

УДК 159.98

*Т.Н. Магера*

## **РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В СИСТЕМЕ ДПО**

Рассмотрен практический способ развития эмоционального ресурса научно-педагогических кадров высшей строительной школы в ситуации адаптации к современной образовательной среде. Выявлены особенности проведения тренингов по эмоциональной компетентности преподавателей строительных вузов. Приведен анализ разработанной психологическим центром МГСУ в соответствии с требованиями ГОС программы по формированию эмоциональной компетентности преподавателей.

*Ключевые слова:* психоэмоциональное здоровье, эмоциональный ресурс, эмоциональный интеллект, эмоциональная компетентность, адаптация педагогов.

UDK 159.98

*T.N. Magera*

## **IMPLEMENTATION OF EMOTIONAL COMPETENCE PROGRAM IN FVE**

The rule of thumb of emotional resource developing of academic and teaching staff of the higher construction school is discussed in adaptation to the modern educational milieu. Features of training in emotional competencies of building schools lecturers are identified. The analysis developed of the Moscow State University of Civil Engineering psychological center is brought into conformity with requirements of the government program on development of emotional competence of lecturers.

*Key words:* psycho-emotional health, emotional resource, emotional intelligence, emotional competence, adaptation of lecturers, further vocational education.

Актуальность темы поддержания эмоционального здоровья профессорско-преподавательского состава высших строительных учебных заведений обусловлена радикальными изменениями в системе образования. Личностно и профессионально сложившиеся сотрудники вуза столкнулись с кардинальными преобразованиями в рабочем процессе, что повлекло за собой ряд последствий, причины которых кроются в особенностях работы эмоциональной сферы человека, которая обеспечивает психическое здоровье личности и поддерживает гармоничное взаимодействие человека с окружающим миром [1]. От качества эмоциональной жизни зависит психоэмоциональное здоровье, которое представляет собой значимый ресурс, неотъемлемо составляющий коэффициенты конкурентоспособности элементов социума [2].

Эмоциональные состояния являются показателями адаптированности личности к текущим изменениям. Такими показателями служат положительные эмоции, которые человек испытывает в процессе взаимоотношений с окружающими в бытовой и профессиональной сфере, удовлетворительное самочувствие, ощущение душевного комфорта. У каждого человека есть концептуальная модель внешнего мира, по которой формируется план и программа поведения. У людей с высоким уровнем тревожности эта модель является неустойчивой, что в экстремальной ситуации может приводить к отказу от деятельности. Негативно влияют на адаптацию, к примеру, недостаток информации, неспособность вовремя и адекватно оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им. Воздействие подобных факторов может повлечь соответствующие негативные эмоциональные реакции (раздражение, тревога, страх, отчаяние и т.д.), стрессовое состояние [1]. Возникает потребность обрести, развить, задействовать так называемые эмоциональные ресурсы, которые существенно поддержат адаптивные ресурсы личности, что поможет в целом усовершенствовать профессиональную деятельность педагогических кадров высшей школы.

Для решения задачи развития эмоционального ресурса как фактора успешной адаптации был задействован богатейший арсенал соответствующих психологических техник, упражнений. Дальнейший анализ, систематизация и упорядочивание подобранного материала позволил структурировать и объединить зачастую разрозненные диагностические и коррекционные методики, согласно существующей на сегодняшний день модели эмоционального интеллекта [3] и эмоциональной компетентности [4]. Составляющие эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности представлены двумя основными группами компетенций: внутриличностной стороной эмоциональной компетентности (определяет, как и на основании чего мы управляем собой) и межличностной стороной (эффективное управление взаимодействием).

Внутриличностная сторона эмоциональной компетентности объединяет эмоциональное самосознание, самопонимание и эмоциональную саморегуляцию (или самоупорядочивание). Другими словами, это понимание причин возникновения различных собственных эмоциональных состояний и способность управлять собой в зависимости от ситуации. Межличностная сторона эмоциональной компетентности включает в себя эмпатию (способность понимать эмоциональное состояние другого человека) и выстраивание конструктивных взаимоотношений.

Измеряются компоненты внутриличностной и межличностной эмоциональной компетентности такими психологическими диагностическими методиками, как, например «Четырехмодальный эмоциональный опросник» Л.А. Рабинович, «Опросник диагностики волевых качеств личности для взрослых (ВКЛ-В)» М.В. Чумакова, «Методика «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (SACS)» С. Хобфолла (русскоязычная версия Н. Водопьяновой, Е. Старченковой), «Методика самооценки личности» С.А. Будаси, «Методика исследования уровня эмпатийных тенденций» И.М. Юсупова. «Методика оценки «эмоционального интеллекта» (опросник *EQ*)» Н. Холла позволяет получить интегральный показатель развитости основных эмоциональных качеств личности, влияющих на успешность педагогов в профессиональном взаимодействии.

Автор современной, наиболее известной модели эмоционального интеллекта Д. Гоулман отмечал, что применительно к разным категориям людей, структура самой модели может различаться [3]. Преподавателям он рекомендует развивать такие способности, как понимание собственных эмоций (узнавание собственных эмоций, понимание источников чувств, осознание различий между чувствами и действиями); контроль собственных эмоций (терпимость к фрустрирующим событиям, управление гневом, избегание оскорблений и унижений, выражение гнева без эмоциональных вспышек, избегание внутренней и внешней агрессии; наличие позитивных чувств по отношению к себе, работе, семье; управление стрессом, преодоление одиночества и социальной тревожности), самомотивация (ответственность, фокусирование на задаче, неимпульсивное поведение и т.д.), понимание эмоций других (эмпатия, понимание перспектив других, умение слушать), социальные умения (понимание других и взаимоотношений с ними, компетентное разрешение конфликтов, решение межличностных проблем, компетентная коммуникация, способность быть популярным, открытым, дружелюбным, вовлеченным и т.д.) [5]. Данные компоненты чаще других отмечались участниками занятий по эмоциональной компетентности как наиболее востребованные и актуальные в сложившихся современных образовательных условиях участниками, причем независимо от опыта и возраста.

Данная модель носит иерархичный характер [3], определяющий последовательность распределения всего объема научно-практического материала, отобранного для проведения занятий по эмоциональной компетентности: от внутриличностных компонентов к межличностным. Так, идентификация эмоций является предпосылкой управления ими. В то же время одним из аспектов управления эмоциями является способность продуцировать эмоциональные состояния, приводящие к успеху. Эти три способности, обращенные к другим людям, являются детерминантой четвертой: входить в контакт и поддерживать хорошие взаимоотношения.

Тренинг — наиболее популярная форма психолого-педагогической работы сегодня. Согласно логике проведения тренинговых (тренирующих определенные личностные и групповые качества индивида) занятий, психодиагностический этап предваряет и завершает этап развития, тренировки компонентов эмоциональной компетентности. Краткие и содержательные лекционные части занятий раскрывают значение диагностируемых параметров в профессиональной педагогической деятельности преподавателей. Формулировка ожиданий в начале занятия позволяет осознать собственные установки в отношении занятия, помогает сосредоточиться на реализации целей занятия. Завершается тренинг подведением итогов, озвучиванием приобретенных знаний, умений, отработанных на тренинге навыков эмоционального управления и самоуправления.

Групповая форма тренинговых занятий по эмоциональной компетентности имеет ряд своих преимуществ: опыт взаимодействия в группах помогает при затруднениях в межличностном взаимодействии занятия; у участников есть возможность получить обратную связь и поддержку от других педагогов, имеющих сходные проблемы или опыт и способных благодаря этому оказать существенную помощь; реакции, возникающие и прорабатываемые в контексте групповых взаимодействий, могут помочь в разрешении межличностных конфликтов вне группы; усваиваются новые навыки, стили поведения. Присутствие равноправных партнеров создает ощущение комфорта, в т.ч. благодаря тому, что в группе можно быть не только участником событий, но и зрителем. Наблюдая со стороны за ходом групповых взаимодействий, происходит идентификация себя с активными участниками, оцениваются собственные эмоции и поступки. В целом, тренинговые занятия по эмоциональной компетентности в группе способствуют личностному и профессиональному росту участников.

Таким образом, можно обозначить основные особенности, характерные для проведения занятий по эмоциональной компетентности преподавателей строительных вузов: своеобразие структурных единиц психологического тренинга, эффективность групповой работы, применение психологической самодиагностики.

Занятия по эмоциональной компетентности проводятся на факультете повышения квалификации преподавателей (ФПКП) в рамках дополнительного профессионального образования (ДПО) с преподавателями высших учебных заведений, входящих в ассоциацию строительных вузов (АСВ). В ходе занятий выявляются психоэмоциональные факторы, препятствующие безболезненному вхождению сегодняшних преподавателей высшей школы в мировое образовательное пространство; механизмы, способствующие адаптации преподавателей, стремящихся к развитию своей компетентности в новых условиях. Объектом исследования стали научно-педагогические кадры высшей школы в ситуации структурных изменений системы образования в рамках интеграции в мировое пространство высшего образования. Предме-

том исследования выступили психоэмоциональные факторы, влияющие на процесс адаптации научно-педагогических кадров строительной отрасли к структурным изменениям системы образования в рамках интеграции в мировое пространство высшего образования. База исследования — Московский государственный строительный университет и ведущие строительные вузы России, входящие в АСВ. Исследования проводятся на базе инновационных технологий «Открытой сети образования в строительстве» в рамках дополнительного профессионального образования.

Выявление в ходе исследования психоэмоциональных факторов, влияющих на процесс адаптации педагогов, позволило определиться с кругом проблем, характерных для периода адаптации педагогов, определить способы преодоления этих проблем. Результаты диагностики по параметрам эмоционального интеллекта и эмоциональной компетентности, итоги анкетирования преподавательского состава были зафиксированы и послужили основой для дальнейшей работы. Были разработаны и в ходе пилотажных тренингов апробированы программа эмоциональной компетентности, материалы участников тренингов эмоциональной компетентности [6], учебно-методическое руководство ведущего тренинга эмоциональной компетентности.

В соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта структура и содержание программы эмоциональной компетентности, разработанной на базе психолого-педагогического центра МГСУ, ориентированы на практическую полезность, прописаны в контексте компетентностного подхода. Развитие эмоциональной компетентности тесно связано с конкурентоспособностью специалиста, выступает как характеристика качества, свидетельствует о профессионализме и является важным критерием отбора на рынке труда. Цель курса — дать развернутое представление о существующих способах развития компонентов эмоциональной компетентности, определяющих его личную, профессиональную успешность, способствующих адаптации к современным условиям образовательной среды. Программа по формированию эмоциональной компетентности подготовлена для тех, кто осознанно стремится к личностному и карьерному росту, понимает важность эмоциональных аспектов взаимодействия между людьми во всех сферах жизнедеятельности человека.

Участники занятий по программе эмоциональной компетентности, отмечают доступность, эффективность предлагаемых методик; целесообразность изучения и овладения такого рода знаниями, умениями и навыками в сложившихся условиях профессиональной деятельности преподавателей высших учебных заведений.

#### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. *Водопьянова Н.Е.* Психодиагностика стресса. СПб. : Питер, 2009. С. 324.
2. *Евсеев В.О.* Человеческие ресурсы: оценка факторов конкурентоспособности. М. : Гардарики, 2007. 160 с.
3. *Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э.* Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. М. : Альпина Бизнес Букс, 2007. 301 с.
4. *Магера Т.Н.* Эмоциональная компетентность в системе подготовки конкурентоспособных специалистов // Гуманитарное образование в строительном вузе: компетентностный подход и современные педагогические технологии : сб. науч.-метод. материалов факультета гуманитарного образования МГСУ. Вып. 4 / под ред. А.Д. Ишкова. М. : МГСУ, 2007. 311 с.
5. *Kagan S.* Kagan Structures for Emotional Intelligence [Electronic resource]. 2005. Mode of access: <http://www.kaganonline.com/>
6. *Магера Т.Н.* Практикум по эмоциональной компетентности для слушателей факультета повышения квалификации преподавателей / ГОУ ВПО Моск. гос. строит. ун-т. М. : МГСУ, 2010. 128 с.

## REFERENCES

1. Vodopyanova N.Ye. *Psikhodiagnostika stressa* [Stress psychognosis]. Saint Petersburg, 2009, 324 p.
2. Yevseyev V.O. *Chelovecheskiye resursy: otsenka faktorov konkurentosposobnosti* [Human resources: assessment of competitiveness factors]. Moscow, 2007, 160 p.
3. Goulman D., Boyatsis R., Makki E. *Emotsionalnoye liderstvo: Iskusstvo upravleniya lyudmi na osnove emotsionalnogo intellekta* [Emotional leadership: Managing people art on the basis of emotional intelligence]. Moscow, 2007, 301 p.
4. Magera T.N. *Sb. nauchno-metadicheskikh materialov fakulteta gumanitarnogo obrazovaniya MGSU* [Collection of scientific-methods materials of MSUCE liberal education ]. Moscow, 2007, 311 p.
5. Kagan S. *Kagan Structures for Emotional Intelligence*. Available at: <http://www.kaganonline.com/>
6. Magera T.N. *Praktikum po emotsionalnoi kompetentnosti dlya clushatelei fakulteta pobysheniya kvalifikatsii prepodavatelei* [Practicum on emotional intelligence to advanced training faculty of lectures audience]. Moscow, 2010, 128 p.

Поступила в редакцию в мае 2011 г.

Об авторе:

**Магера** Татьяна Николаевна, старший преподаватель кафедры психологии, МГСУ, 129337 г. Москва, Ярославское ш., д. 26, (499) 183-54-74, [mageratiana@mail.ru](mailto:mageratiana@mail.ru)

About author:

**Magera** Tatyana Nikolayevna, Senior Professor of Psychology department, Moscow State University of Civil Engineering, 26 Yaroslavskoye Freeway, 129337, Moscow, Russia, [mageratiana@mail.ru](mailto:mageratiana@mail.ru)