

## Емоционалната компетентност – същност и измерения

Румяна Нешкова

**Emotional competence - nature and dimensions:** *The article shows the emotional competence as a key competence of the child in today's school. It shows the index of forming competent and emotional personalities who have behaviour which is adequate, real, and connected to the requirements of the society. The article focuses on Bulgarian language and literature as a key point which forms the emotional competence.*

**Key words:** *emotional competence, index, Bulgarian language and literature*

### ВЪВЕДЕНИЕ

Концептът за *интелигентност* се свързва със способността на човек за адаптация в нова среда с оглед на индивидуалното му развитие и постигането на успех; с потенциалната му способност да мисли, да разсъждава, да решава проблеми.

### ИЗЛОЖЕНИЕ

В продължение на десетки години с приоритет се изучава умствената интелигентност, докато емоционалната интелигентност не се приема сериозно и не е обект на проучване. Социалните потребности на съвременното общество показват, че само интелект не е достатъчен, тъй като повече от проблемите между индивидите са от емоционален характер. Степента на интелигентност на съвременния човек се определя от познанията му в различни области; от умението му да прави умозаклучения; от способността му да управлява емоционалното си състояние, да разбира чувствата и мотивите на другите, да съпреживява, т.е. от емоционалната му компетентност.

Според Л. Шапиро „да имаш висок емоционален коефициент е толкова важно, колкото и да притежаваш висок коефициент на интелигентност [6]. Д. Голман отбелязва, че хората, които имат висок емоционален коефициент, имат по-голям потенциал да се справят с възходите и трудностите, отколкото хората с висок коефициент на интелигентност, но с ограничени жизнени умения [2].

В науката няма категорично разделяне на *понятията емоционална интелигентност* и *емоционална компетентност*. Определенията за *интелигентността*, според С. Чавдарова, се опират основно на понятието *способност*, откъдето се прави заключение, че „дефинирането на понятието интелигентност чрез способността позволява да се търсят връзки между интелигентността и компетентността. Би могло дори да се каже, че концепциите за интелигентността „предшестват“ по своеобразен начин концепциите за компетентността и съответно са „интегрирани“ в новото понятие *компетентност* [5]. В този смисъл компетентността се разглежда като приложение на интелигентността, т.е. тя е интелигентност, разглеждана в нейния прагматичен аспект. *Компетентността* е съвкупност от знания, умения, способности и личностни характеристики, които се формират и прилагат, за да се постигнат желаните резултати. Тя може да се формира и усъвършенства, т.е. чрез нея се компенсират дефицитите у индивида.

*Емоционалната компетентност* е способност да се разбират собствените чувства, чувствата на другите, да се проявява съпричастност. Тя е ключова за ученика компетентност; формира се съобразно с възрастовите особености и започва с разговори за чувствата и преживяванията в семейството, с модели на поведение от страна на родителите. Ситуациите от ежедневието и преживяванията се обсъждат съвместно и предполагат усъвършенстване в емоционален план. Децата

постепенно придобиват умения за ефективно справяне със собствените емоции и с емоциите на тези, с които общуват. В училище се изграждат емоционални предпочитания, които по - късно прерастват в стереотипи, определящи цялостното поведение. Ето защо изключително благоприятен за формирането на емоционална компетентност е периодът на началната училищна възраст. Учителят може успешно да работи в тази насока, като се опира на природните дадености на детето, на готовността му да се вписва адекватно в разнообразни по характер дейности.

При разглеждане същността на емоционалната компетентност би могло да се обобщи, че тя не означава преднамерено заучаване на правила на поведение, а формиране на умения за разбиране на чувствата, за приемане на позициите на другия, за изграждане на самоконтрол, за познаване на позитивни и негативни емоционални състояния. Емоционалната компетентност има пряко отношение към проявите в поведението на индивида, към взаимоотношенията му с представителите на заобикалящата го среда (семейство, приятели, училище); към нагласите за действие в конкретни ситуации.

Спецификата на основните психични процеси, на познавателната дейност на учениците, на особеностите в езиковото им развитие са предпоставка за изграждане на компетентни в емоционално отношение личности. *Обучението по български език и литература е основата, на която се формира емоционална компетентност*, тъй като „езикът често бива използван за изразяване, за анализиране на онова, което човек изпитва” [4]. Чувствата се изразяват чрез речта. С вербализирането им и с описването на ситуации, които предизвикват определено преживяване, учениците създават текст; формират се и се усъвършенстват комуникативноречевите им умения.

Децата постъпват в училище с определена начална комуникативна компетентност, която им позволява участие в речеви ситуации. Степента на тази компетентност зависи от нуждите и от средата, в която подрастващите се развиват. Постепенно езикът става предмет на изучаване - усвояват се умения за речева изява чрез непрекъснато продуциране на реч. Настъпва интензивно развитие на *устната реч*, изказът става по-точен и прецизен, обогатява се езиковата култура на подрастващите. В хода на езиковото обучение има ученици, които се затрудняват при изказване на мислите поради липса на достатъчен социален и езиков опит. Усвояването на граматически понятия е немислимо, ако обучаваните не владеят определена лексика. В първи клас акцентът на работата се поставя върху практико-приложни дейности за обогатяване на лексикалния запас чрез подражание и илюстративен материал; многократно повторение на различни ситуации на общуване; работа над звуковата страна на думата (произносителни умения и навици); съобразяване с грешките (фонетични, интерферентни) и отклоненията в речта на децата, за които българският език е втори.

Ефективна форма за създаване на речеви умения са ситуативните упражнения, чрез които се осигуряват условия за самостоятелно общуване и упражняване на всекидневната реч. Добър резултат дават упражненията за разпознаване, за лингвистичен анализ, за създаване на текст, съобразно с функциите на обучението. Нагледните средства улесняват речниковата работа, допринасят за формирането на понятия, създават подходящи условия за споделяне на чувствата. Постепенно се разширява речниковият запас чрез запознаване със значенията на новите думи - названия на чувства, развива се езиковият усет за назоваване на нюанси на чувствата. Учениците се ориентират в комуникативната ситуация, подбират нужната лексема в съответствие с комуникативната задача и предпочитанията си в хода на груповата работа или на интерактивните игри, в които участват.

Възможността децата да използват свободно езика, на който се преподава, съдейства за правилния изказ, за вербализиране на чувствата, както и за достигане

на по-високи учебни резултати; създават се условия за търпимост, разбирателство, доверие не само към отделните етноси, а и към индивидуалните различия.

В контекста на разглеждането на същността на емоционалната компетентност биха могли да се определят *измеренията ѝ*, които се изразят в следното:

Емоционалната компетентност:

- **Предполага познаване на невербалното поведение.** Емоционалното общуване включва осъзнаване на безсловесното поведение на другите (жестове, пози, изражение на лицето). Интонацията на говорещия, неговото поведение могат да засилят или намалят емоционалното съдържание, което се предава с думите. Когато децата разберат значението на позата, изражението на лицето, тона на гласа, те опознават по-добре своите и чуждите емоции. Според Д. Голман „Ако се справят лошо с говоримия език, хората приемат, че не са особено интелигентни или че са слабо образовани, но когато не боравят успешно с невербалните правила на общуването, в очите на другите - и особено на връстниците си - те са „странни“, а това е причина да бъдат избягвани” [2].

Познаването на невербалните сигнали води до преодоляване на дефицитите в емоционалното общуване. Разбирането на безсловесния език на емоциите подпомага децата при преодоляване на проблемите, тъй като жестовете и позите предават голяма част от емоциите. Ако учителят обръща внимание на съвпадението или несъвпадението между думите и жестовете, ако се научи да ги чете, той ще съумее да предаде това и на своите ученици.

Разпознаването на невербалните сигнали е от особена важност при работа с деца, които не владеят добре официалния за страната език. Често те не разбират новите думи, но поради затрудненото изразяване или страх от допускане на грешки предпочитат да замълчат, вместо да се опитат да формулират въпроса си. По изражението на лицето учителят може да разбере дали терминологията, която използва, е разбираема; дали има много непознати думи; кой тип упражнение предизвиква досада или ентузиазъм за работа.

- **Съдейства за успешна комуникация между деца от различни етноси.** В много училища има разнообразие от етноси и култури, поради което се налага смяна на езиковия код, на комуникативните стратегии за изразяване на мислите и чувствата. Въпреки културните различия при отделните етноси, ценностната система, която трябва да се формира у децата, е една и съща. Л. Глас, твърди, че „всички ние чувстваме, обичаме, изпитваме болка и радост, всички плачем. Тези чувства именно ни позволяват, независимо от коя култура идваме, да общуваме един с друг” [1]. А това е възможно само като се идентифицират емоциите и се разбере вътрешният емоционален свят на събеседника.
- **Допринася за справяне в стресови ситуации** чрез изработване на редуциращи стреса стратегии. Смяната на обстановката при постъпване в първи клас, завишените изисквания пред малкия ученик, новите роли, които трябва да изпълнява, срещата с различни деца и учители водят до стресови ситуации. Ако детето не може да овладее чувствата си, да ги сподели, да разбере другия, различния, то преживява стрес. Този стрес прераства в проблеми, които децата често запазват за себе си. Училището и семейството могат да подпомогнат малкия ученик при усвояването на емоционални умения, което ще доведе до успешно справяне в стресови ситуации и до

адекватно реагиране в зависимост от особеностите на средата, в която се намира.

- **Влияе върху мисленето и поведението на личността.** Емоциите действат върху мисленето, а то от своя страна направлява поведението. Тези, които имат висок емоционален коефициент, имат по-голяма възможност да се справят с успехите и с трудностите, тъй като емоционалните умения са важни за успешната реализация на личността. Познанието на собствените емоции, както и тези на другите, е свързано с умението да се изслушва и да се създават добри взаимоотношения с околните.
- **Създава възможности за превенция на агресивното поведение.** Децата в началната училищна възраст реагират спонтанно на случващото се. Те не умеят да контролират поведението си, често изпитват гняв, в резултат на който удрят, щипят, бодат с предмет, ритат или блъскат, и като смятат, че така ще успеят да постигнат превъзходство или да решат проблема в своя полза. Често се чува и вербална агресия - обиди, нецензурни думи. В речевото общуване има деца, които по-лесно нагрубават или крещят. Те смятат, че ще имат превес в спора, ако говорят на висок тон или ако обидят; често повтарят заучени фрази от възрастните, без да осъзнават смисъла им. Тези специфики в поведението на подрастващите са показател за неукрепнала ценностна система и липса на самоконтрол. Системната работа, насочена към споделяне и описване на ситуациите, предизвикали определено негативно поведение, възлагането на отговорности на малките ученици биха намалили агресивността в общуването.
- **Предпоставка е за духовното развитие** на подрастващите, за откриване на добрата постъпка, за отзивчивост и съпричастност. Духовността се свързва с положителни емоционални състояния и не се измерва с високи учебни резултати или с абстрактни знания. Тя е свързана с възможността на човек да се обърне към самия себе си, да владее чувствата си, да умее да проявява емпатия, т.е. да бъде емоционално компетентна личност, което ѝ позволява да осъществява комуникация и разбирателство с връстниците си. Ако младите хора не са емоционално грамотни, по-малко вероятно е те да разбират как се чувстват, няма да имат лексикалния запас от думи да изразят чувствата си пред другите.

Духовният свят на детето трябва да се усети, да се даде възможност на малкия ученик сам да го разкрие и да разбере останалите. Работата на педагога е свързана с проучване на този потаен вътрешен свят, за да не остане незабелязана нито една проява на гняв или безразличие, на огорчение или пренебрегване, защото - душата на детето „трябва да бъде поддържана в нейното великолепие като цветна градина” [3]. Затова е необходимо училището и урочната дейност да се адаптират към ученика; да се обърне внимание на преживяванията му, на способността му да разбира другия и на тази основа да се гради духовно извисена личност. **От значение е също отстояването на собствена позиция и признаване правото на другия да бъде самият себе си.**

- **Обогатява културата на личността.** Контактът с литературните произведения, изразяването на мислите в устна или писмена форма чрез създаване на текстове дава възможност на малките ученици да опознават собствената и чуждата култура, да контролират преживяванията си, да общуват с други етноси, което развива емоционалната им компетентност. Способността да изказват чувствата на героите, както и собствените си чувства, води до обогатяване речника на учениците с нови думи, подобрява

изказа им; осмислят се добродетели, насочени към спазване нормите на езика и поведението. На тази основа се създават възможности за опознаване и изразяване на емоциите; за постигане на толерантност в отношенията. Чрез работата с художествени произведения се развива езиковата и читателската култура на обучаваните, формира се способност за разбиране на собствените чувства и чувствата на другите. Психолози като Л.Шапиро „пропагандират ползата от четенето и разказването на приказки на децата. Това е особено добър начин те да се научат на реалистично мислене, тъй като приказките показват на децата как хората в действителност разрешават проблемите си.” [6]

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Категорията *емоционална компетентност* е сложна и многопластова, затова е важно изясняването на същността ѝ, на аспектите и проявленията ѝ, за да може успешно да се формира у учениците. Познавайки параметрите на емоционалната компетентност, педагогът може да се стреми към разбиране на емоционалния свят на ученика, към разчитане на емоционалните му послания, към споделяне на преживяванията му и на тази основа да съдейства за формиране на компетентни в емоционално отношение личности, които имат поведение, адекватно на новите реалности и изисквания на обществото.

### **ЛИТЕРАТУРА**

- [1] Глас, Л. (1999). *Кажете го...правилно*. София: Сиела.
- [2] Голман, Д. (2000). *Емоционална интелигентност*. София: Кибеа.
- [3] Грънчаров, А. (2011). Душата на младите е нещо като многоцветна градина. *Образование №4*.
- [4] Димчев, К. (2010). *Методика на обучението по български език. Реалности и тенденции*. В. Търново: ИК "Знак 94".
- [5] Чавдарова-Костова, С. (2010). *Съвременни предизвикателства пред интеркултурното образование*. София: ИК "Образование".
- [6] Шапиро, Л. (1999). *Как да възпитаваме дете с висок емоционален коефициент*. София: Жар

### **За контакти:**

Румяна Нешкова Георгиева – *д-р по педагогика*, ОУ „Никола Икономов”, гр.Разград, гл.учител в начален етап, GSM 0898786932, e-mail: rumi\_neshkova@abv.bg;

**Докладът е рецензиран.**