

Слайд 1

Наставник – важное звено образовательной организации. От его подхода к научению зависит качество подготовки молодого педагога.

Обучение никогда не происходит только на уровне действий и понимания. Взаимодействие с наставником всегда сопровождается эмоциями.

Слайд 2

Во внутреннем мире наставляемого разворачивается эмоциональная симфония

Да и у наставника происходит нечто похожее, он может изумляться или раздражаться или испытывать интерес.

Обучение и восприятие нового начинается в срединных отделах головного мозга, там, где рождаются эмоции и базируется долговременная память. Игнорировать эмоции – значит использовать возможности и способности наставляемого не в полном объеме. Человек это – и эмоции, и мысли, и действия. Если мы что-то исключим, то будем действовать в искаженной нами действительности, воспринимая наставляемого как емкость для информации.

Слайд 3

Эмоции нужно не только распознать, но еще и понять, откуда они пришли, как они возникли, к чему они могут привести. И потом уже использовать всю эту информацию при принятии решений.

Таким образом, важную роль в наставничестве играет эмоциональный интеллект наставника. Об этом сегодня мой мастер-класс.

Слайд 4

Эмоциональный интеллект – это когнитивная способность, а не просто наличие эмоций. Это способность объединить ум, логику и эмоции. Это способность анализировать свои и чужие эмоции. Зреть в корень, предвидеть, как дальше могут развиваться события. Обработать информацию, проанализировать и привести к той ситуации, которая нужна именно вам.

Быть эмоциональным и иметь высокий уровень эмоционального интеллекта – это две разные вещи. Эмоциональный интеллект – это способность достигать цели в профессиональной и личной жизни.

Эмоциональный интеллект – способность, данная человеку от природы, но его может развить в себе каждый из нас. Главное – иметь четкую мотивацию и желание изучить свои эмоции и эмоции окружающих, а также управлять ими и направлять в нужное русло.

Слайд 5

Наставнику важно воспринимать свои эмоции и отношение к происходящему, к людям, которые включены в процесс наставничества, к изучаемому материалу и способу работы. Наставнику важно понимать, почему возникла та или иная эмоция у наставляемого или у него самого. Имея контакт со своими эмоциями, наставник легко поможет справиться с его эмоциональными переживаниями наставляемого – выявить причины беспокойства и тревоги, факторы раздражения, исследовать, что вызывает интерес, а что скуку и неприязнь.

Если наставник умеет управлять своими эмоциями, справляться с гневом и раздражительностью, не допускать скуку в работе, поддерживать живой интерес к обучению, то наставляемый охотно вовлекается в процесс обучения и показывает высокие результаты работы.

Слайд 6

Для того чтобы стать грамотным наставником, необходимо управлять эмоциями, но как именно и что конкретно нужно развивать, чтобы этому научиться? Изучим модель эмоционального интеллекта, которая включает в себя 5 важных компонентов:

- **Самоосознанность** (способность понимать и распознавать свои эмоции, настроение)
- **Мотивация** (стремление достигать успехов в работе, склонность к достижению поставленных целей)
- **Социальные навыки общения** (умение управлять взаимоотношениями, выстраивать социальные связи и оказывать влияние на других людей)
- **Эмпатия** (способность понимания текущего эмоционального состояния других людей и сопереживанию)
- **Самоконтроль** (способность контролировать или перенаправлять разрушительные импульсы и эмоции, воздерживаться от поспешных суждений, думать перед тем, как действовать)

Первые два пункта относятся исключительно к тому, что происходит у нас внутри, когда мы оказываемся наедине со своими чувствами и мыслями или же в определенных социальных ситуациях. Другие три — это внешние компоненты, которые тесно связаны с окружением и социальными контактами.

Все эти составляющие важны для комплексного развития эмоционального интеллекта наставника, однако самую важную роль играют самоосознанность и управление своими эмоциями.

Слайд 7

Чем лучше у вас они развиты, тем вы больше склонны к рефлексии и управлению собственными эмоциями. Если наставник умеет управлять своими эмоциями, справляться с гневом и раздражительностью, не допускать скуку в работе, поддерживать живой интерес к обучению, то наставляемый охотно вовлекается в процесс обучения и показывает высокие результаты работы.

Слайд 8

Хочется Отдельно отметить такую эмоцию, как «интерес» наставляемого. Это важная и необходимая эмоция. Если наставнику удалось пробудить эмоцию интереса у ученика, то весь процесс обучения будет идти легко и эффективно.

Слайд 9

Предлагаю некоторые рекомендации, которые помогут исключить помехи и преграды, блокирующие эмоцию интереса:

- сохраняйте и поддерживайте уважительные взаимоотношения
- не допускайте чрезмерных перегрузок
- внимательно относитесь к затруднениям наставляемого
- сразу обсуждайте все сомнения, затруднения и беспокойства обучающегося
- укрепляйте уверенность обучающегося в том, что он сможет справиться с задачей
- поддерживайте попытки самостоятельности и инициативы;
- активизируйте творческие способности обучающихся;
- создавайте ситуации, когда обучающийся сам ищет ответ на вопрос.

Слайд 10

А сейчас предлагаю к просмотру и размышлению отрывок из известного мультфильма в педагогических слоях «Первый полёт».

Что вы увидели в это мультфильме? Кого? Кто он главный герой? Какие эмоции вы увидели у мужчины? У птички? Обладает ли мужчина эмоциональным интеллектом? (5 основных показателей)

Как вы думаете, если бы мужчина не обладал эмоциональным интеллектом, случился бы этот полёт?

Слайд 11

Эмоциональный интеллект – это способность, данная человеку от природы и существует множество методик и тестов определения эмоционального интеллекта. К примеру, тест на эмоциональный интеллект по методике Николаса Холла показывает, как вы используете эмоции в своей жизни, и учитывает разные стороны эмоционального интеллекта: отношение к себе и к другим, способности к общению, отношение к жизни и поиски гармонии.

Так же на экране вы видите признаки эмоционального интеллекта по итогам исследования психолога Тони Роббинса.

Слайд 12

Эмоциональный интеллект может развить в себе каждый из нас – главное иметь чёткую мотивацию и желание изучить свои эмоции и эмоции окружающих, управлять ими и направлять в нужное русло.

Слайд 13

Упражнение для эмоциональной устойчивости «Назойливая муха»

Сядьте удобно. Руки свободно положите на колени, плечи и голову опустите, закройте глаза. Представьте, что на ваше лицо пытается сесть назойливая муха. Она садится то на нос, то на губы, то на лоб, то на глаза. Ваша задача, не открывая глаз, согнать назойливое насекомое. Через пару минут напряжение с мышц лица уходит, а вместе с ним раздражение.

Слайд 14

Упражнение «Зеркало». Участники группы разбиваются на пары.

Инструкция: «Один из участников пары будет человеком, смотрящимся в зеркало, а второй – отражением. Человек, оказавшись перед «зеркалом», показывает эмоции. «Отражение» повторяет как можно точнее все выражения лица человека». Через три - четыре минуты тренер предлагает партнерам поменяться ролями.

После завершения упражнения можно задать группе такие вопросы: «Насколько точно вам удавалось распознавать чувства и эмоции вашего партнера и воспроизводить их?», «Какие трудности у вас возникали в процессе выполнения упражнения?». «Кем было легче?». Подводится итог об индивидуальных особенностях восприятия, понимания и выражении чужих эмоций. Вывод: человек должен уметь выражать свои эмоции и понимать чужие эмоции – это и есть проявление развитого эмоционального интеллекта.

Слайд 15

Развивайте эмоциональный интеллект и это позволит вам раскрыть все способности и таланты наставляемого, сделать процесс наставничества увлекательным квестом, драйвовым приключением, которое наполнит рабочие будни яркими красками, замотивирует на успех, зарядит энергией.

Закончить наше занятие хотелось бы притчей.

ПРИТЧА КАМИН

Жил-был на свете Камин. Надежный, ладный, ответственный, а еще очень щедрый. Огромная потребность отдавать была у этого Камина. Про такого, как он, говорят: «Последнюю рубаху, не задумываясь, отдаст». Здорово, что потребность Камина совпадала с его предназначением отдавать свое тепло, согревать других. Люди в суровую морозную зиму или сырую, слякотную осень были очень рады погреться у Камина. Они были очень ему благодарны и на все лады расхваливали его.

Ах, какой хороший, какой замечательный наш Камин!

Какой он щедрый! Какой бескорыстный! Все отдает и никогда ничего не просит.

Что бы мы без него делали!

Очень такие речи Камину нравились, приятно было, когда хвалят, он даже глаза закрывал от удовольствия. И возомнил наш Камин о себе, что он такой важный, такой нужный, ну просто незаменимый. И решил он не ходить в этом году в отпуск, не отдыхать. Решил: буду топиться и день и ночь. Пусть меня еще больше хвалят. И вот пыхтит наш Камин круглосуточно, старается, себя не щадит, все греет и греет, даже не заметил, что на дворе уже лето. Жаркое лето, знойное, за окном больше тридцати градусов. А Камин все трудится, все греет. Люди взмолились:

- Уймись, отдохни, — просили по-хорошему. Но Камин не унимался. И люди стали ругать его.

- Ну что за глупый! Слов не понимает. Никого не слушает. У нас уже мозги от жары плавятся, а он все не уймется.

Обиделся Камин и в отпуск ушел.

- Странные существа эти люди, то хвалят, души не чают, то ненавидят - и в сущности, за одно и то же дело, - думал он.

Ах, Камин, Камин... Как втолковать ему, что мало иметь желание кого-то одаривать, надо, чтобы этот кто-то имел ответное желание дары принимать.