Муниципальное Бюджетное Дошкольное Учреждение Детский сад общеразвивающего вида №5 «Калинка»

п. Энем Республика Адыгея

Доклад

на тему:

«Эмоциональная культура педагога, как показатель профессиональной компетенции»

Подготовила: воспитатель высшей категорий Чениб Зейниб Рамазановна

Воспитатель - это волшебник, который открывает детям дверь в мир взрослых. И от того, что знает и умеет воспитатель, зависит и то, чему и как он научит свих воспитанников.

К. Гельветский

**Работа педагога требует от него огромных душевных сил. Поэтому в педагогической деятельности особую актуальность приобретает вопрос об эмоциональной культуре педагога.** Эмоциональная культура отражает уровень профессионального мастерства.

В системе образования, профессия педагога является преобразующей и управляющей. А для того, чтобы управлять процессом развития личности, нужно быть компетентным. Профессиональная компетентность педагога — это единство его теоретической и практической готовности к осуществлению педагогической деятельности и характеризующей его профессионализм.

Профессиональная компетентность педагога включает перечень знаний, умений и навыков, необходимых для выполнения педагогической деятельности. Поэтому в рамках личностно-ориентированного подхода к обучению и воспитанию особую актуальность приобретает вопрос об эмоциональной культуре педагога

Важнейшими показателями эмоциональной культуры педагога является высокий уровень развития эмоциональной устойчивости, эмпатии, эмоциональной гибкости.

**Эмоциональная устойчивость** ― способность человека противостоять неблагоприятным факторам, преодолевать состояние эмоционального возбуждения и быстро возвращаться к состоянию душевного равновесия после стресса. Для эмоционально устойчивого человека каждая стрессовая ситуация как тренировка. Он становится сильнее, мудрее, более здраво подходит к решению проблем и спокойно переносит все превратности судьбы. Устойчивость к стрессу - важный фактор сохранения нормальной работоспособности педагога, эффективного взаимодействия с детьми и родителями.

**Эмоциональная гибкость** проявляется в способности «оживлять» подлинные эмоции, контролировать отрицательные, проявлять творчество. Данное качество называется также динамизмом.

**Эмпатия ―** включает в себя отражение и понимание эмоционального состояния другого человека, сопереживание или сочувствие другому и активное помогающее поведение. Основу эмпатии составляют: эмоциональная отзывчивость, разум и рациональное восприятие окружающего.

Современный педагог работает в условиях больших психических и эмоциональных нагрузок. Он почти ежедневно сталкивается с различного рода конфликтными, эмоционально напряжёнными ситуациями, которые требуют умения владеть собой, сохранять способность к деятельности в эмоциональных ситуациях.

Эмоциональная компетентность педагога связана с эмоциональным интеллектом и основана на нем. Определенный уровень эмоционального интеллекта необходим для обучения конкретным компетенциям, связанным с эмоциями.

Эмоциональная компетентность – это способность осознавать и признавать собственные чувства, а также чувства других. Для самомотивации, для управления своими эмоциями внутри себя и в отношениях с другими.

Педагогам, которые лучше способны управлять своими эмоциями, легче развивать такие компетенции как инициативность и способность работать в стрессовой ситуации. Именно формирование эмоциональных компетенций необходимо для прогноза успешности в работе.

Деятельность педагога В.А.Сухомлинский называет «работой сердца и нервов»: «…это буквально ежедневное и ежечасное расходование огромных душевных сил». Ученый считает умение владеть собой, держать себя в руках одним из самых необходимых умений, от которого зависит успех деятельности педагога и его здоровье. «Это умение надо воспитывать в себе, создавать, совершенствовать, «отшлифовывать», делать более тонким и действенным».

Подлинные профессионалы педагогического труда культивируют теплые, эмоционально окрашенные взаимоотношения с детьми, имеют высокий уровень эмоциональной культуры.

Эмоциональная культура педагога предполагает высокий уровень развития таких профессионально значимых качеств его личности, как эмоциональная устойчивость, эмоциональная экспрессивность и эмоциональная отзывчивость.

Рассмотрим основные составляющие эмоциональной культуры педагога:

Одним из наиболее важных показателей эмоциональной культуры педагога является *эмоциональная устойчивость*. Высокий уровень развития эмоциональной устойчивости педагога позволяет противостоять развитию синдрома «эмоционального выгорания» и эмоциональной напряженности в профессиональной деятельности.

Повышение собственного наличного уровня эмоциональной устойчивости способствует достижению определенного внутриличностного комфорта, сохранению психологического здоровья и оптимального взаимодействия с окружающими людьми.

***Эмпатия***– образование системное, которое включает отражение и понимание эмоционального состояния другого человека, сопереживание или сочувствие другому и активное помогающее поведение. Эта способность педагога находит своё выражение в таких характеристиках как доброжелательность, уважение к детям, чуткость и заботливость, отзывчивость, эмоциональная восприимчивость и понимание.

При этом эмпатия должна носить некоторый оттенок интеллектуальности, т. е. уметь сопереживать, но не растворяться в чувствах другого. Только в этом случае проявление эмпатии не способствует развитию синдрома *«эмоционального выгорания»*.

Согласно современным данным, под «эмоциональным выгоранием» понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Под эмоциональным истощением понимается чувство эмоциональной опустошенности и усталости, вызванное собственной работой.

Педагог с неразвитой эмпатией нередко допускает педагогическую бестактность, неспособность стать на место ребёнка, прибегает к неоправданным наказаниям.

Не может быть хорошим воспитатель, который не владеет мимикой, который не может придать своему лицу необходимого выражения или сдержать свое настроение. Воспитатель должен уметь организовывать, ходить, шутить, быть веселым, сердитым. Воспитатель должен себя так вести, чтобы каждое движение его воспитывало, и всегда должен знать, чего он хочет в данный момент и чего он не хочет. Если воспитатель не знает этого, кого он может воспитывать? АС Макаренко

Важным элементом эмоциональной культуры педагога является эмоциональная выразительность, заложенная в движениях, жестах, походке, мимике, речи педагога, т.е. *эмоциональная экспрессивность*.

Положительное, комфортное общение педагога с детьми возможно при должном уровне развития умения выразить свои чувства, свой внутренний мир.

Дети любят людей с доброжелательным выражением лица, высоким уровнем внешней эмоциональности. Экспрессивно выраженная доброжелательность, искренняя и открытая улыбка располагает к диалогу, способствует установлению контакта с ребёнком.

**Коммуникативная культура педагога включает:**

- умение устанавливать эмоциональный контакт, завоевывать инициативу в общении,

- управлять своими эмоциями, преодолевать волнение, нерешительность, сдерживаться,

- создавать необходимое настроение, а также наблюдательность и переключаемость внимания,

- понимание психологического состояния воспитанника по внешним признакам, речевые (вербальные) и неречевые (невербальные) умения коммуникации.

Эмоционально богатый педагог стремится к свободному проявлению положительных эмоций. Если педагог часто выражает эмоции радости, то ребенку передается уверенность и радостное восприятие жизни.

Повторяющиеся положительные эмоции способствуют развитию эмоциональной устойчивости, придают уверенность в своих силах, снимают излишнее напряжение, способствуют преодолению трудностей.

Эмоциональная культура отражает уровень профессионального мастерства, эмоциональную зрелость личности и влияет на имидж педагога.

В нём должен присутствовать педагогический такт, самоконтроль эмоционального состояния и внешней экспрессии. В результате позитивного отношения со стороны педагога и активного проявления этого отношения (экспрессии) происходит повышение самооценки ребёнка, а также профилактика стрессовых состояний взрослого и ребенка в педагогическом процессе.

Любовь к детям, уважение и требовательность к ним, высокий профессионализм и научно-педагогическая подготовленность, умение найти эффективные воспитательные воздействия на личность, высокий уровень внешней и внутренней культуры – вот основные особенности профессиональной этики педагога

**Литература:**

1. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М., 1996.

2. Маслач К. Профессиональное выгорание: как люди справляются. Статья 1978. Интернет.

3. Масленникова В. Ш., Юдин В. П. Педагог и культура. Казань, 1994.

4. Резниченко М. Г. Введение в педагогическую деятельность. Самара, 2003.

5. Семёнова Е. М. Тренинг эмоциональной устойчивости. М, 2002.

**Приложение №1**

Для снятия излишнего **э**моционального напряжения в профессиональной деятельности большую роль играет систематическая работа по повышению уровня эмоциональной культуры педагога. Важнейшими её показателями являются эмоциональная устойчивость, эмоциональная отзывчивость, эмоциональная выразительность.

1. **Упражнение** «**Приветствие.»**

***Цель: активизация положительных эмоций, настрой на совместную работу***

Для того чтобы отвлечься, я хочу предложить вам поиграть со мной в одну очень интересную игру. В этой игре вам необходимо выполнять мои команды очень быстро.

Приготовились. В течении трех секунд, найдите себе партнера. Сейчас я буду говорить вам, чем вы будете очень быстро касаться своего партнёра:

- Нога к ноге!

- Плечо к плечу**!**

- Ладонь к ладони!

- Улыбнитесь друг другу!

**Какие чувства вы испытали во время игры**? *(ответы)*. Веселье, азарт, восторг, брезгливость, удивление. Другими словами, как назвать эти состояния? *(Эмоции)*. Все эмоции подразделяются на два вида. На какие? *(положительные и отрицательные)*.

**2.Упражнение на эмоциональную отзывчивость *«Любящий взгляд»***

Один из участников выходит за дверь. Его задача – определить, кто из группы будет смотреть на него *«любящим»* взглядом.

Ведущий в его отсутствие выбирает для этой цели двух-трех человек. Затем выбирается другой отгадывающий. Количество смотрящих *«любящим»* взглядом увеличивается.

Повышение эмоциональной окрашенности речи педагога достигается за счет ее интонационного разнообразия. Чем богаче палитра голосовых оттенков, тем выразительнее и доступнее сообщаемая информация. К примеру, А. С. Макаренко стал считать себя настоящим мастером, когда научился говорить «иди сюда» с двадцатью оттенками.

***3.Игра-задание «Выразительная речь».***

Педагогу важно владеть собой, регулировать свое эмоциональное состояние. И все это ярко выражается через слово и мимику.

**1-й команде: *Произнесите фразу «Иди сюда»***

1. громко
2. возмущенно
3. радостно
4. таинственно

**2-й команде:*Скажите «Молодец»***

1. тихо
2. громко, ласково
3. удивленно
4. радостно

4. **Упражнение «Шарик» (работа с гневом)**

**Цель: помочь осознать, как можно контролировать гнев.**

**1.** Надуйте воздушный шарик и держите так, чтобы он не сдувался.

Представьте себе, что шарик - это ваше тело, а воздух внутри шарика -это ваш гнев или злость.

Как вы думаете, что случится с шариком, если его сейчас выпустить из рук? (Он улетит.)

**2** Отпустите шарик и проследите за ним. (Участники отпускают шарик. Он быстро перемещается из стороны в сторону.)

Заметили, что шарик был совершенно неуправляемым? Так бывает и со злым человеком. Он может совершать поступки, не контролируя их. Может обидеть или даже ударить кого-нибудь.

**3** Теперь надуйте другой шарик и попробуйте выпускать из него воздух маленькими порциями» (Участники выполняют задание.)

Что теперь происходит с шариком? (Он сдувается)

А что происходит с гневом внутри шарика? Можно им управлять? (Он выходит из него. И этим гневом можно управлять.)

Так и человек должен учиться управлять своим гневом для того, чтобы не навредить окружающим людям и себе.

5. **Упражнение «Калоши счастья»**

***Цель:* развитие позитивного мышления педагогов**.

Я хочу предложить вам поиграть в игру, которая называется «Калоши счастья».

У Андерсена есть сказка с таким же названием. В этой сказке Фее подарили на день рождения калоши счастья, которые она решила отдать людям, чтобы те стали счастливее. Человек, который надевал эти калоши, становился самым счастливым человеком. Калоши исполняли все его желания, он мог перенестись в любое время или эпоху.

Итак, я предлагаю вам обуть эти калоши и стать счастливым человеком.

Я также буду зачитывать вам различные ситуации, а ваша задача, надев эти калоши, найти в ситуации, предложенной вам, позитивные стороны. Другими словами, посмотрите на ситуацию глазами счастливого человека-оптимиста.

Участники получают эмоциональную разрядку и позитивный настрой.

***Карточки с предложенными ситуациями и возможными вариантами ответов к игре «Калоши счастья»***

**1**.Заведующий отчитал вас за плохо выполненную работу.

• Я сделаю соответствующие выводы и постараюсь не допускать ошибок.

• В следующий раз постараюсь выполнять свою работу лучше.

**2**.Вам предстоит пройти курсы переподготовки и получить высшее дошкольное образование.

• Это хорошая возможность освоить новые методы работы с детьми.

**3**.Вам выпала честь представлять свой детский сад на конкурсе педагогического мастерства**.**

• Есть возможность попробовать свои силы.

**4**.На работе задержали зарплату.

• Можно сэкономить на чем-то.

• Можно теперь сесть на диету.

**5.**По дороге на работу Вы сломали каблук.

• Хороший повод купить новые сапоги.

• Пройдусь босиком.

• Ситуация вызовет сочувствие коллег.

**6**.Большинство ваших воспитанников на открытом занятии показали себя очень слабо.

• Хорошая возможность проанализировать, какой материал дети недостаточно хорошо усвоили.

**7.**Вы попали под сокращение**.**

• Хорошая возможность заняться чем-то другим, сменить род профессиональной деятельности.

• Новый коллектив, новые перспективы.

**8.**В группу поступил гиперактивный ребенок.

• Есть возможность попробовать свои силы в работе с такими воспитанниками.

• Это хорошая возможность освоить новые методы работы с группой.

**Вопросы рефлексии (рефлексивный кубик)**

• *Трудно ли вам было отвечать?*

*• Как вы себя сейчас чувствуете?*

*• Какие у вас сейчас ощущения?*

Вопросы наклеиваются на грани кубика. Участники выбирают один вопрос путем перекидывания кубика друг другу и отвечают на него.

***Заключительная часть. Упражнение “Раскрасим сердце”.***

Роль положительных **эмоций велика:** они воодушевляют человека в его творческих поисках и смелых дерзаниях, заставляют смотреть на мир добрым, открытым взглядом. От того, кто будет воспитывать ребенка, зависит его будущее, его мировозрение, вся его жизнь.

Воспитатель детского сада - это состояние души. Он дарит детям тепло своего сердца.

Положите руку на сердце. Послушайте, как бьётся ваше сердце… Оно полно жизни, добра, любви…Посмотрите, вы видите одно большое сердце, сердце педагога, в котором каждому из вас есть место. Давайте “раскрасим” его цветами любви, нежности, добра, ласки. У вас на столах лежат сердечки разных цветов. Возьмите сердечко того цвета, который выражает цвет вашего настроения, напишите свои пожелания и приклейте к большому сердцу.

Благодарю всех за внимание.