговой и практической деятельности;
* организовать рефлексию через планирование стратегии развития педагогами эмоционального интеллекта в личной перспективе.

**Ключевые идеи опыта, в который будут погружены участники базовой образовательной площадки**

В современных условиях успешность учителя во многом зависит от уровня развития его коммуникативной компетентности, важнейший показатель которой - уровень развития эмоционального интеллекта.

Ключевой идеей проекта является идея о том, что врожденные личностные особенности рассматриваются как предпосылки эмоционального интеллекта, а навыки, приобретаемые с опытом, - как компенсаторные механизмы, позволяющие развивать EQ путем тренировки.

Сторонник этого подхода - самый известный популяризатор понятия эмоционального интеллекта Дэниел Гоулман, который описывает его как совокупность четырех факторов:

1. **Самосознание** помогает понимать собственные чувства, способности и ограничения.

2. **Социальная приспособленность** позволяет чувствовать эмоции других людей, понимать их точку зрения и активно интересоваться их заботами, а также ориентироваться в общественной жизни.

3. **Саморегуляция** дает возможность контролировать разрушительные эмоции и импульсы, отвечать за свои поступки и обязательства. К ней же относятся мотивация достижений (стремление соответствовать высоким внутренним стандартам) и инициативность (готовность воспользоваться открывающимися способностями).

4. **Управление отношениями**, в свою очередь, включает целый ряд умений и качеств:

способность вести за собой - готовность брать на себя ответственность за дело и убеждать других участвовать в нем;

способность оказывать влияние - умение использовать различные приемы убеждения;

умение развивать людей - склонность распознавать способности других людей, направлять и развивать их;

умение общаться - способность выслушивать других и конструктивно, убедительно и изящно излагать свои мысли;

готовность к переменам -умение проповедовать новые идеи и вести других людей в новом направлении;

навыки управления конфликтами - способность разряжать, гармонизировать разногласия и примирять враждующие стороны;

умение налаживать связи - умение создавать и поддерживать связи и личные отношения;

умение работать в команде – способность развивать сотрудничество в командах.

В информационных модулях будет представлен теоретический материал из наработок российского психолога Н.И.Козлова.

**Технологии и методы работы с педагогами.**

На базовой площадке предпочтение отдано активным методам обучения.

*Педагогические (психологические) ситуации, экспромт* - метод активизации педагогического познания в процессе повседневного общения, взаимосвязи с детьми, родителями, коллегами.

*Деловая игра* – эффективный метод взаимодействия педагогов. Это форма совершенствования развития, восприятие лучшего опыта, утверждения себя как педагога и Человека во многих психологических и педагогических ситуациях.

*Мастер–класс* –открытая педагогическая система, позволяющая демонстрировать новые возможности позитивной психологии, показывающая способы преодоления консерватизма и рутины.

Особенности мастер - класса:

- метод самостоятельной работы в малых группах, позволяющий провести обмен мнениями;

- создание условий для включения всех в активную деятельность;

- постановка проблемной задачи и решение её через проигрывание различных ситуаций;

- приемы, раскрывающие творческий потенциал всех участников мастер-класса;

- формы, методы, технологии работы должны предлагаться, а не навязываться участникам;

- форма взаимодействия - сотрудничество, совместный поиск.

*Банк идей* - рациональный способ коллективного решения проблем, не поддающихся решению традиционными способами на данном этапе.

*Проблемный диалог* – метод, позволяющий выявить действительные проблемы обучающихся и поставить конкретные задачи.

Технология работы с педагогами в рамках образовательной базовой площадки может быть рассмотрена как технология развития личности, организованная в рамках системно-деятельностного подхода. Процесс получения новых знаний на площадке - это процесс деятельности самих участников, направленный на развитие их сознания и личности в целом.

На площадке знания не даются в готовом виде. Привычно было бы «переподавать» информацию на занятиях от педагога к обучающемуся, однако при этом не произойдет Встречи участника со своим собственным открытием, которое поможет ему двигаться дальше. Поэтому деятельность на занятиях организуется таким образом, чтобы участники площадки учили себя думать самостоятельно и находить собственные решения поставленных задач.

Поскольку в качестве системы может быть рассмотрено любое явление, и в первую очередь, отношения человека с собой и окружающими людьми, то, выстраивая деятельность в рамках системного подхода, мы опираемся на него как на средство формирования целостного мировоззрения, в котором человек чувствует неразрывную связь со всем окружающим миром и событиями, происходящими в нем.

То есть, процесс обучения на площадке - это процесс деятельности участника, направленный на изменение его сознания и развитие его личности в целом.

*Формы организации деятельности на площадке:*

*Теоретические:* информационные блоки (при необходимости - с использованием слайд-шоу);

*Практические:*

групповая деятельность (при необходимости - индивидуальная) с элементами тренинга; дискуссии, обсуждения;

ролевые, деловые, развивающие игры;

мастер-классы;

инсценировки, постановки, презентации;

групповые и индивидуальные исследования.

**2. Содержательный блок программы**

**2.1. Перечень необходимого оборудования, которым располагает учреждение, для реализации программы.**

* Кабинет для лекционных и тренинговых занятий;
* компьютер, проектор, экран;
* бумага для принтера, ватман, фломастеры, маркеры, клей, ножницы.

**2.2. Содержание базовой площадки**

Тема 1. Эмоциональный интеллект и развитие собственного «Я». 2ч.

Тема 2. Левая и правая эмоциональность. 2ч.

Тема 3. Как управлять своими эмоциями. 2ч.

Тема 4. Что делать со злостью. 2ч.

Тема 5. Отношения, которые вас радуют. 2ч.

Тема 6. Работа со страхом. 2ч.

Тема 7. Личностные метафоры. 2ч.

Тема 8. Заказываем себе настроение. 2ч.

Тема 9. Если бы я тебя любил. 2ч.

Тема 10. Душевная сила – умение любить и держать удар. 2ч.

Тема 11. Активное слушание. 2ч.

Тема 12. Что мне поможет побороть лень. 2ч.

Тема 13. Как и зачем ставить цели на год 2ч.

Тема 14. Бонус-тема. Жить с детьми или воспитывать детей. 2ч.

Тема 15. Определение стратегии развития эмоционального интеллекта в личной перспективе. 2ч.

Деятельность площадки рассчитана на 30 часов.

**2.3. План мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №пп | Сроки | Тема | Количество часов |
| 1 | Сентябрь | Эмоциональный интеллект и развитие собственного «Я» | 2 |
| 2 | Октябрь | Левая и правая эмоциональность | 2 |
| 3 | Октябрь | Как управлять своими эмоциями | 2 |
| 4 | Ноябрь | Что делать со злостью | 2 |
| 5 | Ноябрь | Отношения, которые вас радуют | 2 |
| 6 | Декабрь | Работа со страхом | 2 |
| 7 | Декабрь | Личностные метафоры | 2 |
| 8 | Январь | Заказываем себе настроение | 2 |
| 9 | Февраль | Если бы я тебя любил | 2 |
| 10 | Февраль | Душевная сила – умение любить и держать удар | 2 |
| 11 | Март | Активное слушание | 2 |
| 12 | Март | Что мне поможет побороть лень | 2 |
| 13 | Апрель | Как и зачем ставить цели на год | 2 |
| 14 | Апрель | Бонус-тема. Жить с детьми или воспитывать детей | 2 |
| 15 | Май | Определение стратегии развития эмоционального интеллекта в личной перспективе | 2 |
| Всего: | | | 30 час. |

**3. Способы оценки результатов программы**

Программой предусмотрено рефлексивное начало и завершение каждого занятия. После занятия обсуждаются потенциальные задачи каждого из участников, которые решаются ими до следующего занятия. В начале занятия обсуждаются задачи решаемые или решенные участниками.

Завершающие программу занятие посвящено анализу полученного материала и выработке личной стратегии развития эмоционального интеллекта каждым участником программы. Таким образом, способ оценки результатов программы – самооценочный.