

3-секция. Педагогика жана психология

УДК 371.1

Сияев Т.М. - п.и.д., профессор, НМУ

Азыркы мугалимдин компетенттүүлүгү: эмоция жана эмпатия

Эмоция (латынча «emovere» - козгоо, толкундоо) адата адамдын өзгөчө абалын, ички өзгөрүүлөрдү мүнөздөйт. Эмоция аныкталган убакыт ичиндеги адамдын ишмердүүлүгүндө кескин өзгөчөлүктөрүн шарттайт. Адатта адамдын эмоциясын пайда болушуна жараша - алгачкы (базистик) эмоцияга жана туунду эмоцияга ажыратышат. Бирок, изилдөөчүлөр ар түрдүү сандагы алгачкы эмоцияларды көрсөтүшөт. Мисалы, П. Экман алты негизги алгачкы эмоцияны белгилешет: ачуу, коркуу, жек көрүү, таң калуу, кайгыруу жана кубануу. Ал эми Р. Плутчик сегиз негизги эмоцияны түрү бар деп эсептеп, аларды төрт жупка ажыратат:

- 1) бузуу (ачуу) - коргонуу (коркуу);
- 2) кабыл алуу (колдоо) - четке кагуу (жек көрүү);
- 3) иштеп чыгуу (кубануу) - чектөө (кайгыруу);
- 4) издөө (күтүү) - багытоо (таң калуу).

К. Изард изилдөөсүндө адамдын эң негизги он эмоциясын көрсөтөт: ачуулануу, жек көрүү, четке кагуу, дистресс (кайгыга чөмүлүү), коркуу, күнөөнү сезүү, кызыгуу, кубануу, уялуу, таң калуу.

Эмоция адамдын психологиялык абалына жана анын таасир этүүчү багыттарына жараша он түргө бөлүнөт.

1. Альтруистик эмоция. Бул адамдын башка адамдарга жардам берүүнү, аларга көмөк көрсөтүүнү ойнолуудан келип чыккан эмоция болуп саналат. Альтруистик эмоция адамдарга түздөн-түз жардам бербестен, жардам көрсөткөн адамдарга суктануудан, аларга окшошууга аракеттен дагы пайда болот.

2. Коммуникативдик эмоция. Эмоциянын бул түрү пикирлешүү зарылчылыгынан улам пайда болот. Бирок, пикирлешүү учурундагы пайда болгон эмоциянын бары коммуникативдик эмоцияга кирбейт. Коммуникативдик эмоция бул эмоционалдык жакындыктан улам келип чыккан же канаттанууну, же канаттанбоону мүнөздөйт.

3. Глорикалык эмоция (латынь «Gloria» сөзү - даңкты түшүндүрөт). Эмоциянын бул түрү адамдын өздүк жетишүүсү, өзү-өзүнө ишенүүнү менен байланыштуу. Демек, глориялык эмоционалдуу абал – же чыныгы, же элестетилген «сыймыкка», «данкка» ээ болууну аныктайт.

4. Праксикалык эмоция. Адамдын өздүк ишмердүүлүгүнүн негизинде аныкталган баалуулуктарга ээ болууда пайда болгон эмоция - праксикалык эмоция деп аталат.

5. Пугникалык эмоция. (латынь «pugna» сөзү - күрөштү түшүндүрөт). Адамдын боло турган коркунучтарды алдын-ала чечүү зарылчылыгынан улам пайда болгон эмоция. Анын негизинде адамда күрөшүүгө, аракеттенүүгө кызыкчылык пайда болот.

6. Романтикалык эмоция. Адамдын кандайдыр бир кыялдануусунан улам пайда болгон эмоция болуп саналат. Романтикалык сезимдеги адамдар кыялкөч болушуп, кандайдыр бир ойдо, сырдуу болуп, турмушту идеялдуу карашат.

7. Гностикалык эмоция. Гностикалык (гректин «gnosis» сөзү - билимди түшүндүрөт) эмоция психология илиминде абдан терең аныкталган. Адатта аныкталган таң калуу менен жаңы нерсени сезүүнү бирдей карашат. Гностикалык эмоция

«когнитивдик гоармонияга» ээ болуу менен мүнөздөлүнөт. Ал «жаңы нерседен» тааныш, белгилүү, түшүнүктүү нерселерди жаратуудагы абалды аныктайт.

8. Эстетикалык эмоция. Курчап турган дүйнөнүн сулуулугуна, кайталанбастыгына карата пайда болгон эмоция.

9. Гедонистикалык эмоция. Адамдын келбетинин жана рухий дүйнөсүнүн ыңгайлшуусу менен байланыштуу эмоция.

10. Акизитивдик эмоция (француз «Acquisition» сөзү – алууну түшүндүрөт). Айрым адамдардын зарыл эмес буюмдарды чогултуудан улам пайда болгон эмоция.

Педагогдун педагогикалык процессти жүргүзүүдө сөзсүз түрдө жагымдуу эмоционалдык абалды жаратылышы зарыл. Педагогикалык процессте педагогдун эмоционалдык деңгээли жана ар бир окуучунун эмоционалдык ой-толгоосунун өзгөчөлүктөрү гармониялык байланышта болуп, бири-бирин тиешелүү түрдө толуктап турат. Ошондуктан, педагог биринчи ирээте өзүнүн эмоционалдык өзгөчөлүктөрүн так жана даана аныкташы керек.

Азыркы мезгилде ар бир педагогдун эмоционалдык абалын аныктоо атайын тренингди жүргүзүшөт. Тренинг он - он беш катышуучулар менен өткөргөндө натыйжалуу болот. Алдын – ала ар бир катышуучуга төмөндөгүдөй көнүгүүлөр берилет:

- *Көздөн жаш чыккандай кубанган окуяны айтып берсеңиз. Ал эмне окуя эле, эмне үчүн абдан кубаныч тартуулады эле?*
- *Абдан капа болгонуңуз, кандай окуя менен байланыштуу болду эле жана ал абалдан кантип чыктыңыз эле?*
- *Сизде жакын бир адамыңызга «жөн жеринен» эле таарынган абал болду беле. Сиздин кийинки аракеттиңиз кандай болгон?*
- *Айлана-чөйрөнү, өзүңүздүн абалды таптакыр өзгөртүү үчүн, баарын таштап кетип, «жаңы» жашоону баштоону каалаган учур болду беле? Сиз эмне аракет жасадыңыз эле?*

Он беш минутадан кийин ар бир катышуучу өзүнүн ой-толгоосун, ички абалын ортого салат. Аныкталган убакыт өткөндөн кийин (адатта 5-7 минута) ар бири өздөрүнүн ой-толгоолорун ортого салышат. Бул учурда ар бир катышуучу өзүнүн суроолорун берүү менен жана ой пикирлерди айтуу менен активдуу катышат.

Талкуунун жыйынтыгында эмоция категориясына терең түшүндүрмө берилет. Эмоция инсандын толгонуусунун татаал жана өзгөчө психикалык чагылуусу катары аныкталат.

Эмоциянын негизги функциялары, түрлөрү жана формалары кенен түшүндүрүлөт.

Тренингдин экинчи этабында катышуучулардын эмоционалдык багыттуулугун аныктоо максатында ар бир катышуучуга анкета сунушталат. Анкетаны толтуруунун өзгөчөлүктөрү түшүндүрүлөт. Катышуучу ар бир абал боюнча өзүнө туура келген варианты белгилейт: а) мүнөздүү эмес; б) аз мүнөздүү; в) мүнөздүү; г) толук мүнөздүү.

1. *Экзаменди күткөн жыйынтыктан төмөн тапшырсам, мен абдан санаага батам.*
2. *Мен өзүмдүн убадамды, мага ыңгайлуубу же ыңгайсызбы, баары бир аткарам.*
3. *Интеллектуалдык жумушту жасап жатып, өзүмдүн каттамды тапсам, анда мен капаланам.*
4. *Кол жазмамдын начар экендигинен, мен ыңгайсызданам.*
5. *Тапшырманы тура эмес аткарганда, мен кабатыр болом.*
6. *Экзамендин алдында, мен абдан толкунданам.*

7. *Көчөдө жүрүп бара жаткан машинанын алдынан өтүп жатып, мен коркунучта болом.*
8. *Эгерде ойлогон нерсени жасай албай калсам, анда мен кайгырам.*
9. *Маанилүү сүйлөшүүнүн алдында абдан толкунданам.*
10. *Жолугушууга же жумушка, мен эчкачан кечикпейм.*
11. *Адамдар менен пикирлешүүдө көпчүлүк учурда, мен өзүмдү ишенимсиз сезем.*
12. *Акыл-эсти талап кылуучу ишмердүүлүктү аткара албастыгым, мени көбүнчө чочулатат.*
13. *Кандайдыр бир тапшырманы аткарууда кеткен, бир аз кемчилик мени тынчсыздандырат.*
14. *Мен жай жазышым жана зарыл болгон маалыматты өз убагында жазып албай калышым, мени тынчсыздандырат.*
15. *Мен-таарынчак адаммын.*
16. *Абдан кылдат кыймылды талап кылган ишти аткарып жатып, мен бир аз толкунданам.*
17. *Сүйлөшүүдө мени түшүнүшпөсө, анда мен капаланам.*
18. *Кээ бир учурда, өзүм жакшы түшүнбөгөн нерселер боюнча айткан учурлар кездешет.*
19. *Кандайдыр бир маселени чече албаганда, мен көпкө чейин уктап албайм.*
20. *Достор менен мамилени тактоодо, мен абдан толкунданам.*
21. *Сүйлөшүүдө болоор-болбос нерсеге деле таарына берем.*
22. *Кандайдыр бир маселени көпкө чейин чече албасам, анда менин маанайым бузулат.*
23. *Менин дене түзүлүшүм боюнча каалагандай эме сөнүгүүшүм мени капа кылат.*
24. *Досторум менен талаш-тартыш болгондо, кабатыр болом.*
25. *Айрым учурда мага курчап турган адамдарга айтууга болбой турган ойлор келет.*
26. *Акыл ишмердүүлүгүндө, өзүмдүн жетишипегендиктеримди өзүм курчутканга шыктуумун.*
27. *Кол эмгегимде, кичине эле туура келбестиктер, мени тынчсыздандырат.*
28. *Мен жасаган буюм, оюмдагыдай болбой калса, анда көпчүлүк учурда көңүлүм бузулат.*
29. *Мага болгон жакындарымдын туура эмес мамилесин, мен кээде күчөтүп жиберем.*
30. *Татал эмес тапшырманы баштап жатып деле, өзүмдү ишенимсиз сезем.*
31. *Кээде мен ушак айтам.*
32. *Кызыктырган ишмердүүлүктү үйрөнүүдө менин багытталган жөндөмдүүлүгүмдүн төмөндүгү капаландырат.*
33. *Эс алып жүргөндө спорт оюндарында шамдагай эместигимден улам, менде өкүнүч пайда болот.*
34. *Менин жетишипегендиктеримди көрсөткөндө, мен оңой эле таарынам.*
35. *Кол өнөрчүлүк боюнча шыгымдын жоктугу, мени өкүндүрөт.*
36. *Экзамен учурунда, мен абдан толкунданам.*
37. *Боло турган акыл-эс ишмердүүлүгүндө ката кетирбес үчүн, ишти абдан кылдат пландаштырам.*
38. *Мен узанып жаткан учурда, майдабарат катчылыктарга дагы көңүл буррам.*
39. *Тааныштарымдын арасында, мага жакпаган адамдар бар.*

40. Мен конфликтерден качпайм.
41. Мени кубаттаган жана түшүнгөн адамдарга муктажмын.
42. Мени курчап турган адамдар, мага тиешелүү эмес мамиледе болору үчүн мен таарынычта болом.

Анкетанын негизинде ар бир катышуучунун эмоция боюнча багыттуулугун аныктайбыз. Биринчи ирээт катышуучулардын анкетаны чын ыкластан толтурганы белгиленет. Бул учурда 2, 10, 18, 25, 31, 38 суроолор боюнча топтогон баллдары 17 төмөн болгон анкеталар гана жалпы жыйынтыктоого катыша алат. Ал эми көрсөтүлгөн суроолор боюнча 18 жана андан чоң балл топтогон анкеталар жараксыз деп табылат.

Адатта көрсөтүлгөн анкета менен эмоцияны үч багытта аныкташат. Эмоционалдуулуктун багыттары жана ага туура келген анкетанын суроолору таблицада берилди.

Таблица 1. Эмоционалдуулуктун багыттары

| № | Эмоционалдуулуктун багыттары | Туура келген суроолор |
|---|------------------------------|---|
| 1 | Психомотордук, аракеттик | 4, 7, 8, 14, 16, 23, 27, 28, 32, 33, 35, 38 |
| 2 | Интеллектуалдык | 1,3, 5, 6,12, 13,19, 22,26, 30, 36, 37 |
| 3 | Коммуникативдик | 9,11,15,17, 20,21, 24, 29, 34,40,41,42 |

Эмоционалдуулук ар бир багыт боюнча топтолгон баллдарга ылайыктуу үч деңгээлге бөлүнөт: төмөнкү - 12 баллдан –25 баллга чейин; ортонку – 26 баллдан – 34 баллга чейин жана жогорку – 35 баллдан – 48 баллга чейин. Эмпатия (гректин «empathia» сөзүнөн – башкалар жөнүндө ойлонуу дегенди түшүндүрөт) адамдын башка адамдын эмоционалдуу абалынын терең түшүнүү менен, анын ой-толгоосун, мүдөсүн кабыл алуу касиети болуп саналат. Эмпатияга ээ болуу касиети – бул башка адамдын ордуна өзүн кое билүү менен анын субъективдүү ички дүйнөсүн тую мүмкүнчүлүгү. Адатта кыргыз эли, адам сөзсүз түрдө «жон териси» менен сезип, адамдын ордуна өзүн кое билип, аны түшүнүү терең түшүнүү зарыл деп келишкен.

Тренинг учурунда ар бир катышуучуга өз алдынча көнүгүүлөр берилет:

- Сиз чычкактаган кара козусуз! Өзүңүз жөнүндө айтып бериңиз.
- Сиз күрп болгон тооксуз! Өзүңүз жөнүндө айтып бериңиз.
- Сиз таш бакасыз! Марага жетүү үчүн эмне аракет көрөсүз.
- Сиз карыган атсыз! Өзүңүз жөнүндө айтып бериңиз.
- Сиз баарына үргөн кандексиз! Өзүңүз жөнүндө айтып бериңиз.
- Сиз тоодон түшүп жаткан селсиз. Өзүңүз жөнүндө айтып бериңиз жана башка ушул сыяктуу.

Ар бир катышуучу берилген жаныбарды, өсүмдүктү жана процессти өзү болуу менен анын ички мүнөздөмөлөрүн толугу менен ачып берет. Катышуучулар кызыктырган суроолору менен толуктоо орун алат. Тренинг кийинки этабында ар бир катышуучуга эмпатияны аныктоо үчүн тест сунушталат. Тестин жыйынтыгында катышуучулардын эмпатиялык деңгээлдери аныкталат.

1. Мага «Көрүнүктүү адамдардын турмушу» аттуу китептерге караганда, саякат жөнүндөгү китептер жагат..
2. Ата-эненин жардамы чоң балдарды кабатыр кылат.
3. Мага башка адамдардын аракеттери жөнүндө ойлонуу жагат.

4. *Бардык музыкалык берүүлөрдүн ичинен, акыркы муундагы музыканы тандайм.*
5. *Оорукчан адамдын таарынчактыгын жана кур бекер өтүнүчүн убакытка карабай кабыл алуу керек.*
6. *Ооруган адамга сөз менен дагы жардам берүүгө болот.*
7. *Эки адамдын талашына башка чоочун адам катышпашы керек.*
8. *Эреже катары кары адамдар таарынчак болушат.*
9. *Бала кезимде кайгылуу окуяны укканда, көзүмдөн жаш өзүнөн-өзү акчу.*
10. *Ата-энемдин ачууланышы, менин көңүлүмө таасир этет.*
11. *Мага айтылган сынга, мен бейкапармын.*
12. *Мага пейзаж сүрөттөрдү карагандан, портреттерди караган жагат.*
13. *Мен ата-энем туура болбогон учурда дагы, аларды дайыма кечирем (кечиргем).*
14. *Эгерде ат кашаң болсо, анда аны камчылаш зарыл.*
15. *Мен курч драмалык чыгармаларды окуп жаткан учурда, ал абалда өзүм тургандай сезем.*
16. *Ата-энелер балдарына дайыма калыс мамиле кылышат.*
17. *Балдардын жана чоңдордун урушун көрүп калсам, анда мен аларга кийгилишпейм.*
18. *Ата-энемдин көңүлсүз маанайына, мен көңүл бурбайм.*
19. *Мен жумушту тыштап коюп, жаныбарлардын жүрүш турушуна көз сала берем.*
20. *Кино көрүүдө жана китеп окууда көз жаш жеңил адамга гана пайда болот.*
21. *Мага тааныш эмес адамдын мимикасына аракетине көз салуу жагат.*
22. *Бала кезимде, чоочун ит менен мышыкты үйгө алып келе берчүүмүн.*
23. *Бардык адамдардын жиндери эч себепсиз эле пайда болот.*
24. *Чоочун адамды карап туруп, анын келечекте ким болоорун билгим келет.*
25. *Бала кезимде менден кичүүлөр менин артымдан ээрчүүчү.*
26. *Жарадар болгон жаныбарга, мен дайыма жардам бергенге аракетенем.*
27. *Эгерде адамдын арызын көңүл буруп укса, анда ал жеңилдеп калат.*
28. *Машиналардын кагылышуусун көрүп калсам, ага күбө болгум келбейт.*
29. *Мен кичүүлөргө кандайдыр бир идеяны сунуштасам, алар жактыруу менен кабыл алышат.*
30. *Жаныбарлар ээсинин көңүлүн сезет деген пикир жөн эле күчөтүү.*
31. *Татаал конфликттиктен адам өзү чыгышы зарыл.*
32. *Эгерде бала ыйласа, анда анын себеби бар.*
33. *Жааштар карылардын каалагандай ойлорун аткарышы зарыл.*
34. *Айрым класстаатарымдын ойчул жүргөнүнүн себептерин билгим келчү.*
35. *Ээси жок айбанаттарды кармап, жок кылуу керек.*
36. *Эгерде досторум мени менен өздөрүнүн маселесин чечкиси келсе, сүйлөшүүнү башка темага бурганга аракет жазайм.*

Тесттин жоопторунун анализинде ар бир катышуучунун эмпатиялык деңгээли аныкталат.

Таблица 2. Эмпатиялык денгээлдер

| деңгээлдер | Эң төмөн | төмөн | орто | жогору | Эң жогору |
|------------|----------|-------|------|--------|-----------|
| балл | 11 чейин | | | | |

Азыркы мезгилде мектептин мугалимдерине жана педагогдорго өзгөчө талаптар коюлууда. Эң биринчи ирээт педагогдун кесиптик компетенттуулугу эмоционалдык компетенттуулук менен аныкталат. Жыйырманчы кылымдын аягында америкалык изилдөөчү Даниэл Гоулман эмоционалдык компетенттүүлүк EQ - категориясын киргизүүнү сунуштаган. Эмоционалдык компетенттуулук төрт компоненттен турат:

1. Өзүнүн эмоциясын толугу менен таануу.
2. Өзүнүн эмоциясын үзгүлтүксүз башкаруу.
3. Эмпатия.
4. Пикирлештин эмоциясын жакшы багытка буруу.

Ар бир педагог өзүнүн эмоциясын терең түшүнүшү зарыл. Алсак, ал “кайсыл учурда”, “кандай ылдамдыкта” жана “кандай багытта” эмоциянын түрлөрү орун аларын дайыма билүүсү абзел. Эгерде кандайдыр бир ачуулануунун булагы белгилүү болсо, анда адекваттуу түрдө анын пайда болбошуна карата аракетти жасоого болот. Ошондуктан өзүнүн эмоциясын толугу менен таануу педагогго карата коюлуучу талаптардын бири.

Педагог өзүнүн эмоциясын жөн гана тааныбастан, аны үзгүлтүксүз башкарууга жетиши зарыл. Мисалы, өзүнүн ачуусу келе жаткан учурда, дароо башка нерсеге алаксып, жагымдуу абалга жетүүгө аракет кылуу керек. Бирок, бул үчүн педагогдо өзүнүн иштеп чыккан методикасы болууга тийиш.

Педагогдун ажырагыс касиеттеринин бири катары жогорку деңгээлдеги эмпатия каралыш керек. Ал педагогикалык процесс учурунда мүмкүн болушунча окуучунун эмоционалдык абалы менен, анын ички ой-толгоолорун, анын мүдөөсүн аныктап, аны дайыма чыгармачыл ишмердүүлүккө багытташы керек. Жогорку деңгээлдеги эмпатияга ээ болуу менен бирге, эң биринчи ирет окуучунун кызыкчылыгын коргоо абзел.

Азыркы педагогдун дагы бир негизги жоопкерчиликтиренин бири – окуучулардын эмоциясын жагымдуу жакка багыттап туруу. Окуучу дайыма мугалимдин психологиялык жактан жардамына, анын жагымдуу колдоосуна муктаж. Демек, азыркы мезгилдин мугалими өзүнүн предметтик чеберчилигинен тышкары, сөзсүз түрдө эмоционалдык компетенттүүлүккө ээ болушу керек.

Адабияттар

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. - М.: АСТ, 2009.
2. Большая энциклопедия психологических тестов. – М.: 2009.