

# Розвиток емоційного інтелекту

Автор: Бахтіна Алла Вікторівна



<b>Тема досвіду</b>	<b>Розвиток емоційного інтелекту на уроках словесності</b>
<b>Актуальність, практична значущість досвіду</b>	<p>Сучасна система освіти спрямована на отримання теоретичних знань і зовсім ігнорує емоційний розвиток людини. А емоційно обдаровані люди володіють безцінним умінням раціонально розпоряджатися природними здібностями і освітою, у тому числі й інтелектом як таким.</p> <p>У зв'язку з цим актуальною проблемою сучасної освіти є формування емоційного інтелекту. Вчені Дж. Майер, П.Саловей, Д. Карузо дають таке офіційне визначення емоційного інтелекту: «... здатність аналізувати свої емоції з метою покращення процесу мислення. Включає уміння безпомилково сприймати емоції, оцінювати і генерувати їх таким чином, щоб допомагати мисленню, розуміти емоції й ідентифікувати їх, а також рефлексивно скеровувати емоції з тим, щоб сприяти своєму емоційному й інтелектуальному зростанню».</p> <p>Емоційний інтелект включає в себе 4 частини або зони :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>§ здатність сприймати або відчувати емоції (як свої власні, так і іншої людини) – самосвідомість;</li> <li>§ здатність розуміти, що виражає та чи інша емоція – саморефлексія;</li> <li>§ здатність направляти свої емоції на допомогу розуму, тобто посилення мислення за допомогою емоцій – самокорекція;</li> <li>§ здатність керувати емоціями – саморегуляція.</li> </ul>
<b>Педагогічна ідея досвіду</b>	<p>Емоційний інтелект став центром уваги вчених у останні десять років. До цього їхня увага була прикута до так званого IQ (коефіцієнту інтелекту), який вказує на рівень нашого розумового розвитку, знань, умінь, навичок. Проте, як не парадоксально це звучить, останнім часом було відкрито, що в розвитку гармонійної особистості людини «емоційна компетентність» («емоційний інтелект») відіграє важливішу роль, ніж «академічна компетентність». Вчені стверджують, що IQ тільки на 20% впливає на життєвий успіх, а 80% припадає на інші чинники, які сукупно можна назвати емоційним інтелектом. Позитивні й негативні думки можуть спричиняти відповідні зміни в процесах збереження та зворотного відтворення інформації, змінюючи при цьому здібності до навчання.</p> <p>Так, низка вчених, особливо Джон Майер, вважає, що підвищити рівень EI практично неможливо, оскільки це відносно стійка здібність. Але емоційні знання, тобто вид інформації, якою оперує емоційний інтелект, відносно легко набуваються, у тому числі і в процесі навчання.</p> <p>Інша точка зору полягає в тому, що емоційний інтелект можна і потрібно розвивати. Зокрема, Д.Гоулман наводить таку аргументацію: нервові шляхи мозку продовжують розвиватися аж до середини людського життя, тому можливий і емоційний розвиток, який виявляється в усвідомленому регулюванні емоцій.</p> <p>Д.Гоулман закликає не гаяти часу і допомогти дітям «прожити своє життя краще». Для цього їм потрібно розвивати здібності, які він називає «емоційним інтелектом», а саме: самоконтроль, завзяття і наполегливість, а також уміння мотивувати свої дії. На підтвердження цієї теорії виступає і Г.П.Березовська, результати емпіричного дослідження якої переконливо доводять можливість розвитку емоційного інтелекту шляхом спеціально організованого навчання і виховання. Отже, незважаючи на суперечливість питання про можливість розвитку емоційного інтелекту людини, фахівці дійшли згоди, що емоційні знання і навички можуть набуватися в процесі спеціального навчання.</p> <p>Така «емоційна освіта» має базуватися на знанні біологічних і соціальних передумов емоційного інтелекту індивіда і може здійснюватися як через пряме навчання, так і шляхом створення певного психологічного клімату, залучення учнів, учителів та батьків до спільної діяльності. Зрозуміло, що емоційна компетентність є важливим чинником, що забезпечує успішну самореалізацію людини.</p>

<p><b>Технології реалізації ідеї</b></p>	<p>Діючим елементом у роботі з дітьми для розвитку емоційного інтелекту є ряд технологій, які спрямовані на емоційну активацію, що є необхідною умовою продуктивної інтелектуальної діяльності:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· технологія особистісно орієнтованого розвивального навчання;</li> <li>· технологія ситуативного моделювання;</li> <li>· проектні технології;</li> <li>· технологія критичного мислення;</li> <li>· технологія вітагенного навчання</li> </ul> <p>Застосовую технології особистісно орієнтованого розвивального навчання (Якиманська І.С.) з метою сприяння становленню індивідуальності, культурної ідентифікації дитини, життєвому самовизначенню. Саме особистісно орієнтоване навчання допомагає дитині пізнати себе, самовизначитися та самореалізуватися. Технології ситуативного моделювання допомагають простежити не лише динаміку особистісного розвитку учня, а й емоційні зміни протягом кожного уроку. Доцільним є використання проектних технологій, тому що вивчення навчального матеріалу вимагає ґрунтовних досліджень. Працюючи над проектами, учні проходять усі стадії технології виконання завдань, забезпечуючи управління емоційним станом, підпорядковуючи емоції розуму, сприяючи самопізнанню і самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду.</p> <p>Для розв'язання суперечностей між життєвим досвідом дітей і новою інформацією використовую прийоми критичного мислення (Джінні Стіл, доктор Курт Мередіт, доктор Чарльз Темпл).</p> <p>Застосовую технологію вітагенного навчання (А.Белкін), яка допомагає реалізувати й активізувати життєвий досвід особистості, що є надзвичайно важливим для гармонійного розвитку школяра.</p>
--	---

**Форми, методи, прийоми, засоби**

Уроки словесності вирізняються з-поміж інших предметів особливою емоційною атмосферою. Отже, організовані спеціальним чином, вони можуть перетворитися на повноцінний тренінг емоційного інтелекту.

На кожному етапі уроку вчитель може орієнтуватися на розвиток емоційного інтелекту школяра, враховуючи позитивні навчальні стани в сегментах Кола навчання.

«Початок - половина цілого», - ці повчальні слова Піфагора стали афоризмом. Видатний педагог Песталоцці пропонував починати будь-яке спільне навчання людей з об'єднання їх "через настрої". Англійський учений Стоуенс довів, що учні, які емоційно налаштовані на урок, досягають значно більших успіхів, ніж ті, яких не заохочували.

У забезпеченні творчої співпраці важливу роль відіграє **емоційне налаштування на урок**, тобто правильний настрої, що налаштовує на навчання. Учень повинен «розкритися» ще до того, як приступить до навчання.

Адже тільки «розкрившись» емоційно, він зможе зануритися у самосвідомість. Для того, щоб учні почували себе комфортно, можна застосувати наступні методи та прийоми емоційного налаштування: **діагностику емоційного стану учнів (адреналіновий барометр, «Прогноз погоди», «Термометр»; «Нагхнення»); формули уроку; сугестії, афірмації, демотиватори, метафори. (Див. додаток)**

Будь-яка навчальна діяльність неможлива без мотивації. Внутрішня мотивація орієнтована на процес і результат. Цим і має скористатися вчитель, використовуючи типові фрази з **позитивними пресупозиціями** (потужними мовленнєвими виразами). (Див. додаток)

Мотивація має бути не тільки внутрішня, але й зовнішня. Учитель повинен створити психологічну установку на отримання нової інформації, зацікавити учнів, розбудити почуття, спонукати використовувати отриману інформацію для створення проблемної ситуації. На даному етапі можна використати прийоми **«Інтрига», «Я впевнена!», «Цікавий факт», «Віддзеркалення», «Хмари слів» або «Хмарки тег»(Див. додаток).**

На етапі сприймання та усвідомлення навчального матеріалу вчитель майстерно має створювати привабливі моменти, аби відкрити мозковий емоційний центр, який тісно пов'язаний із тим «фільтром» мозку, через який інформація проникає в довготривалу пам'ять. У своїй роботі поряд із традиційними формами та методами проведення уроків вивчення біографій застосовую інтерактивні прийоми, які сприяють розвитку емоційного інтелекту: (Див. додаток)

- Біографічний квест;
- Кластер;
- Блок-схема;
- Інформаційне гроно;
- Досьє, анкета;
- Портфоліо;
- Фотоколаж;
- Скрапбукінг;
- Ейдос-конспекти;
- Інтелект-карти;
- Програма «Поза очі»;
- Літературний трейлер;
- Сторінка в соціальній мережі;
- Гра «Поле чудес».

Психологами доведено, що діти з високим емоційним інтелектом легко засвоюють, розуміють і використовують навчальний матеріал. У своїй роботі для закріплення використовую таку групу креативних методів і прийомів:

- Метод «Якби...»;
- Метод аглютинації;
- Метод синектики;
- Метод інверсії;
- Прийом «Літературний крос»;
- Прийом «Малюнок на скелі»;
- Прийом «Дружня порада»;
- Прийом «А що, якщо...?»

Неможливо уявити урок словесності без використання різних видів мистецтва, що також сприяє розвитку емоційної сфери учнів. В ідеалі учень повинен сприймати твір так, щоб живопис можна було «слухати», а музику «бачити». Доречним тут стане прийом «Пісенна ілюстрація»

Використовую картини сучасних художників, які ілюстрували твори української літератури (К.Штанько, В.Єрко, В.Невінчаний, Ю. Мацик), фільми сучасних режисерів. Активно використовую соціальну рекламу. До речі, одним із напрямків психолінгвістики є сугестивна лінгвістика, яка одним із видів сугестивних текстів розглядає рекламу. Недарма ж стародавні слов'яни - носії віри в слово, вірили, що мова є ключ до таємниці душі.

<p><b>Результативність представленого досвіду</b></p>	<p>Працюючи третій рік над обраною темою, переконалася, що розвиток емоційного інтелекту</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· сприяє формуванню емоційно-ціннісного ставлення учнів до себе, інших людей, навколишньої дійсності;</li> <li>· дає можливість учням висловлювати індивідуальне ставлення до речей та подій, спираючись на емоційну сферу;</li> <li>· навчає творчо підходити до розв'язання проблем;</li> <li>· підвищує мотивацію до навчання;</li> <li>· посилює активність учня на уроці;</li> <li>· сприяє значному зростанню якості знань з української мови та літератури.</li> </ul> <p>Щорічно мої учні стають призерами олімпіад із української мови та літератури, призерами МАН. Вважаю, що саме розвиток емоційного інтелекту сприяв підвищенню якості знань при складанні ЗНО. У порівнянні з попередніми роками, рівень знань моїх випускників зріс на 4%.</p> <p>Працюю над розвитком емоційного інтелекту і в позаурочний час. Досвідом з цього питання мала нагоду поділитися на міському конкурсі «Виховник року - 2012», де виборола II місце, а також на сторінках посібника «Формування сучасного європейця на основі національної ментальності», що здобув призове місце на міському етапі всеукраїнського конкурсу «Парк педагогічної майстерності 2014».</p> <p>У школі створено АРТ-студію (творче об'єднання вчителів-словесників), яка плідно працює над проблемою формування сучасної людини, здатної адекватно реагувати на всі життєві труднощі, уміло використовуючи знання, здобуті в школі. Членами АРТ-студії створено ряд посібників («Розширення світогляду школярів засобами ІКТ на уроках словесності», що став переможцем у номінації «Електронний посібник» на конкурсі «Ярмарок фахових сподівань 2013», «Формування інноваційної людини», що здобув срібну медаль П'ятій Міжнародній виставці «Сучасні заклади освіти 2014»), де подані мої нароби та дослідження з дані теми.</p> <p>Брала участь у обласних та міських семінарах, неодноразово проводила уроки для слухачів курсів підвищення кваліфікації ВОПОПП.</p>
<p><b>Наукові джерела</b></p>	<p>Рекомендації Міністерства освіти і науки Академії педагогічних наук України, , роботи за редакцією М. Шпак "Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень", дослідження Гордона Драйдена, Джаннет Вос "Революція в навчанні" та І.М. Андрєєвої "Емоційний інтелект: дослідження феномену", роботи І.С. Якіманської, А.А. Плігіна, методичні посібники за редакцією О.І. Пошетун "Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід "; "Сучасний урок".</p> <p>Г.Гарднер, Д.Гоулман, Д.Карузо, Дж. Майер, П.Саловей - зарубіжні дослідники; С.Л.Рубінштейн, Л.С.Виготський, О.К.Тихоміров - радянські науковці; І.М.Андрєєва, О.І.Власова, С.П.Дерев'янка, Н.В.Ковриги, Е.Л.Носенко - дослідники на пострадянському просторі (емоційний інтелект)</p>

**Висновки**

Розвиток емоційного інтелекту в поєднанні з освітніми технологіями на уроках словесності - інструмент для формування емоційно-ціннісного ставлення учнів до себе, інших людей, навколишньої дійсності, розвитку інтелектуально-психологічного потенціалу дитини. Він є важливим чинником, що забезпечує успішну самореалізацію людини. Приспосовуючись до нових запитів суспільства, проблема поєднання емоцій та інтелекту отримала нове дихання. Сучасна парадигма освіти вимагає віднайти розумний баланс між мисленням та емоціями, встановити гармонію між головою і серцем.

Завдання педагога на уроках словесності - це навчання мови емоцій. І тільки учитель, який постійно перебуває у творчому пошуку, упроваджує нові методики навчання, розробляє нестандартні прийоми пізнавальної діяльності, зможе допомогти учневі розібратися у своїх емоціях, які будуть спрямовані на активізацію розумової діяльності.

Як зазначав К.Д.Ушинський: «Діти не вміють приховувати своїх почуттів, та, коли їх переслідують за почуття, вони швидко навчаться таїти їх і тоді - вчитель блукатиме в темряві».

Переконана, що рівень емоційного інтелекту є важливим засобом успішної самореалізації особистості. Тому намагаюся створювати ситуації, які б сприяли розвитку позитивних емоцій учнів. Перефразувавши відоме мудре висловлювання, можна зазначити: «Учні забудуть, що ви говорили, учні забудуть, що ви зробили, але вони ніколи не забудуть, які почуття ви в них викликали».

**Бібліографія**

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. - 2006. - № 3. - С.78-86.
2. Богосвятська А.І. Емоційний інтелект і уроки світової літератури // Зарубіжна література в школах України. - 2012. - № 11. - С. 22 - 27.
3. Варій М.И. Загальна психологія. - К.: «Центр учбової літератури», 2007.
4. Выготский Л.С. Мышление и речь : собр. соч. : в 6 т. / Л.С. Выготский. - М. :Педагогика, 1982. - Т.2. - С.5-361.
5. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку / О.І. Власова. - К. : ВПЦ "Київський університет", 2005. - 308 с.
6. Гарскова Г.Г. Введение понятия "эмоциональный интеллект" в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова // Тезисы науч.-практ. конф. "Ананьевские чтения". - СПб. : Изд-во СПб. ун-та, 1999. - С. 26.
7. Гордон Драйден, Джаннетт Вос. Революція в навчанні /Перекл. З англ. М.Олійник. - Львів: Літопис, 2005. - 542.
8. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. - М.: АСТ; АСТ Москва; Хранитель, 2008.-С.10-443.
9. Дерев'янка С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах / С.П.Дерев'янка // Соціальна психологія. - 2008. - № 1. - С.96-104.
10. Ильин Е.П. Эмоции и чувства.-СПб.: Питер, 2008.-С.241-243.
11. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості. - К.:Либідь, 2007.-С.180-181.
12. Коврига Н.В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту: автореф.. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец.

- 19.00.01 /Н.В. Коврига. – К., 2003. – 20 с.
13. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. С. 3-22.
  14. Нікіфорова Л.Б. Структура та функції емоційної культури особистості // Гуманітарні науки. Науково - практичний журнал. 2007. -№ 2 (14). С. 150 - 154.
  15. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. – К. : Вища школа, 2003. – 126 с.
  16. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості / Е.Л. Носенко // Психологія і суспільство. – 2004. – № 4. – С.95-109.
  17. Поплужный В.Л. Роль и развитие интеллектуальных чувств в познавательной деятельности личности: дис... канд. психол.наук : 731 / В.Л. Поплужный. – К., 1969. – 263 с.
  18. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1976. – 416 с.
  19. Стейн, Стивен Дж. Преимущества EQ: Эмоциональный интеллект и ваши успехи. – Д.: Баланс Бизнес Букс, 2007.-С.12-289.
  20. Тихомиров О.К. Эмоции в структуре мыслительной деятельности / О.К. Тихомиров // Психология мышления. – М. : Изд-во МГУ, 1984. – С.87-106.
  21. Хьелл, Зиглер Д. Теории личности. – СПб.: Питер, 2001.-С.496-521