

Модуль 1. Уровень 1.

Входная оценка эффективности базового курса See Learning

Благодарим вас за участие в оценке эффективности этого базового курса. Пожалуйста, заполните форму, это займёт около 10 мин., после чего вы сможете перейти к следующим уровням.

Когда вы обучаете людей, вы вступаете в прямой контакт с их жизнью. Возможно, вы замечали, что ваше сострадание по отношению к тем, кого вы обучаете, может оказать на вас положительное или отрицательное влияние.

Ниже приведены некоторые вопросы о положительном и отрицательном опыте преподавания. Подумайте о вашей текущей рабочей ситуации и выберите ответ, который отражает частоту проявления этих состояний за последние 30 дней.

1. Я счастлив (а).

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

2. Я занимаюсь более чем с одним человеком обучением.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

3. Я получаю удовлетворение от возможности обучать людей.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

4. Я чувствую связь с другими людьми.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

5. Я пугаюсь или вздрагиваю от неожиданных звуков

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

6. Я чувствую себя бодрым после работы.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

7. Мне трудно отделить свою личную жизнь от педагогической деятельности.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

8. Я не так продуктивен на работе, потому что я теряю сон из-за травматичных переживаний тех, кого я обучаю.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

9. Я думаю, что мог пострадать от травматичных переживаний тех, кого я обучаю.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

10. Я чувствую себя полностью поглощённым своей работой.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

11. Из-за своей самоотдачи я чувствую себя «на грани» в отношении различных вещей.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

12. Мне нравится моя работа в качестве педагога.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

13. Я чувствую депрессию из-за травматичного опыта людей, которых я обучаю.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

14. Я как будто сам переживаю травму того, кому я помог.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

15. У меня есть убеждения, которые меня поддерживают.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

16. Я доволен тем, как я слеую педагогическим техникам и методам.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

17. Я сейчас тот, каким всегда хотел быть.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

18. Моя работа доставляет мне удовольствие.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

19. Я чувствую себя измотанным из-за моей работы.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

20. У меня позитивные чувства и мысли о тех, кого я обучаю и о том, как я могу им помочь.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

21. Я чувствую себя перегруженным, так как работа кажется мне бесконечной.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

22. Верю, что могу изменить ситуацию с помощью своей работы.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

23. Я избегаю определённых действий или ситуаций, потому что они напоминают мне о пугающем опыте людей, которых я обучаю.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

24. Я горжусь тем, что я педагог.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

25. В результате травматичных переживаний у меня появляются пугающие навязчивые мысли.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

26. Я чувствую себя «увязшим» в системе.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

27. У меня бывают мысли, что я успешен как педагог.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

28. Мне трудно припомнить важные части моей работы с травматичным опытом других людей.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

29. Я очень заботливый человек.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

30. Я счастлив, что выбрал эту работу.

Никогда Редко Иногда Часто Очень часто

Благодарим вас за участие в опросе. Пожалуйста, прочитайте следующее определение:

Социальное и эмоциональное образование относится к развитию навыков, связанных с распознаванием эмоций, с управлением эмоциями, с развитием заботы о других, установлением позитивных отношений, принятием ответственных решений и конструктивным решением сложных ситуаций.

Имея это в виду, прочитайте следующие утверждения и подумайте, насколько каждое из них верно для вас. Оцените степень вашего согласия, используя шкалу:

1 = категорически не согласен

2 = не согласен

3 = ни согласен, ни не согласен

4 = принимаю

5 = полностью согласен

1.	Моя школа (иное ОУ) ожидает от педагогов удовлетворения социальных и эмоциональных потребностей детей.	
2.	Культура моей школы поддерживает развитие у детей социальных и эмоциональных навыков	
3.	Все учителя должны пройти обучение тому, как обучать детей социальным и эмоциональным навыкам	
4.	Я бы хотел посетить специальный семинар, чтобы развить мои собственные социальные и эмоциональные навыки	
5.	Забота о социальных и эмоциональных потребностях моих учеников для меня естественна	
6.	Мой руководитель создаёт в школе среду, которая способствует социальному и эмоциональному образованию наших учеников	
7.	Мне удобно обучать моих учеников социальным и эмоциональным навыкам	
8.	Неформальные занятия по социальным и эмоциональным навыкам являются частью моей обычной педагогической практики	
9.	Я чувствую себя уверенно, обучая учеников социальным и эмоциональным навыкам	
10.	Мой руководитель не поощряет преподавание социальных и эмоциональных навыков	
11.	Я хочу улучшить свои возможности обучения социальным и эмоциональным навыкам	
12.	Я хотел бы посетить семинар, чтобы узнать, как развивать социальные и эмоциональные навыки у моих учеников	

Благодарим вас за участие в исследовании! Чтобы завершить опрос, укажите ваше мнение по каждому из приведённых ниже вопросов, отметив один из вариантов ответа:

1 = совсем не верно

2 = едва ли верно

3 = практически верно

4 = абсолютно верно

Пожалуйста, ответьте на каждый из вопросов, имея в виду текущую комбинацию ваших возможностей и ресурсов для выполнения следующих действий в вашей нынешней должности:

1.	Я убеждён, что могу успешно обучить соответствующим навыкам даже самых сложных учеников	
2.	Я знаю, что могу поддерживать позитивные отношения с родителями, даже когда возникает напряжённость	
3.	Если я стараюсь, то могу взаимодействовать даже с самыми сложными учениками	
4.	Я убеждён, что со временем я смогу всё больше и больше помогать своим ученикам	
5.	Даже если возникают помехи, я уверен, что могу сохранять самообладание и продолжать хорошо учить	
6.	Даже если у меня плохой день, я уверен в своей способности удовлетворять потребности моих учеников	
7.	Я уверен, если я буду стараться изо всех сил, то смогу оказать положительное влияние на личное и академическое развитие своих учеников	
8.	Я убеждён, что могу творчески справляться с административными ограничениями и продолжать хорошо учить детей	
9.	Я знаю, что могу мотивировать своих учеников участвовать в инновационных проектах	
10.	Я знаю, что могу заниматься инновационной деятельностью, даже если мне противостоят скептические коллеги	

В заключение, пожалуйста, ответьте на следующие вопросы:

1. Что для вас означает слово **сострадание**?
2. Пожалуйста, приведите пример, когда ученик в классе был сострадательным? Какие действия учеников будут означать, что они сострадательны?
3. Что для вас означает слово **внимательность**?
4. Пожалуйста, приведите пример, когда ученик в классе был внимательным? Какие действия учеников будут означать, что они внимательны?
5. Что для вас означает слово **эмпатия**?
6. Пожалуйста, приведите пример, когда ученик в классе проявлял эмпатию? Какие действия учеников будут указывать на их эмпатию?

Модуль 1. Уровень 4.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОНТЕКСТ

Программа социально-эмоционального и этического образования (СЭЭО) построена на базе инновационной работы, проделанной в рамках программы социального и эмоционального обучения (SEL) и других инициатив, направленных на внедрение целостного образования в школах.

Программа СЭЭО добавляет новые компоненты, первый из них – развитие навыков внимательности.

Совершенствование навыков внимательности

Это фундаментальный навык, который влияет на все аспекты обучения. Несмотря на это, он в значительной степени игнорируется в рамках традиционного образования. Дэниел Гоулман отмечает, что «это настолько важный элемент, помогающий детям лучше управлять своим внутренним миром и улучшающий обучение, что тренировка внимания кажется очевидным следующим шагом».

Всеобъемлющее внимание к этике

Добавлен более сильный акцент на этике. Этика не основана на какой-то определённой культуре или религии, скорее она основана на главных человеческих ценностях, таких как сострадание. В программе СЭЭО изучаются преимущества доброты и сострадания, ученикам предлагаются материалы и практики, которые могут способствовать развитию умения заботливо относиться к себе и другим. Растёт количество научных данных, подтверждающих, что сострадательное и заботливое отношение полезно не только для других, но и для самого себя с точки зрения физического и эмоционального здоровья. Последствия такого отношения к общему благополучию очевидны. Д. Гоулман отмечает: «недостаточно просто знать, что думают или чувствуют другие люди; мы должны также заботиться о них и быть готовыми помочь. Это жизненно важный навык».

Помощь с учётом прошлого травматичного опыта

В программу СЭЭО включены новейшие разработки в области изучения психологических травм и оказания помощи, предоставляется возможность изучать эмоции, саморегуляцию и рефлексивные практики безопасным и эффективным способом. Это достигается с помощью метода устойчивости (resilience), основанном на сильных сторонах личности. Метод подходит для всех учащихся, включая как тех, кто пострадал от травмы, так и тех, у кого этого не было.

Поскольку все учащиеся, а в действительности все люди, переживают разные уровни безопасности или угрозы в повседневной жизни, все они могут с пользой для себя изучать нервную систему и то, как регулировать стресс с помощью телесных практик и освоения телесной грамотности. Они обеспечивают учащихся инструментами для борьбы со стрессом, которые можно использовать в повседневной жизни, снижая гипер- и гиперактивность и помогая себе лучше подготовиться к обучению. Эти инструменты стали очень популярными среди учителей и учащихся. Они также служат важной основой для развития эмоциональной осведомлённости и сосредоточенного внимания. Устойчивость как метод может воспитываться на индивидуальном, межличностном, социальном и культурном уровнях. Такой целостный подход обнаруживает, как люди существуют в рамках систем, как они вносят вклад в их развитие и обеспечивают долгосрочные и полезные решения.

Осознавание взаимозависимости

Программа СЭЭО фокусируется на повышении осознания взаимозависимости и системном мышлении. В нашем всё более динамичном и глобализованном мире личный успех и этика действий требуют более глубокого понимания того, как мы зависим друг от друга. Школы признают необходимость подготовки учеников к тому, чтобы они стали гражданами этого сложного мира, способными более ответственно в нём ориентироваться и действовать, способствуя собственному процветанию и процветанию других людей. Программа включает обучение системному мышлению и основывается на системном подходе.

Модуль 1. Уровень 6

MY PLAN

Modul1.

level 6 of 6

МОЙ ПЛАН

В модуле 1 вы получили краткий обзор обучения СЭЭО (SEEI) и его места в современной образовательной среде, а также того, чего ожидать от программы СЭЭО . Прежде чем перейти к модулю 2, давайте уделим немного времени для письменного осмысления.

Это первая из многих подсказок, на которые вы ответите в разделе «Мой план». Мой план предназначен для того, чтобы предоставить вам возможность разработать план действий по интеграции обучения SEE в ваш класс или организационный контекст. Ваши ответы «Мой план» будут сохраняться по мере прохождения курса, и в конце вы сможете просмотреть и выполнить свой персональный план. Это будет доступно вам в виде документа, который вы можете скачать и распечатать.

Мы уважаем вашу конфиденциальность: ваши ответы не будут переданы вашим администраторам, коллегам или другим участникам.

Каковы ваши надежды относительно учащихся, с которыми вы работаете?