

Л.Б. СИМОНОВА
(Волгоград)

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК СИСТЕМООБРАЗУЮЩИЙ ФАКТОР ПРОДУКТИВНОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Капля эмоций может быть более эффективна,
чем тонна фактов*

Манфред Кетс де Врис

Рассматривается содержание структурных компонентов эмоционального интеллекта в педагогической деятельности.

Ключевые слова: эмоциональная компетентность педагога, эмоциональный интеллект, самопознание, самооценка, навыки контроля и влияния.

Эмоциональная напряженность педагогического труда – одна из важнейших психолого-педагогических проблем, решение которой актуально для профессионального и личностного роста учителя. Состояние эмоциональной напряженности характеризуется интенсивными эмоциональными переживаниями в ходе деятельности, оценочным, эмоциональным отношением человека к условиям ее протекания, снижает способности педагога к деятельности, способствует развитию специфических непродуктивных психических реакций. Эмоциональная напряженность сказывается на устойчивости поведения и на самоконтроле. В этом состоянии педагог чаще всего демонстрирует раздражительность, нетерпеливость, неуспех, что объясняется «внешними» причинами.

Повышение эмоциональной устойчивости и, как следствие, профессионального мастерства учителя возможно через развитие эмоционального интеллекта. Это, по мнению И.Н. Андреевой, «эмоциональная грамотность», «эмоциональная компетентность» педагога [1]. В настоящее время все больше вызывает к себе интерес проблема связи чувств и разума, эмоционального и рационального, их взаимодействия и взаимовлияния. Эмоциональный интеллект – это явление, которое объединяет в себе умение различать и понимать эмоции, управлять собственными эмоциональными состояниями и эмоциями своих партнеров по общению. Область изучения эмоционального интеллекта является сравнительно молодой и насчитывает чуть больше одного десятилетия. Эмоциональный интеллект выступает как системообразующий фактор продуктивности педагогической деятельности, опосредующий и приобретение профессиональных знаний и умений, и личностное развитие учителя и его учеников.

Слово *emotion* происходит от латинского *motere*, что значит «двигать». Конечно, эмоции движут людьми в разных сферах жизни. К основным компонентам эмоционального интеллекта относятся умения понимать собственные чувства, управлять ими, распознавать эмоции других и управлять ими. Выделяют и три наиболее важных вспомогательных навыка, которые формируют эмоциональный потенциал – способности активно слушать, понимать невербальную коммуникацию и адаптироваться к широкому спектру эмоций. Раскроем содержание данных структурных компонентов в педагогической деятельности.

Познание самого себя – первый шаг к эмоциональному развитию и, пожалуй, один из самых сложных. Рассмотрим самосознание через его составляющие: эмоциональное самосознание, самооценку, уверенность в себе.

Педагоги с высоким эмоциональным самосознанием прислушиваются к своим внутренним ощущениям и осознают воздействие своих чувств на собственное психологическое состояние и состояние учащихся. Они знают свои главные ценности и часто способны интуитивно выбрать лучший способ

поведения в сложной ситуации, воспринимая благодаря своему чутью картину в целом. Педагоги, наделенные развитым эмоциональным самосознанием, часто бывают справедливыми и искренними, способными открыто говорить о своих чувствах и верящими в свой идеал.

Значительную роль в познании себя играет точная самооценка. Педагоги с адекватной самооценкой обычно знают свои сильные стороны и осознают пределы своих возможностей. Они относятся к себе с юмором, с готовностью обучаются навыкам, которыми плохо владеют, приветствуют конструктивную критику своей работы, могут попросить о помощи и не замалчивают свои трудности. Точное знание собственных возможностей и способностей позволяет полноценно использовать свои сильные стороны. Уверенные в себе педагоги берутся за трудные задачи, не теряют ощущения реальности, обладают чувством собственного достоинства, которое выделяют их на фоне других. Уверенность в себе – это не что иное, как вера в себя. Она относится к уверенности в своих действиях, убеждениях и профессиональных качествах. Уверенность в себе является ключом к успешной и полноценной жизни.

Следующий шаг в развитии эмоционального интеллекта – научиться управлять своими эмоциями, т.е. научиться признавать целый спектр чувств, которые у нас есть (даже если они нам не нравятся), и обращаться с ними. Если педагог будет контролировать этот процесс, то он сможет использовать эмоции для достижения поставленной цели, может мотивировать себя. Даниэл Гоулман предлагает рассматривать самоконтроль через следующие составляющие: контроль эмоций, искреннее выражение своих чувств, умение адаптироваться, иметь волю к победе, инициативность, оптимизм [2].

Педагоги, обладающие навыком самоконтроля, находят способы контролировать свои разрушительные эмоции и импульсы и даже использовать их на пользу делу. Идеальный учитель – тот, кто способен управлять своими чувствами, сохранять спокойствие и рассудительность даже в условиях сильного стресса – он остается невозмутимым даже в том случае, когда сталкивается с проблематичной ситуацией.

Открытость. Люди, которые откровенны с собой и окружающими, живут в согласии со своими ценностями, открыто признают свои ошибки и неудачи и не закрывая на это глаза борются с неэтичным поведением других. Открытость – искреннее выражение своих чувств и убеждений – способствует честным отношениям.

Адаптивность. Умение быстро адаптироваться в ситуации – одно из важных качеств учителя. Если учитель обладает адаптивностью, то он способен принимать многообразные требования, не теряет активности в напряженной ситуации, чувствует себя комфортно в постоянно меняющихся условиях. Адаптивность обеспечивает в первую очередь гибкость мышления и оптимизм.

Воля к победе. Педагоги, которые обладают этим качеством, ориентируются на высокие личные стандарты, заставляющие их постоянно стремиться к совершенствованию – повышению качества собственной работы и эффективности деятельности учащихся. Они ставят перед собой цели, требующие усилий, и способны рассчитать риск так, чтобы цели эти были достижимыми. Признаком воли к победе является постоянное желание учиться самому и обучать других.

Инициативность. Это способность личности, выраженная в стремлении к самостоятельным общественным начинаниям, инициативе, активности, предприимчивости. Благодаря энтузиазму и инициативности появляются новые интересные идеи, которые находят воплощение в учебно-воспитательном процессе. Свежие решения и их реализация позволяют открывать новые возможности для развития и прочного становления. Здоровая напористость, отстаивание своих интересов, умение заметить возможность и вовремя ею воспользоваться – вот что отличает инициативного человека.

Оптимизм. Человек, заряженный оптимизмом, увидит в создавшейся ситуации благоприятную возможность, а не угрозу, а в грядущих переменах – изменения к лучшему. Такой учитель позитивно воспринимает других людей, ожидая от них самых лучших проявлений. Основными постулатами гуманного педагогического мышления являются вера в возможности ребенка; раскрытие самобытной

природы в ребенке; уважение и утверждение его личности; направление его на служение добру и справедливости.

Следующий компонент эмоционального интеллекта – социальная чуткость. Она раскрывается через такие понятия, как сопереживание и предупредительность.

Педагогическая эмпатия – понимание педагогом психических состояний, эмоций, чувств, переживаний учащихся – связана с сопереживанием. В отношениях между людьми проявляется эмоциональная и личностная открытость, психологический настрой на учет актуальных состояний друг друга, тот или иной уровень доверительности. Педагоги, обладающие способностью прислушиваться к чужим переживаниям, умеют настроиться на широкий диапазон эмоциональных сигналов. Это качество позволяет им понимать невысказанные чувства, они участливо относятся к окружающим и способны мысленно встать на место другого человека.

Предупредительность выступает в качестве способности быть деликатным, вежливым, тактичным, почтительным, заботливым. Педагоги, наделенные этой способностью, стремятся создать в коллективе благоприятный психологический климат.

Четвертый компонент эмоционального интеллекта – управление отношениями – может быть реализован через умения увлекать других, влиять на них, содействовать позитивным изменениям. В данную структуру входит и умение улаживать конфликты.

Умение увлекать других. Педагоги, обладающие такими качествами, ставят цели, выходящие за рамки повседневных задач, лично подают пример, способны увлекать, воодушевлять.

Влияние. Признаки способности оказывать влияние на людей многообразны: от умения выбрать верный тон при обращении к конкретному слушателю до способности привлечь на свою сторону заинтересованных лиц и добиться массовой поддержки своей инициативы.

Помощь в самосовершенствовании. Педагог, заинтересованный результатами своей деятельности, имеющий опыт развития человеческих способностей, проявляет неподдельный интерес к тем, кому он помогает совершенствоваться: видит их цели, достоинства и недостатки. Такие наставники способны своевременно дать своим подопечным ценный совет.

Содействие изменениям. Педагоги, которые умеют инициировать преобразования, способны разглядеть необходимость в изменениях, бросить вызов установившемуся порядку вещей и отстаивать новый. Они могут убедительно выступать в защиту преобразований даже перед лицом оппозиции, приводя веские доводы в пользу необходимости перемен. Они умеют находить практические способы преодоления препятствий, стоящих у них на пути.

Урегулирование конфликтов. Педагоги, которые искусно улаживают разногласия, умеют вызвать на откровенный разговор конфликтующие стороны; они способны понять разные мнения и затем нащупать точку соприкосновения – идеал, который смогут разделить все. Они выводят конфликт на поверхность, принимают чувства и позиции всех его участников, а затем направляют эту энергию в русло общего решения.

Таким образом, мы рассмотрели содержание четырех составляющих эмоционального интеллекта. Почему же так важно развивать эмоциональный интеллект? Исследователи установили, что около 80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% – всем известный IQ – коэффициент интеллекта, измеряющий степень умственных способностей человека [3]. Этот вывод ученых перевернул в середине 90-х гг. XX в. взгляды на природу личностного успеха и развития человеческих способностей. Низкий уровень эмоционального интеллекта способен привести к трудностям в осознании и определении собственных эмоций, а это повышает риск возникновения психосоматических заболеваний у детей и взрослых. Таким образом, умение разбираться в собственных чувствах и управлять ими является личностным фактором, укрепляющим психологическое и соматическое здоровье учителя и ребенка.

Литература

1. Андреева И.Н. Эмоциональная компетентность в работе учителя // Народное образование. 2006. №2. С. 216 – 223.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М. : АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир : ВКТ, 2010.
3. Кетс де Врис М. Мистика лидерства: Развитие эмоционального интеллекта. М. : Альпина Бизнес Букс, 2007.
4. Манойлова М.А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся. Псков : ПГПИ, 2004.



Emotional intellect as a system forming factor of educational work effectiveness

There are regarded the contents of structural components of emotional intellect in educational work.

Key words: *teacher's emotional competence, emotional intellect, self-knowledge, self-assessment, skills of control and influence.*