

СЕЕН-ПРАКТИКИ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ

Жара Ганна Іванівна,

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту,
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка,
м. Чернігів, Україна

Актуальність проблеми. Нові стандарти професійної підготовки вчителів, які запроваджуються в Україні [3; 4], ставлять підвищені вимоги до розвитку їхньої емоційної сфери. Розвиток м'яких життєвих соціальних навичок (Soft Skills) як доповнення професійних навичок (Hard Skills) є пріоритетною задачею не тільки шкільної, але й професійної освіти.

Серед визначених проектом Професійного стандарту вчителя трудових функцій вказана «Партнерська взаємодія з учасниками освітнього процесу (Б)» [4]. До змісту професійних компетентностей за трудовою дією або групою трудових дій (Б2) віднесено емоційно-етичну компетентність. Серед здатностей вчителя, які є змістовим наповненням цієї компетентності, вказано «Б21. Здатність усвідомлювати особисті відчуття й почуття, управляти власними емоційними станами... обирати та реалізувати доцільну емоційну реакцію, залежно від комунікативної ситуації» [4].

З огляду на вказані вимоги, у процесі професійної підготовки важливо забезпечити майбутнього вчителя надійними інструментами, які б дозволили швидко і якісно вирішувати ці завдання залежно від умов змінної професійної ситуації.

Мета: розкрити практичні інструменти соціально-емоційно-етичного навчання (СЕЕН) майбутніх учителів та продемонструвати їхні можливості у збереженні індивідуального здоров'я.

Виклад основного матеріалу. Розвиток емоційно-етичної компетентності вчителя тісно пов'язаний з рівнем емоційного інтелекту, який, у свою чергу, визначає здатність особистості до розвитку Soft Skills. Людина з розвиненими м'якими навичками і високим рівнем емоційного інтелекту має самостійне мислення, живе «тут і зараз», орієнтована на інших, товариська, здатна до безконфліктного розв'язання проблем, колективної взаємодії рівно як і до автономної роботи. Однак, діагностика емоційного інтелекту студентів випускних курсів освітнього рівня «магістр» – майбутніх учителів – протягом 2015–2020 років показала, що лише 11,7% із них мають високий рівень емоційного інтелекту; натомість респондентів із низьким рівнем виявлено понад 69,2%. За результатами діагностики, опитування й бесід зі студентами дійшли висновку, що наявна сучасна система освіти, як шкільної, так і університетської, ще й досі здебільшого орієнтована на розвиток Hard Skills, із нехтуванням або цілеспрямованим пригніченням Soft Skills. Студенти скаржаться на недостатню гнучкість і практичну спрямованість освітніх програм, стандартизований підхід до викладання і репродуктивно-авторитарні методи навчання.

Усі ці чинники спрямували автора на пошук інструментів для розвитку емоційного інтелекту майбутніх учителів як необхідної передумови до формування, з одного боку, емоційно-етичної компетентності, а з іншого – компетентності індивідуального здоров'язбереження, які є складовими професійної компетентності вчителя. Одним із таких інструментів було обрано шкалу емоційних тонів як вимір світосприйняття і показник життєздатності людини [1].

У межах викладання курсу «Технології індивідуального здоров'язбереження і профілактика професійного вигорання» [2] студенти навчаються використовувати шкалу емоційних тонів як інструмент для індивідуального здоров'язбереження.

Шкала емоційних тонів умовно розподіляє емоції людини на 5 світів:

- *Світ страшний* – там зосереджені найнижчі емоції, які історично формувалися у процесі виживання людини – наприклад, апатія, самоприпинення, горе, страх, тривожність тощо.

- *Світ ворожий* – складається здебільшого із руйнівних емоцій, таких, як прихована і відкрита ворожість, висловлене і невисловлене обурення, відсутність співчуття, біль тощо.

- *Світ звичайний* – містить більш нейтральні, але все ж таки недостатньо продуктивні емоції, такі, як антагонізм, монотонність, нудьга і незацікавленість.

- *Світ хороший* – представлений продуктивними емоціями, такими, як задоволеність, помірна цікавість, консерватизм, інтерес.

- *Світ прекрасний* – найвищі емоції – веселість, ентузіазм.

Розрізняють хронічний і ситуаційний емоційний тони. Хронічний емоційний тон – це той тон, у якому людина перебуває більшу частину часу. Чим вищий хронічний емоційний тон людини, тим продуктивніше вона працює, тим ефективніше здатна налагоджувати комунікацію і співпрацювати з іншими, тим менше хворіє. Людина, що живе у світі прекрасному, не хворіє абсолютно; у світі хорошому – хворіє дуже рідко (один раз на три – п'ять, і навіть десять років); у світі звичайному – зазвичай до трьох разів на рік (медики це вважають нормою); у світі ворожому – хворіє часто і гостро (можуть розвиватись запальні процеси, інфекційні захворювання, виникати травми тощо); у світі страшному – часто, хронічно і подовгу, з ускладненнями і рецидивами.

У ситуаційний емоційний тон людина потрапляє тимчасово, в залежності від зовнішніх обставин. Він може коливатись вверх-вниз по шкалі. Як раз на визначенні і регуляції ситуаційного емоційного тону базується навчання управляти емоціями – своїми та чужими.

Під час занять зі студентами нами використовується декілька вправ, які дозволяють сформувати у майбутніх учителів усі складові емоційного інтелекту. Спочатку студентам пояснюється сутність різних емоцій, формується вміння розпізнавати силу прояву кожної емоції. На практиці відпрацьовується здатність розпізнавати емоції (свої та інших). Після цього студенти знайомляться зі шкалою емоційних тонів і навчаються використовувати її для

управління емоціями (правильно розпізнавати ситуаційний емоційний тон співрозмовника, вести конструктивний діалог, піднімаючи його на 1-2 сходинки вище за шкалою), вибудовуючи таким чином шлях до порозуміння і безконфліктної взаємодії. Наостанок студенти отримують інструменти для саморегуляції – секрети входження у потрібний емоційний тон за допомогою тілесних СЕЕН-практик [2, с. 57–65].

Висновки. Після вивчення описаної теми учасники:

- здійснюють рефлексію власного емоційного досвіду і розуміють причини коливань у стані власного здоров'я;
- отримують дієвий інструмент для управління своїми і чужими емоціями у різних професійних ситуаціях;
- навчаються саморегуляції у системі «тіло – емоції – стосунки»;
- удосконалюють навички розпізнавання емоцій інших людей – найважливішої складової емоційного інтелекту;
- можуть налагодити корпоративну етичну взаємодію з колегами, учнями, їх батьками в освітньому процесі.

Література

1. Емоційні тони – міра твоєї життєдайності! URL : <https://7promeniv.com.ua/psykholohichna-dopomoha/statti-pro-psykholohiiu/1416-emotsiini-tony.html> (доступ на 01.06.2020).

2. Жара Г. І. Технології індивідуального здоров'язбереження і профілактика професійного вигорання вчителя: навчальний посібник для студентів педагогічних ЗВО. / Чернігів, 2017. 136 с.

3. Професійний стандарт «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти». Затверджено Наказом Міністерства соціальної політики України 10.08.2018 року № 1143. URL : <http://nus.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/20180815.pdf>

4. Професійний стандарт вчителя (проект). URL : <https://mon.gov.ua/ua/news/mon-rozrobilo-novij-profesijnij-standart-vchitelya-dokument-na-gromadskomu-obgovorenni>(доступ на 01.06.2020).

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ У СУСПІЛЬСТВО

Олійник Галина Михайлівна,

кандидат педагогічних наук,

викладач кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи

Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка,

м. Тернопіль, Україна

Актуальність проблеми. Інтеграція у суспільство дітей з особливими освітніми потребами є вимогою часу, важливим кроком до реалізації їх прав і свобод. Протягом тривалого часу вони були позбавлені можливості вести повноцінне життя внаслідок наявності вад фізичного або психічного розвитку. Державна підтримка цієї категорії громадян зводиться до надання матеріальних