

## **Развитие социально-эмоциональных компетенций подростков в процессе добровольческой деятельности**

*Камеш Ольга Дмитриевна, педагог  
дополнительного образования  
государственного учреждения  
образования «Мостовский  
районный центр творчества  
детей и молодежи»*

В ходе обучения учащихся объединения по интересам «Школа юного волонтера «ДобраДел» основам добровольческой деятельности эмоциональный интеллект имел первостепенное значение. Волонтеры должны уметь чувствовать, сопереживать, управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

Эмоциональный интеллект – продукт личной и социальной компетентности. Личная компетентность полностью сосредоточена на внутреннем мире человека, умении его понимать себя и владеть собой, социальная – на взаимодействии с другими людьми, с внешним миром.

Обучение учащихся направлено на развитие внутренней личной компетентности (самопознание и умение управлять собой) и внешней социальной компетентности (осознание состояния других и формирование эффективных отношений).

В процессе инновационной деятельности подростки приобретали навыки четырех категорий.

Первая категория навыков – умение работать в команде, общаться с другими, объяснять ожидания, активно слушать, влиять и вдохновлять, улаживать конфликты. Люди, которых можно назвать великолепными командными игроками, способны создавать атмосферу общности, показывать другим пример уважительного, отзывчивого и товарищеского отношения к людям, что укрепляет моральный дух и чувство единства коллектива.

Вторая категория навыков – это способность понимать и видеть, что происходит в психологическом плане с другими людьми. Это отклик на чувства и состояние других, способность к сопереживанию, оказанию поддержки и помощи. Стремясь к результативной командной работе, очень важны комфортное самоощущение и общая эмпатия, владение умением распознавать невербальные проявления других членов команды.

Третья категория навыков, которой подростки овладевают в объединении по интересам, – это знание своих слабых и сильных сторон и

спокойное сосуществование с ними, а также хорошее знание личных эмоций и их влияния на жизнь.

Четвертая категория навыков – умение управлять эмоциями, ограничивать их разрушительное влияние на себя, способность выполнять взятые на себя обязательства, поддерживать долгосрочные отношения и меняться в соответствии с обстоятельствами и средой.

Разделы программы объединения по интересам «Школа юного волонтера «ДобраДел», которые осваивали учащиеся, выстроены в определенной логической последовательности, которая предполагает, прежде всего, развитие умений и навыков подростков распознавать, управлять своими эмоциями и чувствами и благоприятно воздействовать на эмоциональное состояние других. Позитивные эмоции и чувства – это «плодородная почва», на которой впоследствии появляются всходы разумного, доброго, общечеловеческого. Прежде, чем подростки овладевали комплексом умений и навыков волонтерской деятельности, им было важно стать принятыми и признанными в своей команде, научиться общаться с членами коллектива, понимая свои сильные и слабые стороны, находя свое сходство и различие с другими людьми.

Основные направления работы с учащимися объединения по интересам «Школа юного волонтера «ДобраДел»:

- информационное;

- коммуникационное;

- обучающее (тренинговое);

- консультационное;

- организационное (организация и проведение мероприятий, в том числе благотворительных акций, конференций, форумов).

Использовались эффективные формы и методы обучения, призванные обеспечить личностный рост, формирование социальных и эмоциональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности в составе волонтерского объединения:

- тренинги: коммуникативных умений и навыков; сплоченности группы; тренинг личностного роста;

- обучающие семинары-практикумы;

- интерактивные занятия;

- кейс-метод или метод ситуаций (учащиеся анализируют ситуацию, разбирают суть проблемы или явления, предлагают возможные решения и выбирают из них наиболее оптимальное);

- деловая игра – способ определения оптимального решения экономических, управленческих и иных задач путем имитации или моделирования ситуации и правил поведения участников;

- мастер-классы, позволяющие перенимать опыт;

дискуссии, позволяющие совместно осуществлять поиск ответов на вопросы, встречающиеся в практике волонтера;

проектный метод – конструирование целенаправленной деятельности по нахождению (определению) ресурсов, позволяющих реализовать общественную инициативу;

педагогические и психологические игры и т.д.

Предпочтение отдавалось тем методам, которые стимулировало активное участие волонтера в обучении, обеспечивали обратную связь и основаны на примерах из практики. Дополнительно, оставаясь в рамках запланированного времени, педагог предоставлял место для общения и обмена мнениями между учащимися объединения по интересам.

Учащиеся объединения по интересам «Школа юного волонтера «ДобраДел» активные участники организации:

благотворительных акций: «Новогодний сюрприз», «Чудеса на Рождество», «Подарим детям радость», «Мир добра», «От всей души»;

волонтерских мероприятий: тимуровская игра «Полесские Робинзоны», районный благотворительный бал «В стиле волшебства», Встреча на все 100 «Есть на кого равняться!», районные фестивали волонтеров «Я – доброволец», «Территория добра».

В процессе проведения благотворительных акций обучение учащихся социальным и эмоциональным навыкам осуществляется через обучаемые моменты, моделирование поведенческих и нравственных ситуаций. Благотворительная деятельность, организуемая с учащимися объединения по интересам, в процессе реализации инновационного проекта способствует формированию универсальных компетенций:

личностных – лидерство, способность принимать решения, способность распределять полномочия;

социальных – умение работать в команде, коммуникабельность, ответственность.

Распространение практик благотворительной деятельности ведет к «качественным» изменениям в сознании участников образовательного процесса: повышению ответственности, мобильности, социальной активности.

В рамках фестивалей была организована работа волонтерских площадок взаимодействия, на которых были использованы игры и упражнения, направленные на развитие социально-эмоциональных навыков учащихся.

28 октября 2023 года волонтеры организовали День семейного общения, в рамках которого прошел Праздник дружной семьи для участников инновационного проекта. Мероприятие способствовало эмоциональному развитию учащихся и их родителей, позитивным

изменениям в эмоциональной сфере личности, формированию способности устанавливать и поддерживать позитивные взаимоотношения с другими людьми; развитию сотрудничества и семейного творчества, воспитанию у детей чувства любви и уважения к родителям.

По итогам инновационной работы разработан сборник сказок к занятиям Школы юного волонтера на развитие социального и эмоционального интеллекта. Данный материал использовался на занятиях объединения по интересам, а также юные волонтеры успешно апробировали данный материал на занятиях для учащихся Центра в шестой школьный день в рамках работы Школы личностного (эмоционального) роста «Успех» (Приложение).

## Приложение

### **Сказка о будильнике, который решил досмотреть сон**

*(из сборника сказок Школы юного волонтера «ДобраДел», направленных на развитие социального и эмоционального интеллекта)*

**Цель:** формирование понимания значимости эмоциональной жизнедеятельности для учащихся.

Каждый раз, когда Будильник поднимал Машу в школу, она недовольно нажимала кнопку звонка и ворчала «И снова сон не успела досмотреть». Милый Будильник был очень заботливым и нежно любил маленькую Машу. Он всегда волновался, что Маша опоздает в школу, и ровно в семь начинал отчаянно звонить, вызывая у Маши недовольный всплеск эмоции. Поэтому он очень расстраивался и все думал, как же сделать так, чтобы Маша и сон досмотрела и в школу не опоздала.

Хотя понять, что такое сон, Будильник никак не мог. Он хотел спросить об этом у Маши, но разговаривать не умел. Но он понимал, что Маша видит сон с закрытыми глазами, когда спит. Значит, чтобы посмотреть сон, нужно уснуть. А спать Будильник тоже не умел. Вернее, не успевал, потому что всегда был занят. Всю ночь он ответственно охранял Машин сон, весь день с волнением ждал Машу из школы, а вечером переживал, чтобы Маша вовремя ложилась спать, потому что не успеет с утра досмотреть сон.

А потом его осенила идея! Нужно досмотреть Машин сон, пока девочка находится в школе. А чтобы досмотреть сон, нужно Будильнику заснуть. Только как это сделать? Стал Будильник вспоминать, что делает Маша, когда засыпает.

Сначала она накрывается одеялком и лежит ровно с открытыми глазами. Потом с закрытыми. Потом поворачивается на один бок, потом на другой, тяжело вздыхает, ещё раз вздыхает и начинает тихо ровно посапывать. Вот так Маша засыпает.

Будильник прыгнул в кроватку Маши и накрылся одеялом. Стало тепло и уютно. Будильник улыбнулся и зажмурился. Но вспомнил, что нужно повернуться на один бок, на другой и два раза вздохнуть. Будильник сделал все в точности и стал жать, когда же он увидит сон, который не досмотрела Маша. Но сон не приходил. Зато пришёл рыжий кот Стёпа, прыгнул на кровать и стал подозрительно обнюхивать Будильник. Потом потрогал осторожно его лапкой, лизнул и отскочил. Будильник терпеливо ждал. Но Стёпа не уходил. Он сначала попрыгал вокруг, пытаясь вовлечь Будильник в игру. Потом ему это надоело, и он улёгся спать рядом с Будильником. Этого только не хватало! Будильник уже начинал сердиться. Скоро Маша из школы вернётся, а он так и не успел досмотреть сон. Время шло: кот спал, будильник ждал. И тут его снова осенила мысль! А если Стёпа уже досматривает Машин сон? Значит, Будильник уже ничего не увидит. Настроение совсем испортилось, и будильник изо всех сил зазвонил.

– Вставай, кот, нечего тут чужие сны смотреть! – Будильник трезвонил изо всех сил.

Кот удивлённо поднял голову и посмотрел в сторону будильника. Потом сладко зевнул и ещё больше свернулся калачиком. Но Будильник не унимался. Он звонил и звонил из последних сил, требуя, чтобы кот ушёл. Но тот и не собирался.

В это время в комнату вошла мама Маши. Она увидела лежащего на кровати и звенящего Будильника и решила, что это кот сбросил его на кровать, поэтому Будильник и зазвонил.

– Ах, ты маленький разбойник, снова напроказничал, – сказала мама Маши, поставила Будильник на место и забрала с собой кота.

Будильник очень расстроился и не заметил, как в комнату вошла Маша. Она получила сегодня хорошие оценки и была очень довольна. Весь вечер Маша играла со Стёпой, рисовала и напевала какие-то песенки. А Будильник грустно стоял на полочке, ведь мечта досмотреть сон не сбылась. Так наступил вечер, а потом ночь. Маша давно спала и улыбалась во сне. Наверное, сон был интересный. Будильник вздохнул, потом ещё раз и задумчиво закрыл глазки. Ведь он никогда не бывал за пределами этой комнаты. А о том, что такое улица, не имел представления. Но неожиданно порыв ветра открыл окно, и Будильник выпал, мягко приземлившись на кучу осенних листьев, заботливо собранным дворником. Дул холодный ветер, моросил мелкий дождик, и

Будильнику было очень неудобно лежать боком на сырой куче листьев. Он увидел, что из распахнутого окна выглянула обеспокоенная Маша и исчезла. Будильнику стало совсем грустно. Видно он ей больше не нужен. Ведь уже несколько лет Будильник будит Машу в сад и в школу. А дети любят все новое. Мама теперь купит ей новый будильник, а его забудут на куче потемневших листьев. От грустных мыслей Будильник отвлек звонкий голос Маши.

– Он там, я видела, пойдём скорее! – Маша тянула маму за руку к тому месту, где увидела свой будильник выпавшим из окна. Когда дочка и мама нашли пропажу в куче опавших листьев, то очень обрадовались тому, что он не разбился, был цел и исправен, как раньше. Улыбающаяся Маша крепко прижимала Будильник к себе, когда несла обратно домой и говорила добрые и ласковые слова, радовалась, что с ним ничего не случилось. Будильник чувствовал теперь себя нужным и значимым для этой маленькой девочки, и, затаив дыхание, расплывался в улыбке. Его переполняли эмоции счастья. Возможно, если бы не этот случай, он бы так и не узнал, что Маша считает его не менее важным, чем кот Стёпа, и с удовольствием слушал её щебетание.

Вернувшись в комнату, Маша аккуратно протёрла свой Будильник, ещё раз улыбнулась ему и погладила как кота. Будильник просто распирало от радости и очень захотелось звонко зазвонить, чтобы прибежала мама Маши и кот Степан, и они увидели, как бережно и с любовью Маша к нему относится. Но Будильник понимал, что во всём должен быть порядок. И звонить ему можно только по утрам, а то подумают, что он сломался. Он снова прислушался к тому, что говорит Маша. Девочка стояла у стола и ругала кота, сидящего на подоконнике.

– Наверное, Стёпа, ты вчера сломал будильник, когда сбросил его. Сегодня он не зазвонил, и я проспала школу.

Кот равнодушно смотрел в окно, не обращая внимания на проблемы в комнате.

– Не волнуйся, с Будильником всё в порядке, просто по выходным он не звонит, чтобы тебе удалось выспаться и досмотреть все сны, ведь в школу сегодня идти не надо, – мама улыбнулась Будильнику и почему-то подмигнула. – Сейчас мы позавтракаем, и ты расскажешь мне, что тебе приснилось.

Мама и дочка отправились на кухню. Кот Степан, важно подняв хвост, медленно последовал за ними. А Будильник вдруг, понял, что он не падал из окна, что это был сон, самый настоящий, не Машин, а свой собственный. Он почти засмеялся и чуть не заплакал от радости, но решил больше не вздыхать. Мало ли что ещё может присниться.

**Обсуждение сказки. Вопросы для учащихся:**

1. О чем мечтал будильник?
2. Почему кот Степан испортил настроение будильника?
3. Какой сон приснился будильнику?
4. Какие эмоции пережил будильник во сне?
5. Сбылась ли мечта будильника?
6. Что понял будильник, посмотрев сон?

**Домашнее задание.**

Нарисовать будильник с теми эмоциями, которые он испытал в сказке.