

Гиздиева Эльвира Рафгатовна

педагог-психолог

МАОУ «Инженерный лицей» г. Альметьевска

г. Альметьевск, Республика Татарстан

DOI 10.21661/r-554886

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ: ИНСТРУМЕНТ ЭФФЕКТИВНОГО МЕЖЛИЧНОСТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ

***Аннотация:** в статье рассмотрены особенности развития эмоционального интеллекта в психолого-педагогическом сопровождении субъектов образовательного процесса: обучающихся, педагогов и родителей.*

***Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, эмоциональная грамотность, эмоциональная компетентность, эмоциональная гибкость, управление эмоциями.*

Понятие «эмоциональный интеллект» в психологию впервые было введено американскими психологами Дж. Майером, Д. Карузо и П. Саловой. Эмоциональный интеллект выступает как механизм контроля поведения в качестве внутреннего ресурса саморегуляции эмоциональных состояний. Выступая в качестве предиктора осознанной саморегуляции, является внутренним индивидуальным ресурсом эмоциональной регуляции человека. Его структура представляется как умения:

- рефлексировать собственные эмоциональные состояния;
- управлять своими эмоциями;
- понимать эмоции и чувства других людей;
- управлять эмоциями других людей.

Подростки сталкиваются с большим числом трудностей. Это могут быть сложности в учебе, во взаимоотношениях с родителями, с учителями, со сверст-

никами. Эти проблемы способствуют возникновению тревог, страхов, обид, низкой самооценки, озлобленности. Ригидность психических процессов, отсутствие эмоциональной гибкости и грамотности, навыков саморегуляции психических процессов, могут привести к плачевным результатам. Поэтому одной из приоритетных задач педагогов – психологов образовательных учреждений является научить ребенка справляться с любыми жизненными трудностями без помощи психолога или взрослого. Развивать эмоциональную грамотность, гибкость, умения управлять своими эмоциями, осознанность, критическое мышление, уверенность в себе, ответственность за свою жизнь необходимо уже со ступени начального общего образования. Эмоциональный интеллект дает возможность сформировать эффективные способы межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, навыки работы в команде.

Известно, что психологическое благополучие ребенка напрямую связано с семьей. Поэтому работа по формированию педагогической родительской культуры, повышению психологической грамотности родителей является одной из самых приоритетных задач в работе педагога-психолога образовательных учреждений. Она заключается в проведении практикумов, в просветительской деятельности и индивидуальных консультациях. О необходимости формирования у родителей сознательного и целенаправленного поведения указывал А. Адлер [1]. В основе концепции лежат два основных принципа: отказ от борьбы с ребенком и учет его потребностей. В основе семейного воспитания согласно А. Адлеру, должно лежать взаимное уважение всех членов семьи. Он настаивал на формировании у родителей уважения к уникальности, индивидуальности и неприкосновенности детей. Наиболее типичными ошибками родителей в воспитании детей являются непродуктивные словесные реакции. Часто в общении с ребенком родители используют команды, нотации, обвинения, нравоучения и т. д. На примере «Кувшина эмоций» Ю.Б. Гипенрейтер [4] наиболее доступно можно разобрать неэффективность таких форм взаимодействия с ребенком, которые приводят лишь к формированию у ребенка оппозиционных форм поведения. Учитывая

потребности ребенка, не стесняясь говорить о своих чувствах родители учатся грамотно взаимодействовать со своим ребенком.

От психологической компетентности педагогов, от их эмоционального состояния так же зависит успешность образовательного процесса и благополучие ребенка в целом. Работа по повышению психологической грамотности и профилактике эмоционального выгорания педагогов является необходимым условием обеспечения комфортной образовательной среды образовательного учреждения. А.В. Долгополова, А.М. Манухина [3] считают, что необходимо помогать педагогам формировать не только осознанность и осмысленность профессиональной мотивации, но и развивать позитивное самоотношение, навыки саморегуляции эмоциональных состояний и навыки эффективного взаимодействия.

Н.А. Рыбакова [4] отмечает, что эмоциональная компетентность педагогов обеспечивается двумя компонентами: внутриличностным и межличностным. Внутриличностный аспект связан со способностью рефлексировать и регулировать собственные эмоции, а межличностный – ориентирован на эмоции партнеров по взаимодействию.

Таким образом, работа педагога-психолога должна быть ориентирована на развитие социальной и эмоциональной компетентности всех участников образовательного процесса. А это является одной из важнейших способностей, позволяющей достигать успехов в любой сфере.

Список литературы

1. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / Пер с англ.: А.А. Валеева и Р.А. Валеевой. (The Education of Children. Gateway Editions, Ltd South Bend Indiana, 1978). Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1998. – 448 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер – 2-е изд., испр. и доп.- М.: ЧеРо, 2004. – 240 с.
3. Долгополова А.В. Психолого-педагогическая профилактика эмоционального выгорания педагогов / А.В. Долгополова, А.М. Манухина // Вестн. Сам. гос. техн. ун-та. Сер. Психолого-педагогич. науки. – 2020. – №2 (46).

4. Рыбакова Н.А. Эмоциональная компетентность педагога: сущностная характеристика / Н.А. Рыбакова // Педагогика. Вопросы теории и практики. – 2019. – №4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnaya-kompetentnost-pedagoga-suschnostnaya-harakteristika>