

# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

как ключевая компетенция  
настоящего и будущего.

Возможности **геймификации**  
образовательного процесса  
в развитии эмоционального  
интеллекта детей и  
подростков

семинар

## АНДРЮШИНА ОЛЬГА ВЯЧЕСЛАВОВНА



кандидат педагогических наук,  
профессиональный коуч ICF,  
бизнес – тренер, доцент ТФ  
РАНХиГС, специалист по  
проектному управлению ПМ  
Стандарт,  
соавтор проектов «Счастливая  
школа» и «Жизненное и  
профессиональное  
самоопределение подростков»



## Содержание семинара

1. теоретические основы понятия «ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ», КОМПОНЕНТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА
2. методические основания геймификации образовательного процесса и возможность их использования в развитии ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДОШКОЛЬНОМ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОМ образовании
3. структура и этапы сквозного проекта «Pro-эмоции»





## ЭЛЕМЕНТЫ КУЛЬТУРЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ОНЛАЙН

**Видео  
включено  
всегда**

**Звук  
включаем по  
необходи-  
мости, когда  
говорим**

**Чат  
используем  
для ответов  
на вопросы**



# ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

энергия

|   |   |
|---|---|
| D | A |
| C | B |

настроение

# Эффективность в жизни и профессии

---

15% твердые навыки

85% - мягкие навыки, в том числе эмоциональная компетентность

Эмоциональный интеллект включен в перечень основных навыков будущего в большинстве стран мира.

От него во многом зависит:

- степень мотивации человека к развитию,
- профессиональный выбор,
- способность интегрироваться в коллектив и умение работать в команде.





Когда человек испытывает  
**удовольствие**  
кровь начинает свободно  
циркулировать в мозге, а это  
способствует творческим  
процессам и помогает  
сосредоточиться



**Страх, злость, подавленность,  
разочарование, обида**  
уменьшают скорость  
кровообращения, направляют  
кровь в группы мышц тела и  
замедляют обмен веществ

## Эмоциональный интеллект

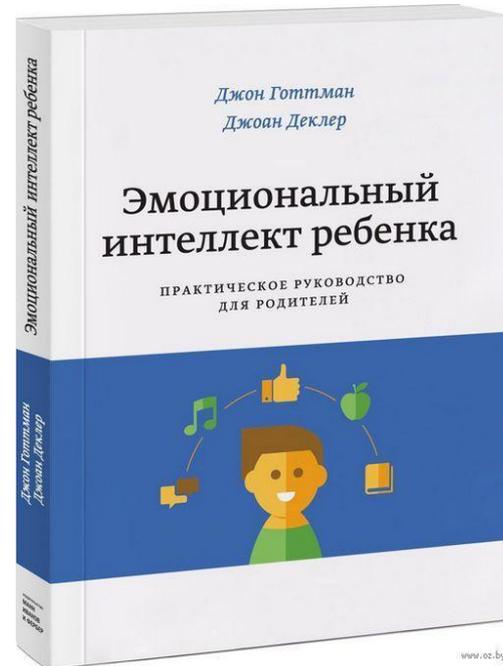
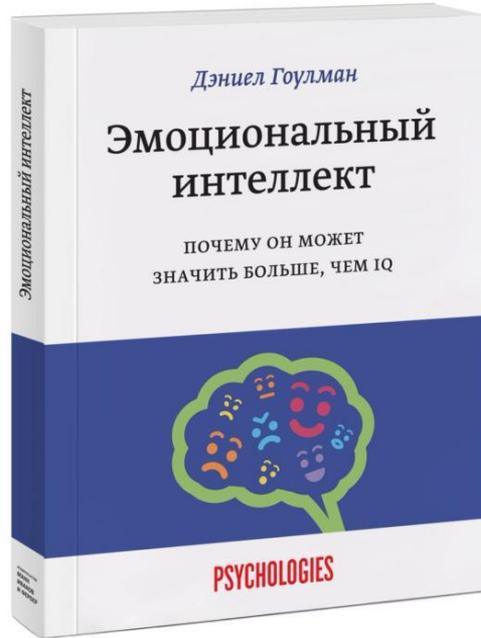
---

это умение осознавать свои эмоции и эмоции партнера по общению, анализировать их и управлять ими, с целью выбора наиболее эффективного поведения в конкретной ситуации.



Майер, Саловей, Карузо - основоположники понятия EI.

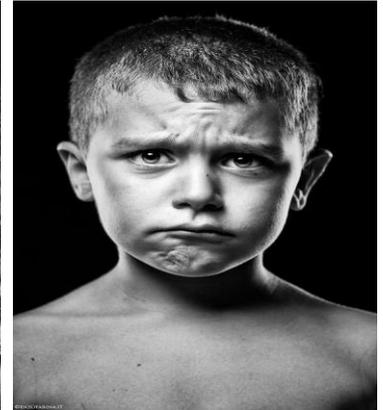
Даниэл Гоулман – самый известный автор книг по эмоциональному интеллекту.



# Компоненты эмоционального интеллекта

---

1. осознание своих эмоций
2. осознание чувств других людей
3. управление своими эмоциями
4. управление эмоциями других людей



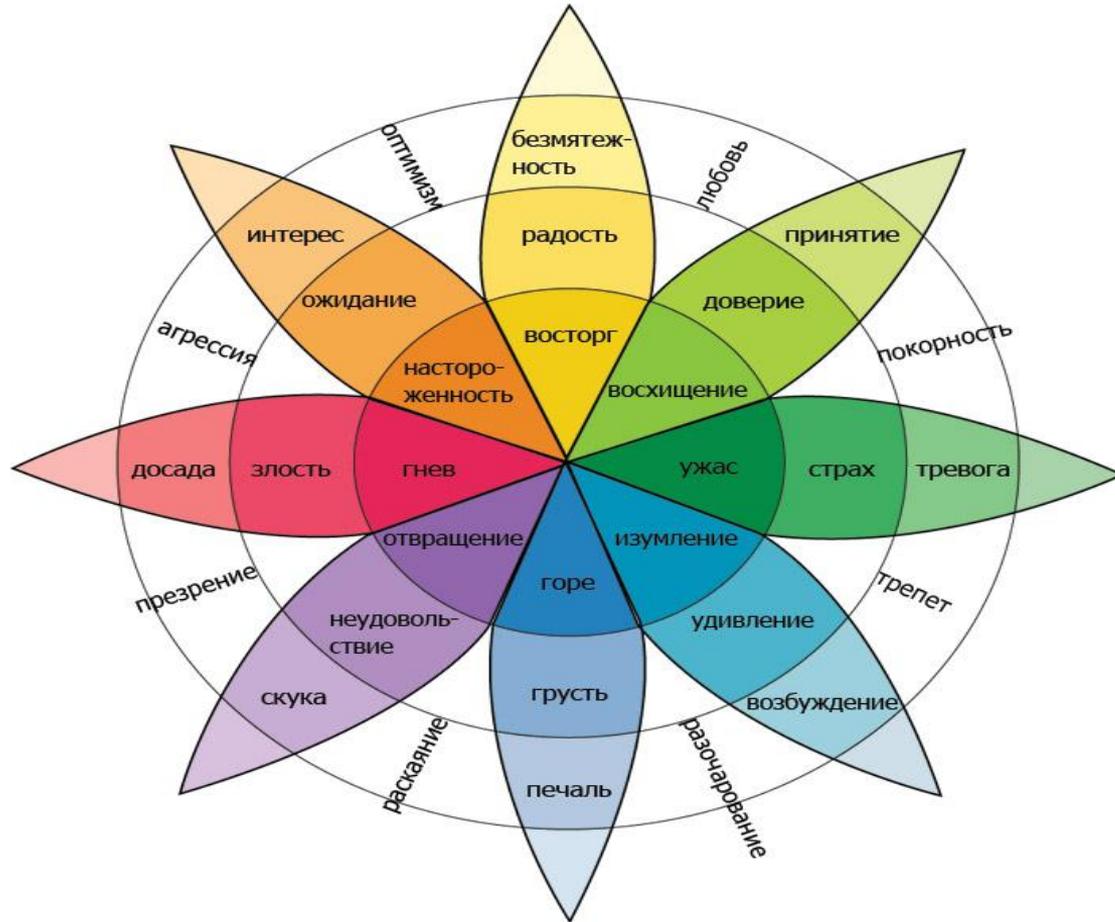
# ОСОЗНАНИЕ СВОИХ ЭМОЦИЙ



Идентификация эмоций

Управлять можно тем,  
что названо!

# Колесо эмоций Р. Плутчика



# ОСОЗНАНИЕ СВОИХ ЭМОЦИЙ. Техники

---

- расширение эмоционального словаря
- делать паузу и задавать себе вопросы о том, **что я сейчас чувствую** (техника внимательности)



# ПОНИМАНИЕ ЧУВСТВ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ

---



Любое движение души  
проявляется физически.

И.П. Павлов

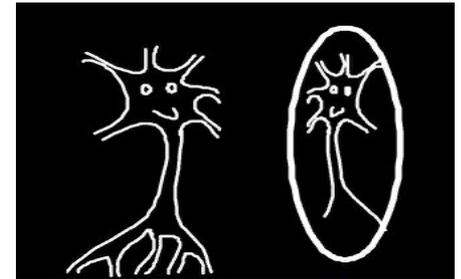
# ЭМПАТИЯ

---



осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека, без потери ощущения внешнего происхождения этого переживания

Нейрофизиологическая основа эмпатии -  
**зеркальные нейроны**



# ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ

---

## ЗАКРЫТЫЕ

- Ответы уже известны
- Выводы фиксированы
- «Да» или «нет»
- Подводят к ответу
- Делаются выводы о прошлом в отношении настоящего

## ОТКРЫТЫЕ

- Подразумевают множественные ответы
- Помогают людям думать шире и глубже, идти дальше
- Направлены в будущее
- Не наталкивают на суждения

## ПОНИМАНИЕ ЧУВСТВ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ. Техники

---

1. **БЫТЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМ К НЕВЕРБАЛЬНЫМ ПРИЗНАКАМ**
2. **СЛУШАТЬ И ЗАДАВАТЬ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ**

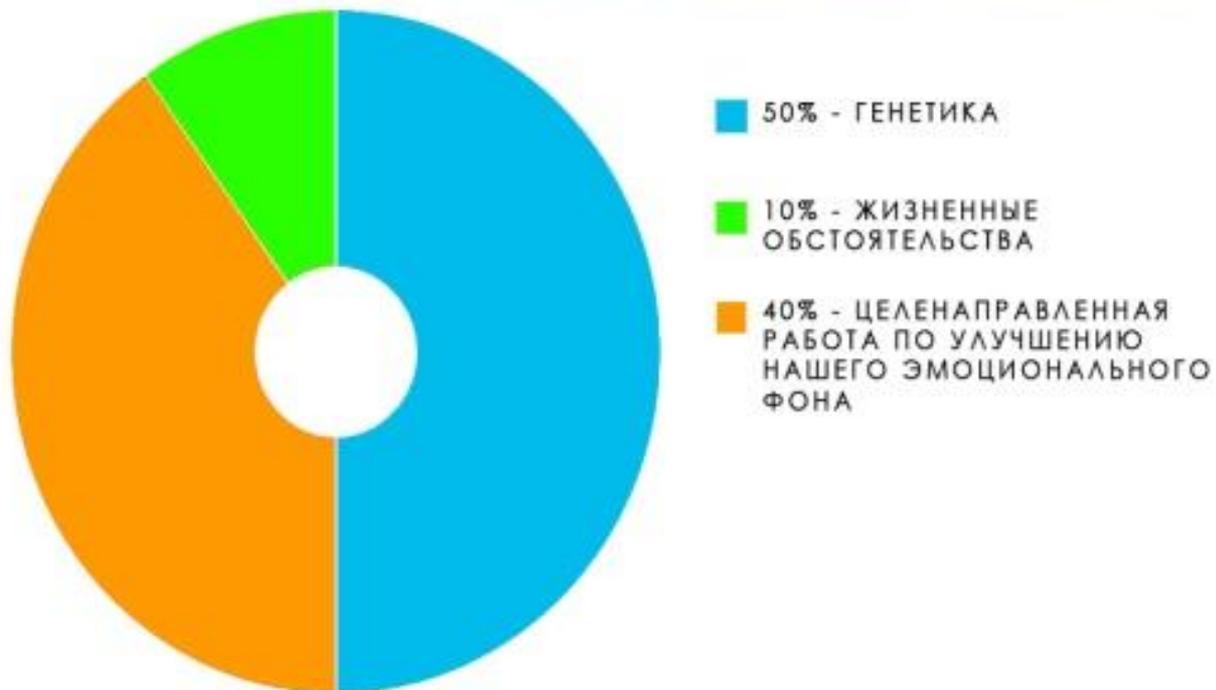


# УПРАВЛЕНИЕ СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ

---



## ЧЕМ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ КОЛИЧЕСТВО СЧАСТЬЯ В НАШЕЙ ЖИЗНИ?



## УПРАВЛЕНИЕ СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ. Техники

---

Мы можем **выбирать** эмоцию



## 5 видов реакции на фрустрацию (Теория Розенцвейга)

---

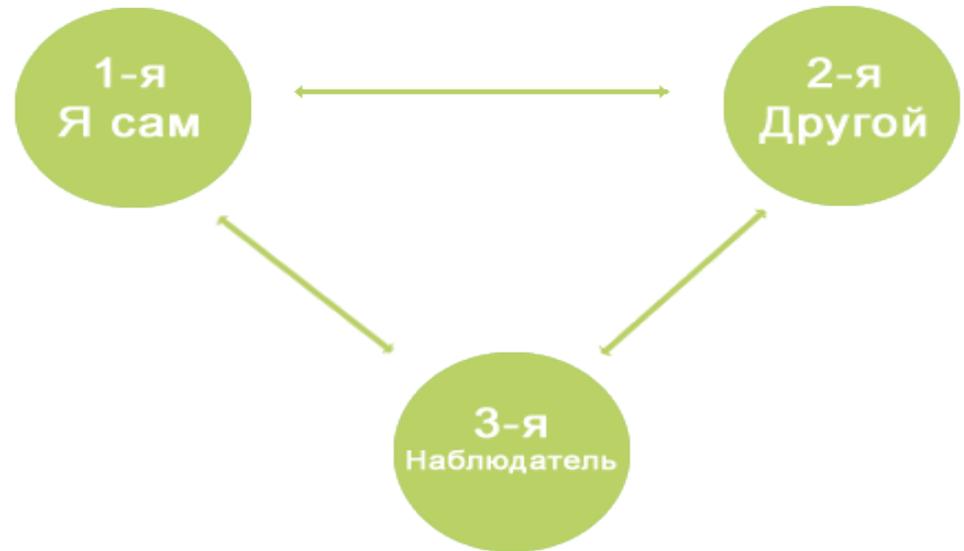
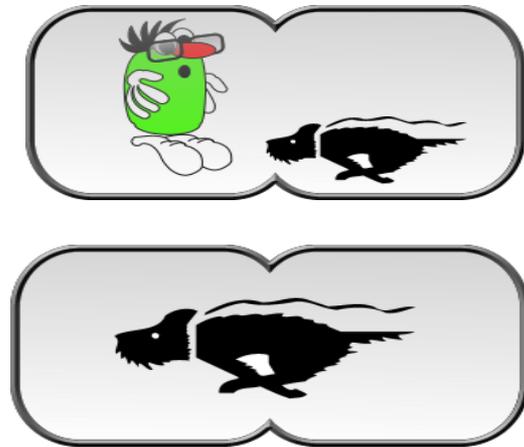
1. Обвинение другого
2. Обвинение себя
3. Ссылка на обстоятельства
4. Поиск конструктивного решения
5. Юмор



# УПРАВЛЕНИЕ СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ. Техники

---

диссоциироваться, выходить в позицию наблюдателя



## УПРАВЛЕНИЕ СВОИМИ ЭМОЦИЯМИ. Техники

---

### Рефрейминг -

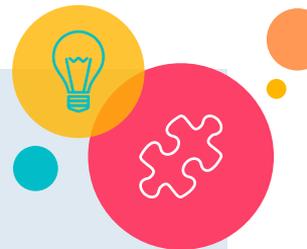
прием, позволяющий изменить точку зрения, а, следовательно, и восприятие события или предмета.



# УПРАВЛЕНИЕ ЭМОЦИЯМИ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ



- доброжелательность
- Win/Win стратегия
- эффект Пигмалиона



Возможности геймификации  
образовательного процесса  
в развитии эмоционального интеллекта  
детей и подростков

1. Понятие геймификации (игрофикации)
2. Компоненты и правила геймификации



**Геймификация** - это внедрение игровых техник в неигровые процессы для достижения реальных целей



**Задача геймификации** – вовлечь в процесс обучения, стимулировать совершить нужные действия через игровые механики

1

Игровые элементы:  
очки, бейджи, валюта,  
награды, звезды ...



**Игровая механика** - набор правил и способов, реализующий взаимодействие игрока и игры, создает динамику.

2

Важна обратная  
связь



3

*Ребенок не просто прыгает с дивана на диван - он спасается от лавы.*

*Марио не просто бежит вперед и собирает монетки - он ищет принцессу.*

*...Монстр похитил друзей главного героя. И они помогают герою их отыскать. Некие предметы игрок должен собирать во время прохождения уровней.*



## Важно в геймификации

32

1. Проработать сюжет. Интерес- половина дела. Узнать, чем интересуются дети
2. Определить конкретные цели участников. Собрать...Создать...
3. Придумать испытания (*например, понять и назвать свою эмоцию...*)
4. Помнить про игровую механику. Взаимодействие, движение. Использовать переходы на уровни
5. Веселье- главный элемент геймификации
6. Нельзя основывать игру только на соперничестве





# Структура и этапы сквозного проекта «Pro-эмоции»

Внедрение геймифицированной модели «Pro-эмоции» в образовательный процесс МОУ, реализующих образовательные программы дошкольного и дополнительного образования, с целью развития эмоционального интеллекта у обучающихся 5 – 15 лет»

В ходе реализации проекта в МОУ создаются

**4 игровых модуля:**

- Осознание своих эмоций
- Понимание эмоций других людей
- Управление своими эмоциями
- Управление отношениями (создание атмосферы контакта)

Каждый игровой модуль включает:

- Игровой сюжет
- Игровые элементы
- Игровую механику

# Творческие мастерские



35

октябрь 2020

**Осознание  
своих эмоций**  
*Создание игрового  
модуля 1*

декабрь 2020

**Понимание  
эмоций других  
людей**  
*Создание игрового  
модуля 2*

февраль 2021

**Управление  
своими  
эмоциями**  
*Создание игрового  
модуля 3*

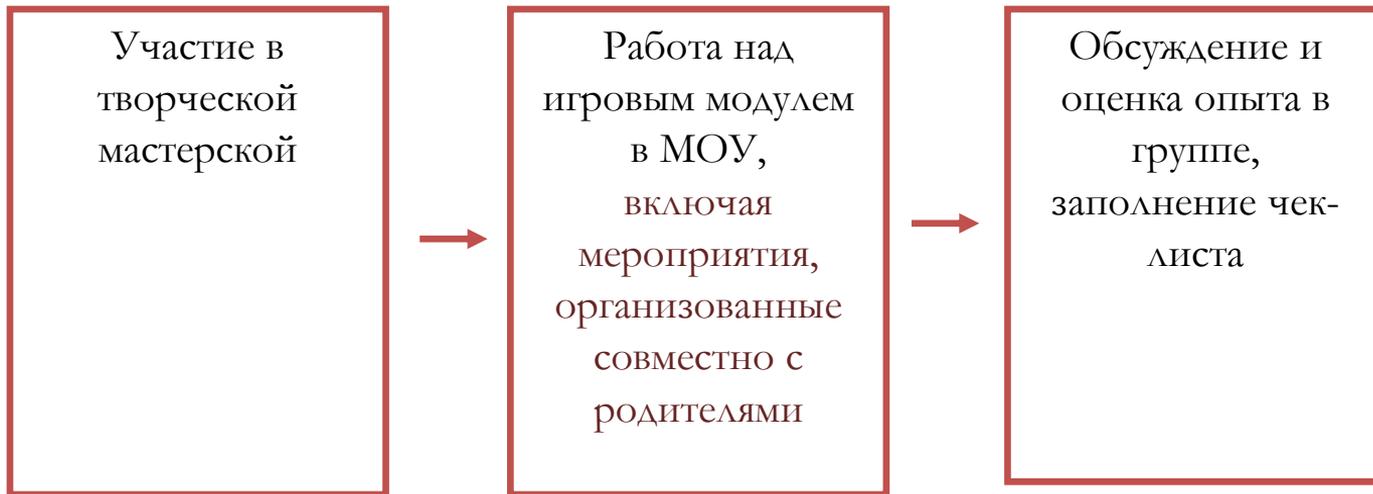
апрель 2021

**Управление  
отношениями**  
(создание атмосферы  
контакта)  
*Создание игрового  
модуля 4*



## Работа МОУ в проекте

36



# Итоги встречи

комментарии

предложения

