



Зүрх Сэтгэлийн
Боловсрол

ЗҮРХ СЭТГЭЛИЙН БОЛОВСРОЛ

ОЛГОХ ХӨТӨЛБӨР ГЭЖ ЮУ ВЭ?





Зүрх Сэтгэлийн Боловсрол



ЗҮРХ СЭТГЭЛИЙН БОЛОВСРОЛ ОЛГОХ ХӨТӨЛБӨР ГЭЖ ЮУ ВЭ?



Хүн төрөлхтний хүрээлэн буй орчинд өрнөж буй үйл явдал, нөхцөл байдалд хариу үйлдэл үзүүлэх төрөлх буюу байгалийн хариу үйлдэл бол хүний сэтгэл хөдлөл билээ. Тархи судлаачдын тооцооллоор хүн өдөрт 40,000-60,000 бодол бодож 400 орчим сэтгэл хөдлөл мэдэрдэг гэсэн судалгаа байдаг. Тиймээс бид эдгээр бодол, сэтгэл хөдлөлөө удирдаж сурах чадварт суралцах шаардлагатай бөгөөд энэхүү чадвар нь хүрээлэн буй орчиндоо өрнөж буй үйл явдал, нөхцөл байдалд зөв бөгөөд зохистой хариу үйлдэл үзүүлэхэд туслах чухал алхам юм.

Энэхүү алхмыг сэтгэл зүйчид бага наснаасаа буюу 3 наснаас эхлэн суралцах шаардлагатай гэж үздэг бөгөөд бидний боловсруулсан Зүрх сэтгэлийн боловсролын хөтөлбөр нь хүүхэд өөрийн сэтгэл хөдлөлөө таних, нэрлэх, зөвөөр удирдан чиглүүлэх, бусдын сэтгэл хөдлөлийг зөвөөр таньж, түүнд зөв хариу үйлдэл үзүүлж амжилттай нийгмийн харилцаа үүсгэх, өөрийн зорилго, мөрөөдлөө танин мэдэж, түүнийхээ төлөө тууштай, хичээнгүй байх чадваруудыг олгох зорилготой билээ.

Зүрх сэтгэлийн боловсролын хөтөлбөр нь нийт 5 бүлгийн хүрээнд 36 долоо хоногийн хичээлээс бүрдэж байгаа бөгөөд бага насны хүүхдийн сэтгэл зүйн онцлогт тохирсон хүүхэлдэйн дүр,үлгэрийн аргаар дамжуулан хичээлийн дасгал,даалгавруудыг бэлтгэснээрээ онцлог юм. Тус хөтөлбөр нь дараах агуулга, чадваруудыг хүүхдэд олгох юм.

Зүрх сэтгэлийн боловсролын хөтөлбөр нь хүүхдийн нийгэм сэтгэл хөдлөлийн боловсролыг дэмжих зорилготой нотолгоонд суурилсан цогц хөтөлбөр юм. Хөтөлбөрийн гол төв нь хүүхдийн өөрийгөө анзаарч, танин мэдэх, эмпати байх, хариуцлагатай шийдвэр гаргах чадварыг хөгжүүлэх, мөн багш нарт боловсролын орчинд оролцоо, дэмжлэгийг бүтээлч, сонирхолтой аргаар үүсгэхэд туслах хэрэглэгдэхүүнүүдээр дэмжлэг үзүүлэхэд чиглэсэн.

Хөтөлбөрийн зорилго, зорилт



Хүүхдэд зүрх сэтгэлийн боловсролын хөтөлбөрийг явуулснаар хүүхэд өөрийн амьдралыг өөрөө бие даан шийдэх чадвартай, өөрийн гэсэн дотоод байр суурь, нөөц чадвартай бие хүн болон хөгжихөд дэмжлэг үзүүлэх



Хүүхэд өөрийгөө анзаарч таних, өөрийгөө удирдах, бусадтай харилцаж, бусдыг ойлгох, хариуцлагатай шийдвэр гаргах чадварыг дэмжих



Хүүхдийн гэр бүл, сургууль зэрэг нийгмийн өдөр тутмын орчин, ахуйд нь зүрх сэтгэлийн боловсролыг шингээх



Багш болон асран хамгаалагчдад хүүхэдтэйгээ үр дүнтэй харилцах зүрх сэтгэлийн боловсролын стратеги аргуудыг сургах



Монгол хүүхдийн соёл, ахуйн онцлогт тохируулан гаргасан Зүрх сэтгэлийн боловсролын чадварыг хэмжих үнэлгээний аргаар үр дүнг үнэлэх

ХӨТӨЛБӨРИЙН АГУУЛГА



БОЛОВСРОЛ,
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ

СӨБ зөвлөмж

Би концепц

Өөрийгөө мэдрэх,
илэрхийлэх

(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 1)

Өөртөө үйлчлэх,
оролцоотой байх

(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 2)

Хөтөлбөрийн
агуулга



Зүрх Сэтгэлийн
Боловсрол

Бүлэг 1: Миний сэтгэл хөдлөлийн найзууд

Би концепц

Хүүхэд өөрийн талаар, өөрийн гадаад төрх, сэтгэл хөдлөл, харилцаа, хөдөлгөөнийг хэрхэн ойлгож буй тухай ойлголтууд бол би концепц юм (Neill, 2005).

Сэтгэл хөдлөлөө анзаарах

Бидэнд ямар мэдрэмж яагаад төрөөд байна гэдгийг ойлгох чадвар.

Өөртөө итгэх итгэл

Өөртөө найдах, бусдаас хэт хамаарал үүсгэхгүйгээр өөрийн чадах зүйлсийг бие даан хийх чадвар.



Нийгэм сэтгэл хөдлөлийн
чадварын үндсэн бүрдэл

Өөрийгөө анзаарах

Өөрийн бодол, мэдрэмж, сэтгэл хөдлөл, үнэ цэн нь нь зан байдалд нь хэрхэн нөлөөлж буйг ойлгох, таних чадвар



БОЛОВСРОЛ,
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ

СӨБ зөвлөмж

Сэтгэлийн хөдөлгөөнөө
зохистой илэрхийлэх

(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 3)

Дүрэм журмыг ойлгох,
мөрдөх

(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 12)

Стрессийг тэсвэрлэх

Өөрийн нөөцийг
ухамсарлах

Хөтөлбөрийн
агуулга



Зүрх Сэтгэлийн
Боловсрол

Бүлэг 2: Миний тайван амгалан сэтгэл

Сэтгэл хөдлөлийн зохицуулга

Зорилгодоо уялдуулан сэтгэл хөдлөлөө зохицуулах
болон стресс менежмент аргуудыг ашиглах
чадвар.

Сэтгэл хөөрлийн хяналт

Гэнэтийн урамшууллын хариу үйлдэл, хүлээлт болон
хөөрлийн процессоо үр дүнтэй хянах чадвар.

Стрессийг тэсвэрлэх

Уур, урам хугаралд хэт автахгүйгээр бэрхшээлтэй
тулгарах.

Өөрийн нөөцийг ухамсарлах

Хувийн зорилгодоо хүрэхэд өөрийгөө сэргээж, нөөц
чадвараа дайчлах



Нийгэм сэтгэл хөдлөлийн
чадварын үндсэн бүрдэл

Өөрийн зохицуулга

Өөр өөр нөхцөлд бодол, мэдрэмж,
сэтгэл хөдлөл, зан байдлаа удирдах,
өөрийн үйл хөдлөлийг зорилгодоо
чиглүүлэх чадвар



БОЛОВСРОЛ,
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ

СӨБ зөвлөмж

Бусдын байр
суурийг ойлгох

Бусдыг мэдэрч ойлгох

(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 5)

Хүмүүсийн хоорондох
ялгаатай байдлыг
ойлгох, хүндэтгэлтэй хандах
(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 10)

Үеийн хүүхдүүдтэй
харилцах

(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 7)

Идэвхтэй сонсох

Хөтөлбөрийн
агуулга



Зүрх Сэтгэлийн
Боловсрол

Бүлэг 3: Миний хайртай хүмүүс

Бусдын байр суурийг ойлгох

Нөхцөл байдлыг олон өөр өнцөгөөс ойлгож, бусдын
хүлээлт, нөхцөл байдлын боломжийг харах чадвар.

Эмпати

Бусдын сэтгэл хөдлөл, мэдрэмжийг ойлгох чадвар.

Ялгаатай байдлыг хүндлэх

Адил болон ялгаатай талуудыг хүндлэх, өөрийн онцгой
талуудаар бахархахын зэрэгцээ бусдыг дээрэлхэхгүй
байх, олон янзын соёлын ялгаатай хэм хэмжээг танин
мэдэх, хүндлэх чадвар.

Зан үйлийн харилцан хамаарлыг ойлгох

Ангид, хүмүүстэй хамтрахад, янз бүрийн хамтын үйл
ажиллагаанд бидний зан байдал нэг нэгэндээ хэрхэн
нөлөөлдөг болохыг ойлгох чадвар.

Идэвхтэй сонсох

Хүндлэл, сониуч байдлыг хослуулан бусдыг бүрэн дүүрэн
сонсох чадвар.



Нийгэм сэтгэл хөдлөлийн
чадварын үндсэн бүрдэл

Бусдыг анзаарах

Олон янзын орчин, нөхцөл
байдал, соёлд өссөн хүмүүсийн
мэдрэмж, байр суурийг ойлгох
эмпати чадвар



БОЛОВСРОЛ,
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ

СӨБ зөвлөмж

Орчны өөрчлөлтөд дасах
(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 9)

Насанд хүрэгчидтэй
харилцах
(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 6)

Бусад хүүхэд (өөрөөсөө
насаар ах, дүү)-тэй
харилцах
(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 8)

Оролдлоготой,
санаачилгатай,
тууштай байх
(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн хөгжил,
Чадвар 11)

Хөтөлбөрийн
агуулга



Зүрх Сэтгэлийн
Боловсрол

Бүлэг 4: Би эелдэг хүүхэд

Зөрчлийг шийдвэрлэх

Үр дүн гаргах, шинэ зүйл суралцахад чиглэн
зөрчлийг шийдэрлэх чадвар.

Харилцаанд итгэлтэй байдал

Өөртөө итгэх итгэл, шударга байдал, хүндлэлийн хамт
өөрийгөө өмгөөлж хамгаалах, өөрийн талд байх
чадвар.

Нийгмийн төлөөх зан байдал

Бусдад туслах, хэрэгтэй байхад чиглэсэн сайн дурын
үйл хөдлөл болон бусдын мэдрэмжид санаа тавьж
байгаагаа харуулах чадвар.

Тууштай байдал

Бэрхшээл, ухралт, алдаа гаргах эсэхээс үл хамааран
зорилгодоо хүрэхийн тулд хичээл зүтгэлээ хадгалах
чадвар.



Нийгэм сэтгэл хөдлөлийн
чадварын үндсэн бүрдэл

Харилцааг зохицуулах

Бусадтай эрүүл, дэмжсэн харилцаа
үүсгэх, багаар ажиллах, зөрчил
маргааныг үр дүнтэй шийдвэрлэх
чадвар



БОЛОВСРОЛ,
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ

СӨБ зөвлөмж

Асуудлыг өөрийн
хэмжээнд шийдвэрлэх
(СӨБСХХЗ, Нийгэмшихүйн
хөгжил, Чадвар 4)

Ололт амжилтын
сэдэл

Хөтөлбөрийн
агуулга



Зүрх Сэтгэлийн
Боловсрол

Бүлэг 5: Миний мөрөөдлийн ирээдүй

Асуудлын шийдэлд төвлөрөх

Асуудлыг тодорхойлж, шийдэл боловсруулан, шалтгаан болон үр дагаврын харилцан хамаарлыг ойлгох, янз бүрийн зөрчлийг шийдвэрлэх чадвар.

Ололт амжилтын сэдэл

Бүтээлч байдал, өсөлтийн сэтгэлгээ, өөдрөг байдлаар амжилт руу өөрийгөө чиглүүлэх чадвар.



Нийгэм сэтгэл хөдлөлийн чадварын үндсэн бүрдэл

Асуудал шийдвэрлэх

Асуудлыг тунгаан бодох, шийдвэр гаргах, үр дагаврыг тооцоолох, эрсдэлийг үнэлэх, ёс зүйтэй сонголт хийх, асууудалд бүтээлчээр хандах, шийдвэрийнхээ хариуцлагыг хүлээх чадвар

БАГЦ ХӨТӨЛБӨР

Зүрх сэтгэлийн боловсролын хөтөлбөрийн цэцэрлэгт зориулсан хувилбар нь багшийн гарын авлага, сурагчийн дасгал ажлын дэвтэр болон үзүүлэн, постеруудаас бүрдэнэ. Хөтөлбөрийн агуулга, уялдаа холбоо, хүрэх үр дүн нь нотолгоонд суурилсан боловч хүүхдийн өсөж хөгжиж буй орчин, нөхцлийн ялгаатай хүчин зүйлээс хамааран хөтөлбөрийн хэрэгжилт өөр өөр байх боломжтой тул урт хугацааны хэрэгжилт, үр дүнг дэмжих зорилготойгоор бидний зүгээс багш, эцэг эхэд зориулсан багц гаргасан болно.

1. Удиртгал хичээл

Сургалтын сэдэв		
1.	Хүүхдийн хөгжилд EQ нөлөөлөх нь - удиртгал	90 минут
2.	Хүүхэдтэй харилцах нь - Хэрхэн сонсвол хүүхэд ярих вэ? Хэрхэн ярилцвал хүүхэд сонсох вэ?	45 минут
3.	Хүүхдийн ерөнхий хөгжил, зан байдал, онцлогийг ажиглах арга зүй	45 минут
4.	Хүүхдийн онцлогт тохируулан харилцах нь - Хэт хөдөлгөөнтэй, түгшүүртэй, түрэмгий, дасан зохицохдоо удаан, хэл ярианы бэрхшээлтэй хүүхэдтэй харилцах арга	45 минут
5.	Хүүхэдтэй ажиллаж буй багш өөрийн болон хүүхдийн сэтгэл зүйн эрүүл мэндэд анхаарах нь	45 минут

2. **Онлайн сургалт, воркшоп**

Улирал тутам 1-2 удаа

Сургалтын сэдэв		
1.	Миний сэтгэл хөдлөлийн найзууд	45 минут
2.	Миний тайван амгалан сэтгэл хөдлөл	45 минут
3.	Миний хайртай хүмүүс	45 минут
4.	Би эелдэг хүүхэд	45 минут
5.	Миний мөрөөдлийн ирээдүй	45 минут

3. **Хөтөлбөрийн санал хүсэлтэд тулгуурласан хөгжүүлэлт**

Онлайн сургалт,воркшопын өмнө багш, цэцэрлэгийн удирдлагын зүгээс хөтөлбөрийг хэрэгжүүлсэн сайн туршлага болон хөгжүүлэх талуудыг судалж, дахин хөгжүүлэх

4. **Хөтөлбөрийн календарчилсан төлөвлөгөө**

Хөтөлбөрийн долоо хоног тутмын календарчилсан төлөвлөгөөнд багшид хэрэглэгдэх материал,материал татаж аваж холбоос болон онлайн воркшоп сургалтад нэвтрэх холбоосыг оруулах ба долоо хоногийн хэд дэх өдрийн хэдэн цагт хөтөлбөрийг явуулах боломжтойд тохируулан календарчилсан төлөвлөгөөг татаж аван, суулгах боломжтойгоор илгээх

ЗҮРХ СЭТГЭЛИЙН БОЛОВСРОЛ ОЛГОХ ХӨТӨЛБӨРИЙН БҮРДЭЛ

Багшийн гарын авлага



Хүүхдийн дасгал ажлын дэвтэр

Нийт 5 бүлэг хичээл болон дасгал ажлуудаас бүрдэнэ.





**Миний сэтгэл
хөдлөлийн найзууд**

1

Сэтгэл хөдлөлөө таньж мэдэх



**Миний тайван
амгалан сэтгэл**

2

Сэтгэл хөдлөлөө удирдах



**Миний хайртай
хүмүүс**

3

Харилцааны чадвар



Би эелдэг хүүхэд

4

Эмпати чадвар



**Миний мөрөөдлийн
ирээдүй**

5

Өсөх сэтгэлгээ хөгжүүлэх



Зүрх сэтгэлийн үлгэрүүд



Мэдрэмжийн карт

Сэтгэл хөдлөл, мэдрэмжээ
таньж мэдэх карт



Зүрх сэтгэлийн боловсрол олгох плакат

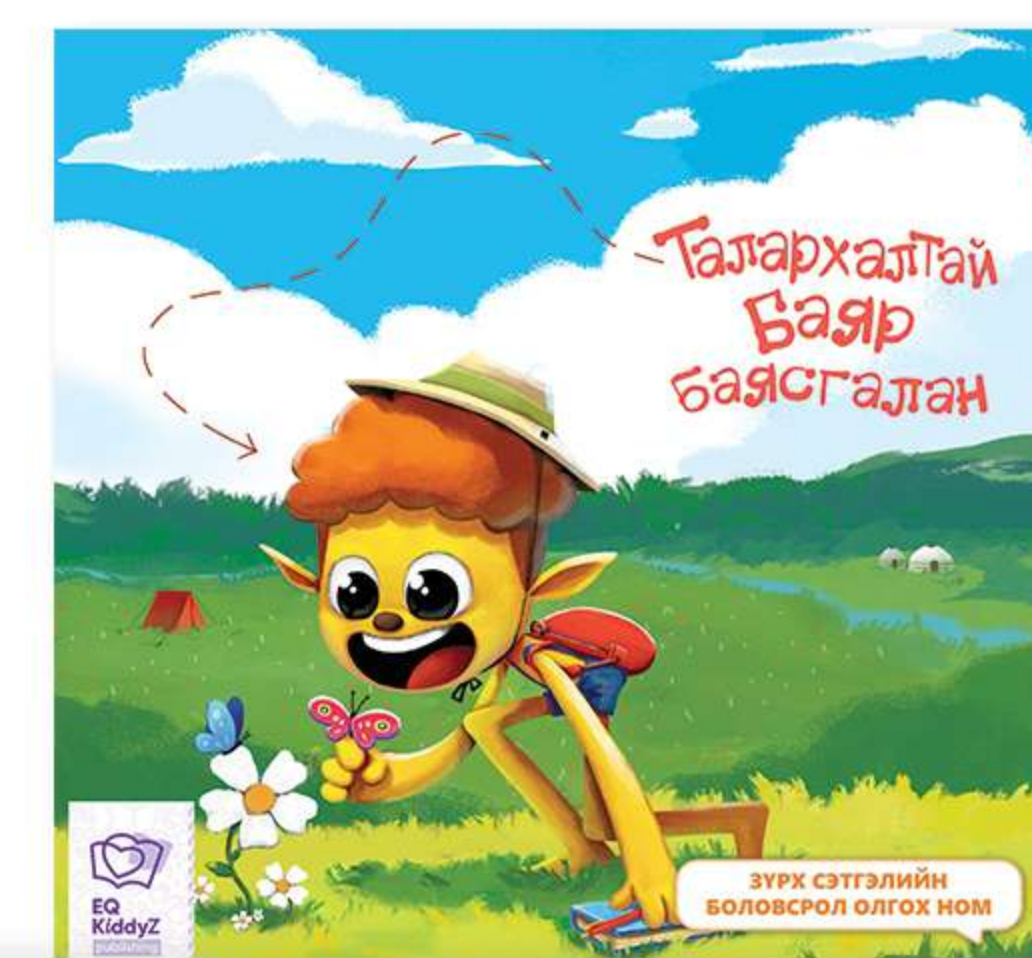
Уурын дүрэм
Нөхөрлөлийн амлалт
Аз жаргалын бүжиг



ХӨТӨЛБӨРТ ХЭРЭГЛЭГДЭХ НЭМЭЛТ МАТЕРИАЛУУД



EQ ХӨГЖҮҮЛЭХ НОМ - ЦУВРАЛ 1



EQ ХӨГЖҮҮЛЭХ НОМ - ЦУВРАЛ 2



СЭТГЭЛ ХӨДЛӨЛ, НИЙГЭМШИХҮЙН ЧАДВАР
ХӨГЖҮҮЛЭХ ЦУВРАЛУУД



СЭТГЭЛ ХӨДЛӨЛ, БУСДЫГ ОЙЛГОХ ЭМПАТИ
ЧАДВАР ХӨГЖҮҮЛЭХ ЦУВРАЛУУД



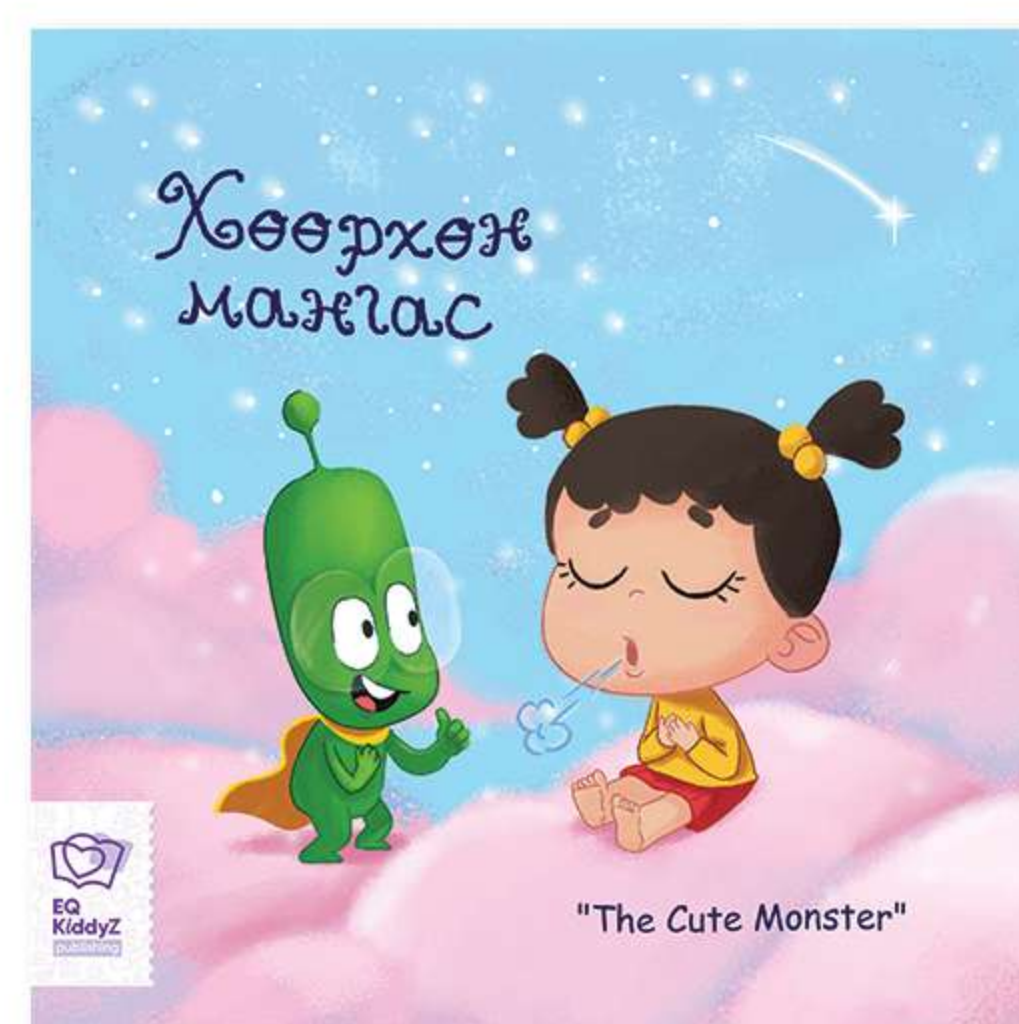
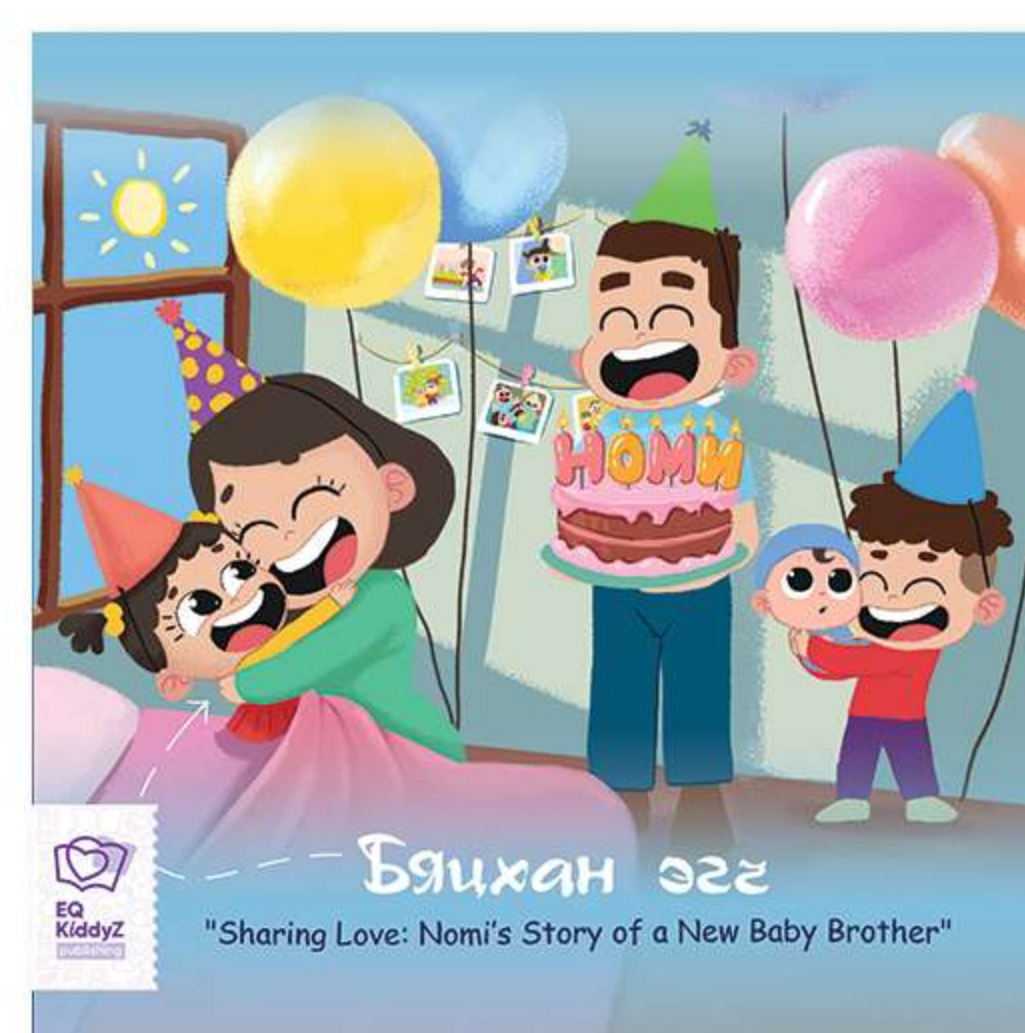


ТОМ СЭДВИЙН ТУХАЙ БЯЦХАН ЯРИА ЦУВРАЛУУД



БУСДЫГ ЗҮРХ СЭТГЭЛЭЭСЭЭ СОНСОХ, ОЙЛГОХ ТУХАЙ НОМ

ҮЕЭР ҮНШИХ НОМ



БАЯРЛАЛАА



**Q Education
Group**

☎ **7777 7733, 8600 0123**

f **Зүрх сэтгэлийн боловсрол**