



Управление образования администрации города Канска

*КГАОУ ДПО (ПК)С «Красноярский краевой институт
повышения квалификации и профессиональной
переподготовки работников образования»*

*ФГБОУ ВО «Красноярский государственный
педагогический университет им. В.П. Астафьева»*

***XII педагогическая конференция
работников муниципальных
образовательных учреждений г. Канска
и группы восточных районов
Красноярского края***

***“Инновационный опыт -
основа системных изменений”***



28 марта 2018 года

Проект «Эмоциональная разгрузка»

*Славицкий О.В., заместитель директора по воспитательной работе
МОБУ Тальская СОШ, с. Талое, Ирбейский район*

Психологический климат в образовательном учреждении – одна из существенных его характеристик. По нему часто судят о педагогической состоятельности образовательного учреждения и его потенциальных возможностях.

МОБУ Тальская СОШ функционирует в сложных социально-экономических условиях: на территории, которая закреплена за школой, нет ни одного предприятия, единственным культурным центром является сама школа. Низкий образовательный уровень окружающего социума и родителей приводит к низкому уровню мотивации к обучению. Нет учреждений дополнительного образования. В результате огромного объема обязанностей рабочий день учителя перегружен, контрольные и проверочные работы часто дают невысокие результаты, не совпадающие с запланированными. Все это приводит к физической и психологической усталости, к неудовлетворенности в своей педагогической деятельности, эмоциональному срыву.

Анализ результатов анкетирования показал, что 67 % педагогов испытывают во время проведения уроков раздражительность, 37 % повышают голос на учащихся, 28 %

59

конфликтуют с коллегами. Все педагоги считают, что это снижает качество образования и приводит к неудовлетворенности педагогической деятельностью.

Если не предпринимать никаких действий, то чрезмерная личная напряженность учителя проявляется в ранимости, самолюбии и мелочных обидах, неуверенности в себе, склонности к соперничеству, постоянном опасении оказаться несостоятельным и, в конечном счете, нежеланию работать. Между учениками и педагогами не сформируется сотрудничество. Не будут созданы дружеские взаимные отношения с одноклассниками, не будет удовлетворенности школьников жизнедеятельностью класса. Не будет необходимого психологического комфорта и благоприятных предпосылок успешной учебы.

60% учителей хотят получать эмоциональную разгрузку, научиться справляться со стрессом, быть эмоционально устойчивыми.

Возникла идея разработки и реализации в МОБУ Тальская СОШ проекта – «Эмоциональная разгрузка». Проект реализуется в рамках федеральной программы развития образования при поддержке Красноярского института повышения квалификации.

Основная идея: организация проведения семинаров, тренингов, участие в которых поможет понизить уровень «профессионального выгорания» педагога, уменьшит эмоциональную нагрузку, разовьет коммуникацию.

Педагоги станут с энтузиазмом относиться к преподаваемому предмету, пробудят к нему живой интерес, поверят в способности своих учеников.

Изменяясь взаимоотношения, юмор, подлинность эмоциональных проявлений, искреннее сопереживание ученикам и умение укреплять у них чувство самоуважения станут основой взаимоотношений. Такие учителя притягивают к себе учеников, вызывают любовь и заслуженный авторитет. Умение проводить эмоциональную разгрузку улучшит взаимодействие всех участников образовательного процесса.

Благополучателями в данном проекте станут родители, ученики, администрация, так как процесс обучения будет носить характер сотрудничества, повысится мотивация к обучению, изменится отношение родителей к школе. Администрации будет проще управлять образовательным процессом.

Цель: научить педагогов эмоциональной разгрузке через формирование компетенции эмоционального интеллекта, эмпатии.

Задачи:

1. Создать инициативную группу по разработке и реализации проекта.
2. Провести анкетирование с целью выявления эмоционального состояния педагогов.
3. Подготовить специалиста, владеющего компетенцией эмоционального интеллекта.
4. Провести обучающие семинары по владению компетенцией эмоционального интеллекта участниками.
5. Провести тренинги по освоению техник самостоятельной эмоциональной разгрузке.
6. Провести мониторинг результатов применения компетенции эмоционального интеллекта.

Целевые группы:

Проект направлен на педагогов школы, стаж работы которых от года до сорока лет, средний возраст 45 лет, 21% составляют мужчины.

Критерии измерения результативности реализации практики:

- понижение раздражительности педагогов во время проведения уроков;
- умение педагогами управлять своими эмоциями;
- чувство значимости в профессии;
- повышение у обучающихся мотивация к обучению;
- изменение формы взаимодействия на уроках и внеурочной деятельности – (наблюдается сотрудничество).

Проект рассчитан на один год. Директором школы были организованы курсы по формированию эмоционального интеллекта. Педагог-психолог разработала и провела ряд семинаров и тренингов, направленных на эмоциональную разгрузку.

Промежуточное анкетирование педагогов, констатирует факт роста умений распознавать эмоции обучающихся и коллег у 30 % педагогов. Отмечают приобретение

умения контролировать свои эмоции 18%, улучшение эмоционального состояния после тренингов 100%.

Обучающиеся отмечают, что 40% педагогов стали совсем редко повышать голос на уроках, у 8% педагогов стало на уроке комфортно, авторитарный стиль чаще переходит в сотрудничество.

Все педагоги, участники проекта, отмечают, что они стали чаще обращать внимание на эмоциональное состояние учеников и это помогает повысить мотивацию обучения. Классные руководители (4%) поделились опытом эмоциональной разгрузки с обучающимися.

Вывод: проект «Эмоциональная разгрузка» является одной из практик, которая вносит изменение в образовательную среду школы для достижения новых образовательных результатов. Так как в результате улучшается взаимодействие всех участников образовательного процесса, понижается уровень «профессионального выгорания» педагога, уменьшается эмоциональная нагрузка, появится мотивация к работе; изменится эмоциональная подача урока; на уроках будет атмосфера сотрудничества; профессиональная идентичность.