ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

Новосибирский Институт Современного Образования

С РОССИЕЙ ВМЕСТЕ:
ШАГ НАВСТРЕЧУ!



«Эмоциональный интеллект: залог успешной социализации детей с миграционной историей»

3 ноября 2026 года

Педагог-психолог МБОУ СОШ № 7 Бучнева А. В.

Третий год в проекте:

системное сопровождение выбранного класса

4 класс

Анкетирование детей и родителей.

Заканчивается начальная школа.

5 класс

Занятия в формате тренингов - раз в неделю (раз в две недели).

Начало среднего звена школы.

6 класс

Занятия в формате тренингов - раз в неделю (раз в две недели).

Работа с детьми с миграционной историей **требует от психолога двойной нагрузки: эмоциональной адаптации и социокультурной интеграции**.

Учимся чувствовать

(распознавать свои чувства)

Думаем, опираясь на чувства

Действуем

1. **Дети стали с большим интересом узнавать друг про друга что-то новое.** Произошла трансформация поверхностного общения в глубокий интерес. Дети научились задавать открытые вопросы, слушать, и искренне интересоваться друг другом. Это позволило одноклассникам увидеть друг в друге личность.

2. Дети начали использовать местоимение «Мы» в контексте успехов класса. Появилось больше общности в классе.

Занятия помогли детям осознать взаимосвязь между их индивидуальными эмоциями, действиями и общим климатом в классе.



3. Дети перестали делить эмоции на «плохие» и «хорошие».

Дети научились именно размышлять о своем эмоциональном состоянии в различных ситуациях. Это привело к повышению способности к саморегуляции в различных ситуациях.

4. Повысилась общая дружелюбность. Стало больше поддержки.

Дети научились предвидеть необходимость в поддержке и предлагать её без принуждения, что способствует открытому общению и сотрудничеству.



5. Дети стали свободнее в самовыражении, исчезло замалчивание при высказывании непопулярного мнения.

Понимание себя и уверенности в себе, позволило детям преодолеть внутренние барьеры. Когда ребенок понимает, что его эмоции и мнения ценятся, а ошибки воспринимаются как часть обучения, снижается страх критики и осуждения.

6. Дети, выбравшие стратегию «невидимки», через занятия по эмоциональному интеллекту вышли из тени и начали проявлять инициативу (не ярко, но это уже положительная динамика).

Дети научились понимать ценность различий. Особое внимание детям, которые боялись проявлять себя, позволило им почувствовать себя в безопасности.



7. Отношение к отметке стало более функциональным. Ребенок понимает: «Я расстроен из-за оценки, но это не значит, что я плохой».
Произошло смещение фокуса с самооценки, привязанной к внешним результатам, на внутреннюю ценность личности. Также стало очевидно, что дети научились разделять свою личность от своих достижений.

8. Границы размылись. В классе нет 'своих' и 'приезжих', класс стал единым целым, где важен каждый.
Эмоциональный интеллект помог им увидеть общие человеческие ценности, мечты, страхи и радости, которые объединяют, несмотря на внешние различия.

9. Психолог и классный руководитель стали восприниматься как ресурс. Учителя и психолог стали своего рода наставниками, к которым можно обратиться за советом, поддержкой или даже просто для того, чтобы быть услышанным.



Техники:

1.Техника «Карта силы моей семьи»

Арт-терапевтическое упражнение, где каждый рисует **3 главных ценности своей семьи** (например, «гостеприимство», «труд», «забота о младших» и т.д.). Это задание помогает находить общие точки. В итоге, когда с классом проводим анализ, становится ясно, что «забота о бабушке» одинаково важна и в семье из Ташкента, и в семье из Новосибирска.
Это создает некий мостик ценностей.

2. Метод «Стоп-кадр»

Если на занятии ситуация накаляется, я говорю: «Стоп-кадр!». Все замирают. И, далее, я прошу каждого проговорить, какая мышца у него сейчас зажата (челюсть, кулаки), где напряжение чувствуют именно в теле.
Таким образом, мы **переходим от психологии к физиологии**. Это самый быстрый способ вернуть детей из эмоционального мозга в рациональный.

Техники:

3. Техника «Банк анонимных трудностей»

Дети делятся, допустим первых пять минут занятия – анонимно записками, что их бесит, пугает или радует. Также может быть формат коробки, куда дети раз в неделю кидают записки об этом. Дети понимают: «Ого, не только я боюсь контрольной по математике». Это создает чувство общности чувство одиночества в своих переживаниях.

4. Метод «Эмоциональный переводчик»

В игровых ситуациях мы просим детей по очереди **показать эмоцию без слов, а класс — угадать. Или наоборот.**
Это дает нам понимание, что язык эмоций одинаков на любом языке, что **гнев, радость и обида выглядят одинаково у представителей любой национальности.**

Техники:

5. Инструмент «Сигнал»

Устанавливается правило, что каждый ребенок задает себе вопрос: **«Есть ли сегодня что-то, что мне трудно понять в классе?»**. Делится ответом.

Это позволяет детям и детям-мигрантам легально и безопасно сигнализировать о социальном дискомфорте или непонимании негласных правил группы.

6. Игра «Тайный ресурсный агент»

На три дня, можно и на неделю, каждому ребенку выдается имя «подопечного», которому он должен делать «эмоциональные вливания» (комплимент, поддержка, помощь), но тайно.

В конце договоренного периода мы угадываем, кто был чьим агентом. Это развивает **эмпатическое наблюдение**: ребенок начинает специально следить за состоянием другого, чтобы вовремя «напасть» с добром. ☺

Кейсы:

Кейс №1:

Ситуация: А. (11 лет) недавно переехал. На уроке математики он правильно решает задачу в тетради, но не может объяснить ход решения у доски из-за языкового барьера. Одноклассники начинают хихикать. Ахмед внезапно рвет тетрадь, толкает парту и выбегает из класса.

• Проблема: Накопленное эмоциональное напряжение из-за невозможности самовыражения вылилось в агрессивную реакцию.

• Фокус ЭИ: Как учителю распознать стадию «закипания» ребенка до взрыва? Какие техники заземления и саморегуляции можно предложить ребенку, когда слов еще недостаточно?

• Вопрос для обсуждения: Как легализовать чувство злости и бессилия А., не наказывая его за деструктивное поведение?



Кейсы:

Кейс №2:

Ситуация: На уроке истории обсуждается тема, которая в родной стране ученика С. трактуется иначе. С. выглядит растерянным и тревожным. Дома родители говорят одно, в школе — другое. Он начинает прогуливать именно этот предмет, хотя раньше проявлял к нему интерес.

• Проблема: Внутренний конфликт идентичности («кому я должен верить?»), вызывающий диссонанс и тревогу.

• Фокус ЭИ: Как помочь ребенку в осознании того, что испытывать разные чувства к разным культурам — это нормально?

• Вопрос для обсуждения: Как учитель может поддержать эмоциональную безопасность ребенка, не вступая в конфликт с ценностями его семьи?



Кейсы:

Кейс №3:

Ситуация: Ученик-мигрант (Н., 11 лет) на уроке математики правильно решает задачу в тетради, но когда учитель просит его выйти к доске, он резко захлопывает тетрадь, качает головой и отказывается вставать. Учитель настаивает, после чего Н. впадает в «ступор» — просто смотрит в одну точку и перестает реагировать на любые слова.

• Проблема: проявление социальной тревоги, подкрепленный языковым барьером.

• Фокус ЭИ: Распознавание страха совершить ошибку перед аудиторией.

• Вопрос для обсуждения: Как отличить лень/непослушание от эмоционального паралича? Как помочь ребенку экологично прожить страх публичного выступления при недостаточном владении языком?



Кейсы:

Кейс №4:

Ситуация: Во время перемены класс обсуждает забавный случай, произошедший на уроке. Дети смеются. Девочка-мигрантка (М., 13 лет), которая плохо понимает идиомы и быстрый темп речи, внезапно начинает плакать и убегает в туалет. Оказывается, она решила, что класс смеется над её внешним видом или акцентом.

• Проблема: Сложность М. восприятия социальных сигналов.

• Фокус ЭИ: Развитие социальной чуткости (эмпатии) у одноклассников.

• Вопрос для обсуждения: Как научить детей в классе «считывать» состояние того, кто не понимает контекст? Какие упражнения на помогут М. научиться проверять свои догадки («Вы смеетесь надо мной или над шуткой?»), прежде чем погружаться в обиду?



Кейсы:

Кейс №5:

Ситуация: В классе идет подготовка к традиционному празднику (например, Масленице или Новому году). Дети с азартом обсуждают традиции. Ребенок с миграционной историей (З.) сидит с отсутствующим видом, рисует в блокноте и на вопрос учителя «А как празднуют у вас?» отвечает: «Никак, это все глупости». Позже выясняется, что дома ему запрещают участвовать в «чужих» праздниках.

• Проблема: Внутриличностный конфликт, желание принадлежности группе сверстников, страх проявление идентичности.

• Фокус ЭИ: Управление внутренним конфликтом лояльности (семья и школа).

• Вопрос для обсуждения: Как помочь ребенку прожить чувство отчужденности? Как развить эмоциональную гибкость, позволяющую уважать традиции семьи, не становясь изгоем в коллективе?



Кейсы:

Кейс №6:

Ситуация: Ученик (Р., 12 лет) демонстрирует отличные успехи, но на контрольной по литературе получает «тройку». Увидев оценку, Р. бледнеет, у него начинается гипервентиляция (учащенное дыхание). Он умоляет учителя: «Пожалуйста, не ставьте это в журнал, отец меня убьет, мы приехали сюда ради моей учебы».

• Проблема: Панический страх несоответствия ожиданиям.

• Фокус ЭИ: Работа с чрезмерной тревогой и грузом ответственности за «честь семьи».

• Вопросы для обсуждения: Как помочь ребенку осознать, что его ценность не равна его оценкам? Как педагогу экологично поговорить с родителями о снижении уровня эмоционального давления, не задев их культурные установки?



Кейсы:

Кейс №7:

Ситуация: В классе есть ученица (В., 14 лет), которая переехала год назад. Она идеально тихая, всегда сдает работы вовремя, никогда не вступает в конфликты. Учителя ставят её в пример. Однако на психологическом тестировании выясняется, что у В. самый высокий уровень тревожности в классе: у нее ноль друзей, она чувствует себя ненужной и не верит, что её могут принять в компанию.

• Проблема: Возможность развития скрытой депрессии.

• Фокус ЭИ: Развитие социальной наблюдательности. Часто фокус направлен на агрессоров, но «тихие» дети страдают не меньше.

• Вопрос для обсуждения: Как заметить эмоциональное неблагополучие за маской «удобного поведения»? Какие групповые упражнения на сплочение помогут «невидимке» проявить себя без стресса?



Кейсы:

Кейс №8:

Ситуация: Ученик (Д., 11 лет) выглядит очень расстроенным после перемены. Учитель спрашивает: «Что случилось? Д. не может описать сложное чувство (например, обиду от того, что его не взяли в игру, или чувство несправедливости). Он просто твердит: «Всё плохо, я плохой», — и начинает бить себя кулаком по колену.

• Проблема: Проявление аутоагрессии в стрессовой ситуации.

• Фокус ЭИ: Расширение эмоционального словаря и поиск способов выражения чувств без слов.

• Вопрос для обсуждения: Как помочь ребенку, которому не хватает языковых средств, выразить сложные эмоции? Использование визуальных карт эмоций, арт-терапии или метафор (на что похожа твоя грусть?) в работе с детьми-мигрантами.



«Таблица трех позиций»

Что чувствует ребенок в этот момент?	Что чувствует учитель в этой ситуации (честная саморефлексия)?	Какое действие поможет снизить градус эмоций и вернуть ситуацию в конструктивное русло?

Вы сажаете семена в саду,

цветение которого, возможно, никогда не увидите.

Но знайте: благодаря вам

этот сад вообще существует!



Спасибо!