«Подарите детям мир через эмоции»

Эмоция важна в жизни каждого человека. Эмоции помогают нам жить, развиваться, двигаться вперед, потому что лишь эмоции способны заставить нас это делать, лишь ощущения "вот это плохо — а вот это хорошо" способны заставить нас вообще шевелиться. Человек без эмоций — больной, который, хоть у него и в полном порядке все физиологические системы организма, будет лежать без движения, потому что у него нет стимула встать и куда-то пойти. Стимул этот создается лишь эмоциями.

Они не зависят от сознания: мы не можем непосредственным усилием воли, не прибегая к самоубеждению, приказать себе стать веселым, грустным, перестать волноваться, успокоиться и т. д.

У детей есть уникальная способность проявлять целый спектр эмоций в считанные минуты. Они могут пройти путь от счастья до грусти, от беспокойства до досады еще до того, как вы закончите пить свой утренний кофе. Они могут все, что угодно, кроме того, чтобы быть предсказуемыми. К огромному сожалению, существует масса тревожных сигналов, которые показывают, что мы не справляемся с нашей задачей помочь детям понимать их богатый, разнообразный и большой мир эмоций. Мы лишь увеличиваем уровень тревожности, проблем с вниманием, зависимостью, агрессией и доминированием у наших детей.

Хорошая новость в том, что эмоциональное состояние детей понимать проще всего. Их тело отражает счастье, их ноги подпрыгивают, когда они испытывают радостное возбуждение, они могут размахивать руками или кричать, когда не получают желаемое «сейчас». То, что именно чувствует сейчас ребенок, обычно легко прочитать любому взрослому человеку.

Главная трудность в том, что детские эмоции обычно очень сильны, интенсивны, громки, сумбурны, хаотичны, и чаще всего нам приходится иметь с ними дело в самый неподходящий момент. (истерика именно в супермаркете, сопротивление появится именно тогда, когда мы спешим и нам нужно срочно выходить из дома)

Справляться с эмоциями нам помогает эмоциональный интеллект

В настоящее время одной из целей обучения и воспитания в начальной школе является достижение обучающимися метапредметных результатов, среди которых выделяется формирование эмоционального интеллекта, эмоциональной восприимчивости как составных компонентов универсальных учебных регулятивных действий.

Во ФГОС начального общего образования большое значение придается социализации школьника. В модели выпускника начальной школы особую роль занимают такие личностные качества, как уважительное отношение к ценностям общества, нормам морали и чувствам окружающих людей, способность к эмпатийному переживанию.

Эти качества присущи эмоциональному интеллекту, который предполагает эмоциональный отклик не только на свои чувства, но и на состояние другого человека, стремление оказать ему поддержку.

В своей работе мы должны открыть ученику не узкую тропинку однобокого восприятия мира, а широкую дорогу в этот мир.

* развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека через мимику лица, позу, жесты;
* продолжать развивать умение распознавать эмоции: радость, грусть, удивление и объяснять их возможные причины; изображать при помощи мимики и жестов, графически;
* формировать позитивное отношение к самому себе и окружающему миру;
* развивать коммуникативную и социально-перспективную стороны общения с целью предупреждения возникновения коммуникативных барьеров;
* обучать приёмам снятия эмоционального напряжения;

 Педагог должен заинтересовать, поразить, удивить, увлечь детей, чтобы образовательный процесс поглотил и стал для ребенка интересным.

В помощь педагогу в развитии эмоционального развития оказывается на государственном уровне. Это и методические рекомендации на портале единого содержания образования, и проект Сбербанка России «Школа будущего»

Роль педагогов по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников способствует не только их личностному развитию, но влияет и на повышение качества общего образования, так как эмоциональный интеллект создает фундамент для обеспечения психологического благополучия школьников, препятствует распространению таких негативных явлений, как буллинг, склонность к девиантному, агрессивному и аутоагрессивному поведению, конфликтность, детское насилие и т.п.

Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта позволит наладить продуктивную коммуникацию между обучающимися и педагогами, обучающихся друг с другом, поможет овладеть навыками командной работы, научит не бояться высказывать собственные идеи, не боясь быть непонятым. Развитие эмоционального интеллекта будет способствовать формированию ключевых навыков человека XXI века, без которых профессиональная реализация в современном обществе будет затруднительна.

Задумывались ли вы сколько педагогов готовы развивать эмоциональный интеллект? Примерно 80-85% участников тренинга по развитию эмоционального интеллекта у педагогов не разделяют идею практической значимости формирования эмоциональной компетентности (по данным Серафимович Ирина Владимировна, Посысоев Николай Николаевич ИРО ЯО)

Мы часто пытаемся учить детей, но при этом сами не делаем того, чему учим. Это происходит настолько часто, что уже стало повседневностью. Мы чего-то требуем от детей, но сами не показываем пример. Мы хотим, чтобы ребенок сразу все сам понял, усвоил и выполнил. Требуем от детей активности, но сами часто ленимся. Убеждаем их в важности быть спокойными и сдержанными, но сами часто срываемся из-за мелочей. Если мы хотим кого-то чему-то научить, мы должны сначала научиться это делать сами. Нет лучшей школы, лучшего примера и учительства, чем собственный пример.

При этом (по данным Волгоградский институт управления) уровень понимания эмоций других людей практически у половины опрошенных преподавателей (49%) находится на низком уровне, что может составлять некоторую проблему в их профессиональной деятельности, так как учителю очень важно уметь различать эмоции своих учеников, их родителей и других работников школы. Как было упомянуто выше, понимание эмоций – это база на которой строится навык регуляции эмоциональных состояний.

Подтверждая этот тезис, исследование показало, что почти треть учителей (30%) испытывает сложности в управлении эмоциями

Преподавателю с высоким уровнем эмоционального интеллекта легче взаимодействовать с учениками, потому что такой учитель способен адекватно осмыслить ситуацию при общении, способен избежать конфликтных ситуаций путем предвидения и оценки намерений и целей участников педагогических отношений. Учитель должен уметь влиять на учеников, устанавливать дружеские отношения, побуждающие детей участвовать в познавательной деятельности. Некоторые авторы относят эмоциональный интеллект к важнейшим инструментам для решения педагогических задач и указывают на необходимость оказывать детям эмоциональную поддержку. Именно поэтому важно изучать и развивать эмоциональный интеллект в преподавательской среде, повышать свою коммуникативную компетенцию. (ФГБНУ «Институт стратегии развития образования РАО», 2022 )

Существует множество образовательных программ, позволяющих овладеть навыками коммуникаций. Одним из таких примеров является программа сопровождения молодых специалистов в рамках МИП «Сетевое взаимодействие образовательных организаций общего и профессионального образования педагогической направленности как условие совершенствования профессиональной подготовки будущих педагогов на этапе обучения и привлечения молодых специалистов в муниципальную систему образования», которую мы реализовывали в течение трех лет. Одним из модулей этой программы является Модуль «Психологический» в рамках которой обучали эмоциональной саморегуляции.

А что делать тем педагогам, которые осуществляют свою педагогическую деятельность не первый год.

Анализируя программы повышения квалификации было выявлено, что курсы, способствующим эмоциональному развитию педагогов в дефиците. Предлагаю разработать и реализовывать такие курсы на региональном и муниципальном уровне, ведь нам тоже нужны соответствующие компетенции (регулярные занятия, тренинги, курсы)

Педагог должен заинтересовать, поразить, удивить, увлечь детей, чтобы образовательный процесс поглотил и стал для ребенка интересным, поэтому прошу, Подарите детям мир через эмоции.