

Теория и методика профессионального образования
Theory and methodology of professional education

Научная статья

УДК 37.032

DOI: 10.17748/2686-9969-2020-3-5-66-72

Наймушина Лариса Михайловна

Кубанский государственный университет

Россия, Краснодар

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8878-7263>

e-mail: uyki123@mail.ru

**ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ОБУЧАЮЩИХСЯ
В ПРОЦЕССЕ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Аннотация. В статье дана программа психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта, которая может быть использована в организациях среднего профессионального образования. Раскрыта сущность и содержание этого феномена. Рассматриваются практические методы его развития: тематические беседы, дискуссии, кейс-методы, игровые методы, арт-терапевтические техники, упражнения с использованием психогимнастики, методы психодиагностики, самодиагностика эмоционального состояния, дистанционные образовательные технологии. Цель программы – развитие эмоционального интеллекта обучающихся в процессе их профессиональной подготовки. Отражены и задачи: развить способность осознавать и понимать свои и чужие эмоции; развить умение конструктивно выражать свои эмоции; сформировать умение распознавать чувства другого, сопереживать; обучить соразмерять свое поведение с чувствами и интересами другого человека. Представлен учебно-тематический план, структура и краткое содержание занятий.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, программа развития эмоционального интеллекта, обучающиеся, среднее профессиональное образование, психолого-педагогические методы, профессиональная подготовка, психолого-педагогическое сопровождение, социально-эмоциональные навыки

Для цитирования: Наймушина Л.М. Программа развития эмоционального интеллекта обучающихся в процессе их профессиональной подготовки. *Педагогика: история, перспективы.* 2020. Том. 3. № 5. С. 66-72.

DOI: 10.17748/2686-9969-2020-3-5-66-72

Original article**Naimushina Larisa Mikhailovna**

Kuban State University

Russia, Krasnodar

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8878-7263>e-mail: uyki123@mail.ru**THE PROGRAM OF DEVELOPMENT OF THE EMOTIONAL INTELLIGENCE
OF STUDENTS IN THE PROCESS OF THEIR PROFESSIONAL TRAINING**

Annotation. The article provides a program of psychological and pedagogical support for the development of emotional intelligence, which can be used in organizations of Technical and Vocational Education and Training. The essence and content of this phenomenon is revealed. Practical methods of its development are considered. As such methods are used: thematic conversations, discussions, case methods, game methods, art therapy techniques, exercises using psycho-gymnastics, methods of psychodiagnostics, self-diagnosis of the emotional state, distance educational technologies. The goal of the program is to develop the emotional intelligence of students in the process of their professional training. Following tasks are also reflected: to develop the ability to realize and understand one's own and other people's emotions; develop the ability to constructively express your emotions; develop the ability to recognize the feelings of another, empathize; teach to regulate their behavior in accordance with the feelings and interests of another person. The educational-thematic plan, structure and summary of the lessons are presented.

Key words: emotional intelligence, emotional intelligence development program, students, Technical and Vocational Education and Training, psychological and pedagogical methods, professional training, psychological and pedagogical support, social and emotional skills

For citation: Naimushina L.M. The program for the development of emotional intelligence of students in the process of their professional training. *Pedagogy: history, perspectives*. 2020. Vol.3. № 5. P. 66-72 .
DOI: 10.17748/2686-9969-2020-3-5-66-72 (In Russ.)

Программы по развитию эмоционального интеллекта детей старшего подросткового и юношеского возраста отдельно не выделены, а ведь известно, что именно этот период эмоционального всплеска, требует помощи для ребенка. Как показывает анализ психолого-педагогических программ по развитию эмоционального интеллекта, педагоги, психологи опираются на следующие методологические основы:

- идеи Л.С. Выготского (зона ближайшего развития, принцип учета зон актуального и ближайшего развития, динамическая смысловая система, представляющая единство аффективного и интеллектуального процессов;
- представление об эмоциях как регуляторах психической деятельности (С.Л. Рубинштейн);

– подход к эмоциональному интеллекту (Д.В. Люсин) как к структуре, в которая показана как бы двумя «измерениями». Пересекаясь, они представлены в четырех видах эмоционального интеллекта:

– парадигмой развивающего образования (Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов), утверждается важность проектирования системы образования, которая учит детей знаниям и умениям, способствует развитию у ребенка человеческих способностей и личностных качеств. Все это предполагает необходимость создания серьезной «психологизации» педагогической практики;

– концепция Дж. Мейер и П. Соловей, утверждающая, что эмоциональные явления влияют на познание. Они регулируются и опосредуются личностью [1, с. 45]

В основу формирующего эксперимента по развитию эмоционального интеллекта у обучающихся в процессе их профессиональной подготовки была положена специально составленная программа психолого-педагогического сопровождения с учетом выделенных содержания и методов.

В программе используются материалы из следующих работ и авторских программ:

– по развитию эмоционального интеллекта за основу были взяты приемы из работ Хлевной Е. [2], Дж. Хэссона [3], Андреевой И.Н. [4], Е.А.Сергиенко [5];

– арт-терапевтические упражнения из работ Лебедевой Л.Д., Никоноровой Ю.В., Таракановой Н. А. [6], А. И. Копытина [7];

– упражнения по психогимнастике Чистяковой М.И. [8].

В качестве методов развития эмоционального интеллекта обучающихся используются: тематические беседы, дискуссии (в том числе с применением межпредметных связей), кейс-методы; игровые методы, арт-терапевтические техники, упражнения с использованием психогимнастики, методы психодиагностики, самодиагностика эмоционального состояния («Дневник эмоций», «рефлексивный экран эмоционального состояния»), дистанционные образовательные технологии.

Цель программы – развитие эмоционального интеллекта обучающихся в процессе их профессиональной подготовки. Под развитием эмоционального интеллекта понимается установление гармоничного соотношения между когнитивными и эмоциональными процессами у обучающихся и формирование (совершенствование) базовых навыков, которые способствуют развитию эмоционального интеллекта, а именно:

- распознавание эмоций;
- управление эмоциями;
- развития сопереживания и заботы о других (эмпатия);
- навыки взаимоотношений;
- ответственное принятие своих решений.

В ходе реализации программы решаются задачи:

- развить способность осознавать и понимать свои и чужие эмоции;
- развить умение конструктивно выражать свои эмоции;
- сформировать умение распознавать чувства другого, сопереживать (эмпатии);
- обучить соразмерять свое поведение с чувствами и интересами другого человека.

На реализацию программы отводится 52 часа. Из них 26 часов отводится на практические занятия, 13 часов на лекционные занятия и 13 часов на самостоятельную работу. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 4 академических часа.

Содержание программы.**Блок 1. Психология эмоций**

Цель раздела: содействие осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих.

Задачи: изучить основные положения теории «Эмоциональный интеллект»; рассмотреть основные базовые эмоции, их специфические признаки и мимические проявления; изучить инструменты отслеживания эмоционального состояния.

Блок 2. «Социально-эмоциональные навыки (СЭН) в структуре Softskills ("гибкие" навыки)»

Цель раздела: обучение способам по развитию социально-эмоциональным навыкам.

Задачи: развитие навыков произвольного управления своим поведением, регулирование эмоционального состояния; развитие способности к эмпатии, понимание переживаний, состояний других людей; обучение способам поведения в отношениях с другими, умению устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать, избегать конфликтных ситуаций.

Тематический план разработанной программы психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта обучающихся отражен в *таблице 1*. Алгоритм проведения практических занятий представлен в *таблице 2*.

Таблица 1 – Тематический план занятий по программе психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта обучающихся

Table 1 - Thematic lesson plan for the program of psychological and pedagogical support for the development of students' emotional intelligence

№	Темы	Всего часов	В том числе		
			Лекции	Практ.	с/р
1	2	3	4	5	6
1	Модуль 1. Психология эмоций	28	7	14	7
1.1	Что такое эмоциональный интеллект	4	1	2	1
1.2	Базовые эмоции. Специфические признаки эмоций. Мимические проявления эмоций	4	1	2	1
1.3	Базовые эмоции: радость, удивление.	4	1	2	1
1.4	Базовые эмоции: интерес	4	1	2	1
1.5	Базовые эмоции: гнев, ярость	4	1	2	1
1.6	Базовые эмоции: страх, тревога	4	1	2	1
1.7	Инструменты отслеживания эмоционального состояния. «Дневник эмоций»	4	1	2	1
2	Модуль 2. Социально-эмоциональные навыки (СЭН) в структуре Softskills ("гибкие" навыки")	24	6	12	6
2.1	Softskills ("гибкие" навыки) как фактор развития успешности	4	1	2	1
2.2	Эмоциональная грамотность и навыки развития эмпатии	4	1	2	1

1	2	3	4	5	6
2.3	Эмоциональная устойчивость и саморегуляция	4	1	2	1
2.4	Ассертивное поведение. Техники ассертивного поведения как метод предотвращения конфликтных ситуаций.	4	1	2	1
2.5	Техники развития 5 чувств (синестезия)	4	1	2	1
2.6	Эмоциональное истощение и выгорание	4	1	2	1
	Итого:	52	13	26	13

Таблица 2 – Алгоритм проведения практических занятий
Table 2 - Algorithm for conducting practical exercises

**Содержание программы и краткое описание занятий.
The content of the programme and a short description of the classes.**

№ п/п	Основные этапы	Время выполнения	Общие методические указания (детали техники выполнения, возможные ошибки и их предотвращения)
1.	Приветствие, входная рефлексия эмоционального состояния обучающихся.	5 мин.	1. <i>Приветствие</i> – это своеобразный «настрой» на совместную работу, создание общего эмоционального фона занятия. Происходит погружение в эмоциональную сферу при помощи метафор и коллективной задачи. Такой прием способствует созданию доверительной, доброжелательной атмосферы 2. <i>Входная рефлексия эмоционального состояния обучающихся</i> – это процесс и результат фиксирования участниками педагогического процесса состояния своего эмоционального состояния в начале учебного занятия. Проведение экспресс-анализа эмоционального состояния осуществляется путем применения цветодиагностики
2.	Творческая разминка	15 мин.	Творческая разминка – это небольшие упражнения, которые развивают творческое мышление, создают положительный настрой и заставляют задуматься.
3.	Теоретическая часть	20 мин.	Теоретическая часть представлена в виде мини-лекции по теме занятия, с применением интерактивных технологий
4.	Практическая часть	60 мин.	Выполнение упражнений с использованием разнообразных методов (психогимнастика, арт-терапия, кейс-методы и т.д.), которые дают возможность овладеть обучающимся навыкам в ходе их выполнения

5.	Подведение итогов. Рефлексия	10 мин.	Рефлексия – процесс и результат фиксирования участниками педагогического процесса полученных знаний и умений. Обучающимся предлагается провести анализ своей учебной деятельности и эмоционального состояния в конце занятия
----	------------------------------	---------	--

Таким образом, программа психолого-педагогического сопровождения может использоваться в организациях среднего профессионального образования для диагностики и развития интеллекта у обучающихся в процессе профессиональной подготовки.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Наймушина Л.М. Обзор психолого-педагогической работы по внедрению социально-эмоционального обучения. Педагогика вчера, сегодня, завтра. 2019. Том. 2. № 3. с. 41, 45.
2. Хлевная Е.А. Ежедневник. Развитие эмоционального интеллекта. издательство: Питер Пресс. 2016 г., 464с.
3. Хэссон Дж. Развитие эмоционального интеллекта. Подсказки, советы, техники. Издательство: Альпина Паблишер, 2018 г., 127с.
4. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. — СПб.: БХВ-Петербург, 2012 – 288 с.
5. Социально-эмоциональное развитие: программа становления личностного потенциала. Е. А. Сергиенко // Образовательная политика – <https://edpolicy.ru/socialandemotionaldevelopment>
6. Лебедева Л.Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н.А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. – СПб. Речь, 2006 – 336 с.
7. Арт-терапия. Хрестоматия / Сост., и общая редакция А. И. Копытина. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с: ил. – (Серия «Хрестоматия по психологии»).
8. Чистякова М.И. Психогимнастика / под ред. М.И. Буянова. –2-е изд. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 160 с.

REFERENCES

1. Naymushina L.M. Review of psychological and pedagogical work on the implementation of social and emotional learning. Pedagogy yesterday, today, tomorrow. 2019. Vol. 2. No. 3. p. 41, 45.
2. Khlevnaya E. A. Diary. The development of emotional intelligence. publisher: Peter Press. 2016, 464s.
3. Hasson J. Development of emotional intelligence. Hints, tips, techniques. Publisher: Alpina Publisher, 2018, 127s.
4. Andreeva I. N. The alphabet of emotional intelligence. - SPb.: BHV-Petersburg, 2012 – 288 p.
5. Social and emotional development: a program for the formation of personal potential. E. A. Sergienko. Educational policy. Available at: <https://edpolicy.ru/socialandemotionaldevelopment>

6. Lebedeva L.D., Nikonorova Yu.V., Tarakanova N.A. Encyclopedia of signs and interpretations in projective drawing and art therapy. SPb. Speech, 2006. 336 p.
7. Art therapy. Reader. Compiled, and general edition by A.I. Kopytin. SPb.: Peter, 2001. 320 p.: ill. (Series "Reader in Psychology").
8. Chistyakova M.I. Psycho-gymnastics. Ed. M.I. Buyanova. 2nd ed. M.: Education: VLADOS, 1995. 160 p.

Информация об авторе: Наймушина Лариса Михайловна - студентка 2 курса магистратуры, направления «Психолого-педагогическое образование», Кафедра социальной работы, психологии и педагогики высшего образования, Кубанский государственный университет
Россия, Краснодар
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8878-7263>
e-mail: uyki123@mail.ru

Поступила: 14.05.2019

После доработки: 18.06.2019

Принята к публикации: 27.06.2019

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи

Information about the author: Larisa M. Naymushina - 2nd year Master's student, Psychological and Pedagogical Education Programme Department of Social Work, Psychology and Pedagogy of Higher Education, Kuban State University
Russia, Krasnodar
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8878-7263>
e-mail: uyki123@mail.ru

The author has read and approved the final manuscript.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted: 28.08.2020

Одобрена после рецензирования и доработки / Approved after reviewing and revision: 11.10.2020

Принята к публикации / Accepted for publication: 23.10.2020

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов./The author declares no conflicts of interests.