

Целевая аудитория кластера: обучающиеся с миграционной историей с различным уровнем владения русским языком, обучающиеся школ - площадок проекта, коренные жители РФ, родители (законные представители) обучающихся.

Цель кластера: развитие эмоционального интеллекта обучающихся.

Основные задачи кластера:

- Развивать умение выражать и распознавать эмоции у себя и других людей.
- Создавать условия для понимания эмоциональной обусловленности поведения и причин возникновения эмоций.
- Формировать у школьников основы саморегуляции и произвольной регуляции поведения.
- Способствовать развитию эмпатии, пониманию других людей и оказанию им эмоциональной поддержки.
- Развивать способность к децентрации — умению видеть ситуацию с точки зрения другого человека.
- Формировать представления о морально-этических нормах и правилах поведения.
- Познакомить детей с эффективными способами поведения в сложных коммуникативных ситуациях, развивать их коммуникативные навыки.
- Способствовать созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в классе.
- Содействовать социальной адаптации обучающихся.

Продолжительность и структура кластера/трека/направления: кластер реализуется в рамках внеурочной деятельности как часть Программы воспитания и представляет собой цикл тренинговых занятий для обучающихся НОО, ООО. **Занятия проводятся педагогом-психологом.** Материалы Кластера для обучающихся НОО состоят из УМК, включающего в себя: методические и дидактические материалы для педагогов-психологов, рекомендации для родителей, рабочие тетради для обучающихся. Материалы Кластера для обучающихся ООО состоят из методических материалов для педагога-психолога.

Ментор кластера: Яковенко Татьяна Дмитриевна, заведующий организационно-методическим отделом Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Магистр»

Методологический подход:

В данном кластере под эмоциональным интеллектом понимается способность воспринимать и выражать эмоции, понимать и объяснять намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, видеть причинно-следственные связи, регулировать эмоции (собственные и других людей), учитывать знания об эмоциональных состояниях в поведении, использовать знания об эмоциональном мире в повседневной жизни (Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо). Эмоциональный интеллект является ключевым навыком человека XXI века. Научные исследования показали, что развитие эмоционального интеллекта у детей с раннего возраста повышает их успешность во взрослой жизни. Дети с высокоразвитым эмоциональным интеллектом в будущем более успешны в профессиональной деятельности, легче адаптируются в социуме, более востребованы, готовы к новациям, инициативны, имеют значительно больший круг общения, более гармоничны и удовлетворены своей жизнью.

Представленные в Кластере материалы базируются на:

- ✓ культурно-исторической концепции Л. С. Выготского, определяющей важность социального окружения в развитии ребёнка и постановки адекватных целей и задач обучения на каждом конкретном этапе его развития;
- ✓ теории деятельности А. Н. Леонтьева, согласно которой развитие ребёнка осуществляется в активном взаимодействии с окружающими людьми, предметами, социальной и естественной средой;
- ✓ теории модели психического, или модели психического состояния, указывающей на необходимость развития у ребенка способности понимать не только собственное психическое состояние (намерения, желания, чувства и т. п.), но и психический мир других людей, без чего

невозможны ни социализация, ни усвоение социальных правил и норм, ни адаптация к меняющимся условиям социальных отношений;

- ✓ концепции личностного потенциала Д. А. Леонтьева, в рамках которой личностный потенциал определяется как способность решать три типа задач: выбирать в ситуации неопределённости, достигать цели, когда она обозначена, сохранять себя в ситуации угрозы;

- ✓ компетентностном подходе, акцентирующем внимание на результате образования, в качестве которого рассматривается способность человека действовать в различных проблемных ситуациях (Н. Хомский, Р. Уайт, Дж. Равен, И. А. Зимняя, Н. В. Кузьмина, А. К. Маркова, А. В. Хуторской, Н. А. Гришанова и др.);

- ✓ теории самодетерминации, согласно которой психологическое благополучие личности подростка определяется возможностями удовлетворения базовых потребностей в автономии, в компетентности и связанности с другими людьми (Эдвард Л. Диси и Ричард М. Райан);

- ✓ теории поддержки внутренней мотивации подростка к самопознанию и саморазвитию.

Содержание кластера:

Для реализации Кластера предлагаются образовательная программа «Социально-эмоциональное развитие детей», разработанная российскими учёными Института психологии РАН под руководством доктора психологических наук, профессора Е. А. Сергиенко, и программа «Развитие личностного потенциала подростков» (авторы - М. И. Катеева, Н. Е. Рычка). Создание программ инициировано Благотворительным фондом Сбербанка «Вклад в будущее» в рамках направления «Современное образование». Целью программ является внедрение социально-эмоционального обучения детей и развития личностного потенциала подростков в образовательный процесс российских школ. Программы разработаны не только с использованием зарубежных теорий развития, но и с опорой на положения отечественной психологии о развитии ребёнка.

✓ Программа социально-эмоционального развития детей для обучающихся 1-2 классов

Программа занятий рассчитана на два года обучения — в 1 и во 2 классах. Если работа в 1 классе не проводилась, можно начать заниматься по программе первого года обучения с учащимися 2 класса. Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя введение и три тематических блока.

1 Блок - восприятие и понимание причин эмоций. Блок посвящён обобщению и закреплению имеющихся у детей знаний об основных эмоциях и формированию представлений о новых эмоциях — удивлении и отвращении. Таким образом, за два года обучения школьники изучают семь базовых эмоций, учатся их выражать и распознавать, понимать причины возникновения этих эмоций у себя и других людей. Особенное внимание уделяется эмоциям, связанным с обучением в школе. Значительная часть блока посвящена идентификации собственных эмоций и пониманию их причин.

2 Блок - эмоциональная регуляция. Основное направление работы во второй год обучения остаётся прежним — занятия способствуют осознанию важности выражения эмоций, развитию способности к саморегуляции. Дети учатся оценивать, какое влияние (конструктивное или деструктивное) определённые эмоции оказывают на поведение, и делать выводы о необходимости управления ими. Расширяется спектр методов эмоциональной регуляции.

3 Блок - социальное взаимодействие. Данный блок посвящён развитию социальной компетентности — системы социальных умений и навыков взаимодействия, сценариев поведения в типичных общественных ситуациях, а также выработке новых поведенческих сценариев, позволяющих адаптироваться в сложных ситуациях и находить варианты решения, целенаправленно взаимодействовать с окружающими. Расширяются представления детей о

различиях и сходстве интересов и предпочтений разных людей. Они являются основой для формирования установок толерантности, что является важной задачей Кластера.

Занятия данного блока направлены на укрепление ценности дружбы, развитие умений, помогающих детям поддерживать дружеские отношения, противостоять буллингу (агрессивному преследованию) в классе.

Особое внимание уделяется развитию навыка децентрации, пониманию внутреннего состояния человека, умению учитывать неверные мнения и понимать их источники, а также различать обман и осознавать его влияние на взаимоотношения. Среди важных социальных навыков рассматриваются эмоциональная поддержка, умение адаптироваться в новом коллективе, высказывать и конструктивно отстаивать собственное мнение.

В предлагаемых материалах подробно рассматривается содержание, дано тематическое планирование и представлены сценарии занятий первого и второго года обучения по программе.

Занятия проводятся с обучающимися 1—2 (или 2—3) классов один раз в неделю. Первый год обучения по программе включает 33 занятия (продолжительность занятий с 1 по 11 составляет 35 минут, занятия с 12 по 33 длятся 45 минут). Второй год обучения включает 34 занятия по 45 минут.

В программу включены мероприятия для родителей и совместные детско-родительские мероприятия.

✓ **Программа социально-эмоционального развития детей для обучающихся 3-4 классов**

Программа занятий рассчитана на два года обучения — в 3 и в 4 классах. Программа третьего года обучения ориентирована на решение актуальных возрастных задач в сфере взаимодействия с окружающими и развитие навыка управления эмоциями в трех типах ситуаций: выбора, достижения и угрозы. Программа четвертого года обучения продолжает логику предыдущего и ориентирована на решение актуальных возрастных задач в сфере взаимодействия с окружающими и развитие навыка управления эмоциями в ситуациях выбора, достижения и угрозы.

Программа имеет универсальную структуру: в рамках каждого года обучения она включает в себя введение и три тематических блока.

1 Блок – эмоциональный интеллект в ситуации выбора и самоопределения. Темы блока направлены на осознание учащимися своей роли в разных ситуациях, понимание своих эмоций и импульсов, связанных с ними, развитие осмысленного выбора модели поведения в зависимости от желаемого результата и принятие ответственности за любой результат своих действий.

2 Блок - эмоциональная реакция в ситуации достижения цели. На занятиях этого блока обучающиеся расширяют представления о своих сильных сторонах, учатся опираться на них при решении практических задач, развивают навыки саморегуляции при достижении цели.

3 Блок – управление собой в стрессовых ситуациях. Задача занятий этого блока состоит в том, чтобы способствовать формированию у учащихся жизнестойких установок, развитию способности находить опору в себе и поддержку других в сложных ситуациях.

Некоторые темы могут одновременно относиться к нескольким тематическим блокам, так как они включают в себя ситуации различного характера и затрагивают ресурсы разных подструктур личностного потенциала.

В предлагаемых материалах подробно рассматривается содержание, тематическое планирование и представлены сценарии занятий третьего и четвертого года обучения по программе.

Занятия проводятся с обучающимися 3 - 4 классов один раз в неделю. Программа включает по 17 занятий по 45 минут в каждом классе.

В программу включены мероприятия для родителей и совместные детско-родительские мероприятия.

✓ **Программа развития личностного потенциала подростков для обучающихся 5-7 классов**

В рамках Кластера предполагается последовательная реализация двух модулей данной программы: «Я и Ты» и «Управление собой».

Модуль «Я и Ты». Программа модуля включает 17 занятий по 45 минут. Занятия модуля предваряет встреча с родителями, на которой педагог знакомит их с содержанием курса и обсуждает варианты взаимодействия для более эффективного усвоения подростками предложенных материалов. Задания и упражнения модуля направлены на самопознание, самопринятие и развитие навыков общения и сотрудничества обучающихся. Особое внимание уделено выработке классного Соглашения о взаимоотношениях — свода договорённостей о принципах взаимодействия в классе, правилах общения. Одной из задач Соглашения является создание атмосферы принятия и доверия, сплочение класса при условии, что подростки сами берут на себя ответственность за его составление и исполнение. Результат всей программы во многом зависит от проработки Соглашения. Поэтому рекомендуется обращаться к нему не только на каждом занятии, но и за пределами курса. В сценариях довольно подробно прописаны возможные варианты вопросов, касающихся Соглашения, для обсуждения с подростками.

Модуль «Управление собой». Модуль включает 10 занятий по 45 минут. В данном модуле сделан акцент на *поведенческой* (управление собственными действиями, поступками), *познавательной* (управление собственным вниманием) и *телесной* (управление своими состояниями в стрессовых ситуациях) областях саморегуляции.

Саморегуляция в данном модуле определяется как способность регулировать своё состояние и продолжать действовать в выбранном направлении несмотря на внешние обстоятельства. В этом модуле речь пойдёт об управлении вниманием и совладании со стрессом, что, безусловно, необходимо и в ситуации угрозы, и в ситуации достижения, и в ситуации выбора.

В содержание модуля включены знания о свойствах внимания, стрессе, связи эмоций и телесных проявлений, влиянии различных факторов на психологическое здоровье, упражнения на развитие навыков управления вниманием и совладания со стрессом. Кроме того, важным представляется создание условий для формирования у подростков ответственного отношения к себе и умения заботиться о своём состоянии (организме).

Начинающим педагогам-психологам предлагается при реализации данного Кластера использовать цикл занятий по развитию эмоционального интеллекта подростков, разработанный Е. С. Кузьминых, педагогом-психологом МБУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр». Данные занятия проводятся в интерактивном режиме и направлены на развитие социально значимых личностных качеств, коммуникативных навыков и эмоционального интеллекта.

✓ **Программа развития личностного потенциала подростков для обучающихся 8-11 классов**

В рамках Кластера предполагается последовательная реализация двух модулей данной программы: «Я и Ты» и «Управление собой».

Модуль «Я и Ты» состоит из двух разделов: «Я и Ты в общении» и «Я, Ты и эмоции» и включает 23 занятия по 45 минут. Модуль ориентирован на развитие готовности к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; развитие адекватной самооценки и чувства собственного достоинства; развитие ответственного отношения к себе, уважительного отношения к другим людям.

Модуль «Управление собой» включает 10 занятий по 45 минут. Модуль ориентирован на расширение у обучающихся знаний о работе мозга и его влиянии на состояние организма, развитие навыков управления своим вниманием, овладение приемами и техниками совладания со стрессом, освоение способов сохранения физического и психического здоровья.

Ресурсы в помощь

Методические материалы для реализации Программы социально-эмоционального развития детей для обучающихся 1-2 классов	https://disk.yandex.ru/d/jIVqFYY7eRYE2A
Методические материалы для реализации Программы социально-эмоционального развития детей для обучающихся 3-4 классов	https://disk.yandex.ru/d/n62BwyTfkH0Ntg
Методические материалы для реализации Программы развития личностного потенциала подростков для обучающихся 5-7 классов	https://disk.yandex.ru/d/ZwLd5zXITZPbnA
Методические материалы для реализации Программы развития личностного потенциала подростков для обучающихся 8-11 классов	https://disk.yandex.ru/d/vgYw4VMaY1Gf_w
Научно-методические Рекомендации по формированию Эмоционального интеллекта Обучающихся В образовательной среде (начальная школа)	https://disk.yandex.ru/i/tbTf8qGtXYdSrA