

**В.И. ДОЛГОВА  
В.К. ШАЯХМЕТОВА**

**ФОРМИРОВАНИЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ  
КАЧЕСТВ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА**

**Учебное пособие**

**Челябинск  
2017**

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Южно-Уральский государственный  
гуманитарно-педагогический университет»

**В.И. ДОЛГОВА**  
**В.К. ШАЯХМЕТОВА**

**ФОРМИРОВАНИЕ**  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ**  
**ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА**

Учебное пособие

Челябинск  
2017

УДК 378 (021): 151.8 (021)

ББК 74.480я73: 88.40я73

Д 64

Долгова, В.И. Формирование профессионально важных качеств [Текст]: учебное пособие / В.И. Долгова, В.К. Шаяхметова. – Челябинск: Изд-во Юж.-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2017. – 133 с.

ISBN 978-5-906908-82-7

Пособие предназначено для учебно-методического обеспечения процесса освоения учебного курса «Формирование профессионально важных качеств психолога в образовательной среде», психологических технологий и методов формирования профессионально важных качеств педагога-психолога. В пособии проведен теоретический обзор проблемы определения состава профессионально важных качеств педагога-психолога, осуществлено целеполагание и моделирование их формирования, представлен диагностический инструментарий и программа формирования профессионально важных качеств педагога-психолога.

Адресуется студентам, обучающимся по направлению подготовки Психолого-педагогическое образование, преподавателям, психологам профессионального психологического и образовательного пространства.

Рецензенты:

Т.Г. Калугина, д-р пед. наук, профессор

З.М. Большакова, д-р пед. наук, профессор

ISBN 978-5-906908-82-7

© В.И. Долгова, 2017

© В.К. Шаяхметова, 2017

© Г.Г. Нурмиев, дизайн обложки, 2017

© Издательство Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b> .....	4
<b>Раздел 1. Проблема определения профессионально важных качеств педагога-психолога</b> .....	7
1.1. Профессиональная деятельность педагога-психолога .....	7
1.2. Профессионально важные качества педагога-психолога .....	15
<b>Раздел 2. Формирование профессионально важных качеств педагога-психолога</b> .....	21
2.1. Целеполагание и моделирование формирования профессионально важных качеств педагога-психолога .....	21
2.2. Программа «Формирование профессионально важных качеств педагогов-психологов» .....	32
2.3. Рекомендации по формированию профессионально важных качеств педагога-психолога .....	73
<b>Задания для самопроверки</b> .....	105
<b>Библиографический список</b> .....	115
<b>Приложение 1</b> .....	117
<b>Приложение 2</b> .....	128

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность формирования профессионально важных качеств педагогов-психологов связана с необходимостью целенаправленного изучения и формирования личностных образований в соответствии с общими закономерностями процесса профессионального обучения. Согласно требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование» на уровнях бакалавриата и магистратуры (2015 г.), основная образовательная программа должна быть направлена на обеспечение профессиональной подготовки выпускника, воспитание у него гражданской идентичности, стремления к постоянному профессиональному росту и способствующих этому личностных качеств.

Требования к профессиональным качествам обеспечиваются совокупностью качеств личности, которая содержит значимые для профессии педагога-психолога характеристики, что позволяет более результативно осуществлять профессиональную подготовку психологов для сферы образования (И.В. Дубровина, Р.В. Овчарова и др.).

Современная профессиональная подготовка направлена в основном на формирование компетенций, оставляя развитие личности будущих специалистов без должного внимания, хотя именно личность и индивидуальность обучающегося являются той основой, которая осуществляет субъектную избирательную интеграцию приобретаемых компетенций во внутренние психические структуры. В этой связи возрастает целесообразность формирования профессионально важных качеств (далее ПВК) личности в образовательном процессе. Это подчеркивали в своих трудах отечественные ученые К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев

(в аспекте направленности личности и индивидуализации деятельности), А.Г. Асмолов Л.С. Выготский, Ю.Б. Гиппенрейтер (в контексте определяющей роли деятельности в процессе формирования и развития личности), А.А. Деркач, Н.В. Кузьмина (в связи с достижением акмэ в личностном и профессиональном развитии), Н.С. Глуханюк, Е.А. Климов (с позиции развития личности в профессии, повышения эффективности профессиональной деятельности), Б.Ф. Ломов, В.А. Пономаренко (с точки зрения влияния «человеческого фактора» на эффективность и качество деятельности), Н.С. Пряжников, С.Н. Чистякова (с позиций возможностей самореализации личности в деятельности, ее профессионального самоопределения) и т.д.

Вместе с тем остаются недостаточно разработанными вопросы, касающиеся выявления и формирования профессионально важных качеств. Проведенное исследование позволило нам выявить противоречие между необходимостью внедрения программы формирования ПВК педагогов-психологов и ориентированным, главным образом, на формирование профессиональных компетенций процессом профессиональной подготовки.

Разрешению данного противоречия посвящен учебный курс «Формирование профессионально важных качеств психолога в образовательной среде» на уровне подготовки магистров психолого-педагогического направления.

Целью курса является подготовка магистрантов к осознанному пониманию специфики профессиональной деятельности педагога-психолога и значении личностных особенностей специалиста в этой деятельности. В основе курса лежат идеи личностно-деятельностного подхода о том, что профессиональная деятельность, на всех ее этапах, включая этап профессиональной подготовки, детерминирует развитие личности в профессии, а именно, способствует формированию профессионально важных качеств личности.

### Основные задачи курса:

- познакомить магистрантов с теоретическими основами психологии профессиональной деятельности, основными подходами в отечественной психологии – системным, личностно-ориентированным и деятельностным в контексте проблемы курса;

- изучить характер и специфику профессиональной деятельности педагога-психолога во взаимосвязи с личностными особенностями специалиста;

- ознакомить магистрантов с основными профессионально важными качествами педагога-психолога;

- обеспечить знаниями по созданию коррекционных и обучающих технологий, направленных на повышение уровня сформированности профессионально важных качеств педагога-психолога.

### Практические занятия решают следующие задачи:

- закрепление теоретических знаний, полученных на лекционных занятиях;

- выявление текущего уровня сформированности профессионально важных качеств педагога-психолога у магистрантов;

- повышение уровня сформированности у студентов профессионально важных качеств педагога-психолога;

- повышение у магистрантов уровня мотивации и направленности на профессиональную деятельность психолога образовательной среды.

Предлагаемое учебное пособие предназначено, во-первых, для учебно-методического сопровождения курса, во-вторых, для обеспечения программным содержанием, диагностическим и практическим инструментарием процесса формирования ПК педагога-психолога у обучающихся.

# **РАЗДЕЛ 1. ПРОБЛЕМА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА**

## **1.1. Профессиональная деятельность педагога-психолога**

Профессиональная деятельность педагога-психолога в образовательном учреждении направлена на решение задач, поставленных перед психологической службой учреждений образования государством и Министерством образования РФ. Прежде всего, это задача психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса и всех его субъектов. В Постановлении Министерства образования № 42 от 27 апреля 2006 года указывается необходимость «своевременной комплексной личностно – ориентированной социально-педагогической, психологической помощи обучающимся и воспитанникам в вопросах личностного развития, позитивной социализации, профессионального становления и жизненного самоопределения».

В этой связи целью деятельности педагога-психолога является обеспечение эффективного функционирования психолого-педагогических механизмов гармонизации психического развития и адекватной социализации учащихся, предупреждения отклонений в их поведении и развитии, сохранения и укрепления их психологического и физического здоровья.

Для достижения этой цели педагогами-психологами учреждений образования, в соответствии с задачами психологической службы (Положение о службе практической психологии Министерства образования РФ № 636 от 22.10.1999 г.) выполняется:

- психологический анализ социальной ситуации развития в каждом конкретном образовательном учреждении, выявление

основных проблем и определение причин их возникновения, путей и средств их разрешения;

- содействие личностному и интеллектуальному развитию обучающихся, воспитанников на каждом возрастном этапе развития личности;

- формирование у обучающихся, воспитанников способности к самоопределению и саморазвитию; содействие педагогическому коллективу в гармонизации социально-психологического климата в образовательных учреждениях;

- психологическое обеспечение образовательных программ с целью адаптации их содержания и способов освоения к интеллектуальным и личностным возможностям и особенностям обучающихся, воспитанников;

- профилактика и преодоление отклонений в социальном и психологическом здоровье, а также в развитии обучающихся, воспитанников;

- участие в комплексной психолого-педагогической экспертизе профессиональной деятельности специалистов образовательных учреждений, образовательных программ и проектов, учебно-методических пособий, проводимой по инициативе органов управления образованием или отдельных образовательных учреждений;

- участие совместно с органами управления образованием и педагогическими коллективами образовательных учреждений в подготовке и создании психолого-педагогических условий преемственности в процессе непрерывного образования;

- содействие распространению и внедрению в практику образовательных учреждений достижений в области отечественной и зарубежной психологии;

- содействие в обеспечении деятельности педагогических работников образовательных учреждений научно-методическими материалами и разработками в области психологии.

Поставленные задачи, в свою очередь, осуществляются в различных направлениях деятельности педагога-психолога, также обозначенные направлениями деятельности психологической службы образовательного учреждения.

1. *Психологическое просвещение.* В этом направлении предполагается проведение психолого-педагогической работы в аспекте формирования и расширения у субъектов образовательного процесса знаний и представлений о природе психических процессов и явлений, психологических закономерностях поведения, особенностях развития психики в различных возрастах, что будет способствовать личностному саморазвитию, оптимизации учебного процесса и межличностного взаимодействия субъектов образовательной среды, выявлению возможных нарушений интеллектуального и личностного развития детей.

Педагог-психолог проводит обучающие мероприятия с участниками образовательного процесса (учащимися, педагогами, родителями, администрацией) в форме индивидуальных и групповых консультаций, лекций, семинаров, обучающих тренингов, дискуссий, размещения актуальной информации на стендах образовательного учреждения и т.д.

2. *Психологическая профилактика.* Это направление предполагает проведение различных мероприятий в аспекте предупреждения дезадаптаций учащихся и воспитанников, разработку психолого-педагогических рекомендаций педагогам, воспитателям, родителям по вопросам сопровождения детей в процессе обучения и воспитания. Профилактические мероприятия могут проводиться педагогом-психологом в различных формах – консультации, тренинги, собрания и т.д.

3. *Психологическая диагностика.* Осуществляется на протяжении всего периода обучения школьников с целью определения текущего состояния психических процессов и личностных структур, а также выявления особенностей психического развития (как одаренности, так и нарушений в развитии, обучении, социальной

адаптации детей), способностей и склонностей в рамках профориентационной работы. Педагог-психолог проводит индивидуальные и групповые диагностические мероприятия, исследования, осуществляет сбор, обработку и интерпретацию психодиагностических данных, формирует стратегию коррекционно-развивающей, профилактической, просветительской работы с опорой на выявленные особенности развития учащихся.

4. *Психологическая коррекция.* Психолого-педагогическая работа проводится с целью достижения наилучшего результата в отношении интеллектуального, личностного, эмоционально-волевого, поведенческого развития учащихся, при условии сохранения их индивидуальности. Кроме того, эта деятельность может потребовать от педагога-психолога организации или участия в совместной работе нескольких специалистов (педагогов, дефектологов, социальных педагогов, врачей, логопедов и др.).

5. *Психологическое консультирование.* Универсальное направление работы педагога-психолога, которое состоит в оказании психологической помощи всем участникам образовательного процесса в вопросах трудностей обучения, межличностного взаимодействия, личностного развития, отклонений в поведении, нарушений в процессе адаптации, широкого спектра личностных и жизненных проблем, детско-родительских отношений, профориентации и др. с учетом их возраста.

Следует отметить, что профессиональная деятельность педагога-психолога не исчерпывается перечисленными направлениями и дополняется ведением отчетной и сопроводительной документации, участием в мероприятиях учебного учреждения, участием в работе психолого-медико-педагогической комиссии (по запросу), методическим обеспечением психолого-педагогической работы, научно-исследовательской деятельностью и др.

Нельзя не сказать, что на всех уровнях управления деятельностью психологической службы образовательных учреждений постоянно ведется работа по ее совершенствованию, поиск путей

оптимизации деятельности психологов сферы образования. Так, приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 514 н от 24.07.2015 г. был утвержден профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», который определяет перечень трудовых функций педагога-психолога. Каждая трудовая функция включает перечень трудовых действий, необходимых умений и необходимых знаний.

При осуществлении профессиональной деятельности педагог-психолог опирается на положения этического кодекса психолога.

Существуют различные варианты набора этических норм психологической работы в образовании.

Так, Ю.Е. Алешина предложила следующие принципы этики профессиональной деятельности: доброжелательное, безупречное отношение к клиенту, запрет давать советы, анонимность, разграничение профессиональных и личностных отношений, включенность клиента в процесс консультирования.

В различных муниципальных округах в положения о психологической службе включены несколько отличающиеся в формулировках, но объединенные общими смысловыми контекстами наборы правил. Далее представлен вариант этических норм, регулирующих профессиональную деятельность психолога сферы образования.

#### ***Общие правила:***

- проявлять искреннюю заинтересованность, доброжелательность по отношению к участнику учебно-воспитательного процесса; уметь располагать к общению, вызывать интерес и желание сотрудничать;

- строить свою работу на взаимном доверии и уважении личности участника учебно-воспитательного процесса, независимо от его возраста, социального статуса и др.;

- проявлять уверенность в способности взрослого или ребенка справиться с возникшей в его опыте проблемой, поддерживать уверенность в его собственные силы;

- относиться к любой проблеме взрослого или ребенка как к объективно существующей;
- уметь ориентироваться в сложившейся ситуации, быть беспристрастным в анализе событий;
- быть корректным в процессе получения информации, осторожно ее использовать, соблюдать принцип конфиденциальности;
- быть ответственным за выполнение взятых на себя обязательств;
- формировать адекватное представление о работе практического психолога, областях его деятельности и компетентности.

***Правила взаимодействия педагога-психолога с ребенком:***

- видеть индивидуальность ребенка, принимать его таким, какой он есть;
- налаживать общение с ребенком на уровне, адекватном его возрастным и личностным особенностям;
- давать рекомендации ребенку в корректной и доступной для него форме, причем рекомендации должны быть выполнимы;
- проводить индивидуальную психологическую работу с ребенком до 14 лет с согласия родителей, кроме случаев обращения самого ребенка или при угрозе его здоровью (физическому и/или психическому);
- производить ознакомление третьих лиц с информацией, полученной в рамках профессионального общения с ребенком (результатами диагностики и т.д.), с согласия самого ребенка, начиная с 10-летнего возраста. При этом доводятся до сведения не результаты диагностики отдельного ребенка, а выводы и рекомендации;
- учить ребенка принимать свои индивидуальные особенности, использовать их для достижения собственных целей.

### ***Правила взаимодействия педагога-психолога с родителями:***

- помогать родителям в защите прав ребенка и его личностного достоинства, при необходимости информировать их о существующих правах ребенка и путях их соблюдения;
- создавать у родителей мотивацию сотрудничества с психологом;
- способствовать повышению родительской компетентности и активизации родительского потенциала для решения проблем ребенка;
- запрашивать информацию о внутреннем мире родителей и их взаимоотношениях только в той мере, в какой это необходимо для осуществления психологического сопровождения развития ребенка;
- в случае необходимости передачи информации, полученной в рамках профессионального общения с родителями (результатами диагностики и т.д.), третьему лицу, делать это с согласия родителей, за исключением случаев, когда нераспространение этих сведений может нанести вред здоровью (физическому и/или психическому) их или ребенка.

### ***Правила взаимодействия педагога-психолога с педагогами:***

- помогать педагогам в защите прав ребенка и его личного достоинства;
- соблюдать позицию равенства и сотрудничества в общении с педагогами;
- следить за новыми научно-практическими разработками в области педагогики с целью достижения наибольшего взаимопонимания при работе с педагогами;
- в случае необходимости передачи информации, полученной в рамках профессионального общения с педагогом (результатами диагностики и т.д.), третьему лицу (в том числе и администрации), делать это с согласия педагога. Администрации и педагогам информация предоставляется либо в обобщенном виде, либо в виде рекомендаций и предложений;

- содействовать профессиональной эффективности и личностной успешности педагога.

Обобщая сказанное, следует отметить, что выполнение такого разнообразия профессиональных задач, успешная реализация трудовых функций, а также специфика профессии предъявляет высокие требования к личности педагога-психолога, поскольку основным инструментом осуществления указанной профессиональной деятельности является сам специалист, его личность, его способности, содержание его сознания.

Обобщая сказанное, следует отметить, что выполнение такого разнообразия профессиональных задач, успешная реализация трудовых функций, а также специфика профессии, предъявляет высокие требования к личности педагога-психолога, поскольку основным инструментом осуществления указанной профессиональной деятельности является сам специалист, его личность, его способности, содержание его сознания.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислите и раскройте основные задачи деятельности педагога-психолога в образовательном учреждении.

2. Охарактеризуйте работу педагога-психолога в различных направлениях его деятельности в психологической службе.

3. Укажите специфику работы педагога-психолога с различными участниками педагогического процесса (ученики, педагоги, родители, специалисты) по каждому из направлений работы.

4. Каковы компоненты трудовых функций, содержащихся в профессиональном стандарте «Педагог-психолог»?

5. Что обеспечивает следующие правила, регулирующие профессиональную деятельность педагога-психолога: «В случае необходимости передачи информации, полученной в рамках профессионального общения с педагогом (результатами диагностики и т.д.), третьему лицу (в том числе и администрации), делать это с согласия педагога. Администрации и педагогам информация предоставляется либо в обобщенном виде, либо в виде

рекомендаций и предложений» и «производить ознакомление третьих лиц с информацией, полученной в рамках профессионального общения с ребенком (результатами диагностики и т.д.), с согласия самого ребенка, начиная с 10-летнего возраста. При этом доводятся до сведения не результаты диагностики отдельного ребенка, а выводы и рекомендации»? Каковы могут быть последствия их нарушения?

6. Какие правила определены для взаимодействия психолога образования с учащимися? Перечислите и раскройте необходимость соблюдения каждого из этих правил, а также возможные последствия их нарушений.

## **1.2. Профессионально важные качества педагога-психолога**

Являясь субъектом профессиональной деятельности, педагог-психолог использует свои личностные ресурсы, в том числе и те качества личности, которые, в отличие от других, способствуют наиболее успешному выполнению профессиональных задач, то есть профессионально важные качества.

В многочисленных отечественных (Е.А. Климов, Н.С. Пряжников, Э.Ф. Зеер, В.И. Долгова, В.Л. Марищук и др.) и зарубежных (Д. Мартенс, А. Шелтен и др.) исследованиях личности в профессии уточнялся вопрос о том, какие психические структуры могут быть названы профессионально важными качествами личности специалиста.

Наиболее широкое понимание изложено Е.А. Климовым в контексте деятельностного подхода, который в составе ПВК перечисляет так называемые гражданские качества (моральный облик человека как члена коллектива, общества, государства, представителя «своей» профессии), отношение к труду и профессии, интересы и склонности к выбранной деятельности, физическую и умственную дееспособность, способности, знания, навыки, привычки, жизненный и профессиональный опыт, психические свой-

ства индивида (индивидуальные черты, способности, психические состояния, свойства сознания и самосознания, социально-психологические качества личности).

Другое понимание состава ПВК представлено в работах Э.Ф. Зеера в контексте компетентного подхода. Он обращает внимание на так называемые «ключевые квалификации», которые «подходят» сразу к целой группе смежных профессий. Д. Мартенсом были выделены в структуре ключевых квалификаций следующие компоненты: абстрактное теоретическое мышление; способность к планированию сложных технологических процессов; креативность; творческие и прогностические способности; способность к самостоятельному принятию решений; коммуникативные способности; способность к совместному труду и сотрудничеству и др.

В зависимости от уровня профессиональной активности А. Шелтен выделяет пять групп ключевых квалификаций:

– психомоторные умения: координационные умения, скорость реакции, ручная сноровка, способность к концентрации внимания и др.;

– общетрудовые качества: практические умения и навыки для широкого круга деятельности в области измерительной техники, охраны труда, обслуживания машин, технологического планирования, технологической диагностики, чтения технической документации и др.;

– познавательные способности: самостоятельное мышление, техническое мышление, креативность, способность к решению проблем, оценочные способности и др.;

– персональные способности: надежность, стремление к качественной работе, добросовестность, ответственность, самостоятельность, критичность, уверенность в себе, оптимизм, направленность на конкретные достижения и успех в работе;

– социальные способности (способности, ориентированные на групповое поведение): готовность к кооперации, способность

к установлению контактов, коммуникативные способности, открытость, корпоративность и др.

Э.Ф. Зеер, рассматривая профессионально обусловленную структуру личности, включает в нее профессиональную направленность, профессиональную компетентность, ПВК и профессионально значимые психофизиологические свойства как равноправные составляющие. Под профессиональной компетентностью он понимает профессиональные знания, умения, навыки, профессиональную квалификацию. Профессиональную компетентность характеризуют следующие ключевые квалификации: социально-правовая и экономическая компетентность, специальная компетентность, персональная компетентность (знания и умения, выходящие за рамки одной профессии), аутокомпетентность. Под профессионально важными качествами Э.Ф. Зеер понимает личностные качества, как, например, наблюдательность, креативность, контактность, решительность, самостоятельность и др.

Таким образом, связь ПВК и профессиональной компетентности, профессиональной подготовки, навыков и умений очевидна. А.К. Маркова отмечает, что ПВК являются предпосылкой профессиональной деятельности и, с другой стороны, они сами совершенствуются, шлифуются в ходе деятельности, являясь ее новообразованием; человек в ходе труда изменяет и самого себя.

Анализ профессиональной деятельности педагога-психолога, требований, выдвигаемых этой деятельностью к его компетентности и личности, проведенный с опорой исследование формирования ПВК педагога-психолога (В.И. Долгова, В.К. Шаяхметова, 2009), позволил обобщить всю совокупность предполагаемых ПВК и условно выбрать следующие двадцать качеств: гуманность, знание содержания деятельности педагога-психолога, инициативность, интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления, коммуникативность, лидерство, направленность, общая культура, оптимистичность, организованность, ответствен-

ность, работоспособность, самостоятельность решений, способность к адекватной самооценке, способность к саморегуляции, способность к творческому применению профессионального опыта, умения и навыки психолого-педагогической работы, честность, эмоциональная устойчивость, эмпатия.

При работе в направлении психологического просвещения педагогу-психологу оказались необходимыми такие ПК, как: знания общей, возрастной, педагогической, социальной психологии, индивидуальной и дифференциальной психологии, специальные педагогические способности и умения (А.А. Бодалев, А.А. Деркач, Л.Г. Лаптев, А.К. Маркова, В.Б. Успенский, А.П. Чернявская и др.).

При осуществлении психопрофилактической деятельности психологу, кроме перечисленных выше, необходимыми оказались следующие ПК, знания общей, возрастной, социальной и специальной психологии, особенностей девиантного поведения и способов его предупреждения, знания психологических особенностей лиц, страдающих зависимостью, умения и навыки предупреждения девиантного поведения, возникновения конфликтов в классе, с учителями, родителями, умения и навыки групповой и индивидуальной работы, в т.ч. владение техниками и методами групповой работы – групповой дискуссии, ролевой игры и т.д. (А.А. Бодалев, А.А. Деркач, И.В. Дубровина, В.Б. Успенский, А.П. Чернявская и др.).

При осуществлении психодиагностической деятельности в дополнение к инвариантным на первое место выдвигаются такие ПК: знания основ психодиагностики, умения и навыки психодиагностической работы (умения и навыки организации и проведения психологического исследования, владение методами и методиками психологической диагностики, математической обработки данных, составления психологического заключения на ребенка, коллектив и т.д.), точность в обращении с данными, объек-

тивность, скрупулезность при обработке данных (А.А. Бодалев, М.Р. Битянова, Л.В. Кульков, А.Г. Лидерс, А.Г. Шмелев и др.).

Психологу, ведущему индивидуальную работу с целью психологической коррекции, как показали результаты работы экспертов, необходимы фактически те же ПВК, что и при консультировании.

Психологу, ведущему групповую работу с целью психологической коррекции необходимы также следующие ПВК: знание общих закономерностей психического развития в онтогенезе, знание периодизации психического развития, знание проблемы соотношения обучения и развития, представление об основных теориях, моделях и типах личности, знание о социально-психологических особенностях группы, знание условий, обеспечивающих личностный рост и творческое развитие; умения и навыки психокоррекционной деятельности (владение конкретными методами и методиками из различных направлений психокоррекции, умение отражать, работать с группой, поддерживать групповую динамику, владение различными стилями ведения группы, навык работы в ко-тренерстве, навык подстройки, отражения, калибровки, использования вопросов, активного слушания и т.д.), сензитивность группе, артистизм (И.В. Вачков, О.В. Евтихов, Р. Кочюнас, А.А. Осипова, Н.В. Самоукина, Э. Шостром, И. Ялом и др.).

Психологу-консультанту также необходимы следующие ПВК: знание теории и практики консультирования, умения и навыки консультационной деятельности, аутентичность (подлинность), конгруэнтность, сила личности и гибкость, интернальность, чувство юмора, толерантность к неопределенности, безусловность и безоценочность в принятии клиента, способность проявлять доверие клиенту, любознательность и пытливость, эмоциональность (М.Р. Битянова, О.В. Галустова, Р. Кочюнас, Е.М. Лысенко, Т.А. Молодиченко, Р. Нельсон-Джоунс, Е.И. Рогов, М.К. Тутушкина).

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. В чем состоит психологическая сущность понятия «профессионально важные качества»?
2. Раскройте особенности деятельностного и компетентностного подходов к составу ПВК.
3. Чем профессионально важные качества отличаются от способностей к деятельности, от компетенций?
4. Какие качества личности, на ваш взгляд, являются самыми важными для педагога-психолога?

### **Практические задания:**

1. Составьте перечень профессионально важных качеств педагога-психолога с учетом специфики его деятельности. Обоснуйте свой выбор.
2. Используя результаты задания 1, составьте вариант психogramмы педагога-психолога, следуя таблице:

<b>Уровни</b>	<b>Профессионально важные качества и их проявления на различных уровнях</b>
Эмпатия	
Желаемый	характеристика профессионального важного качества на условно желаемом уровне его проявления
Приемлемый	характеристика профессионального важного качества на условно приемлемом уровне его проявления
Критический	характеристика профессионального важного качества на условно критическом уровне его проявления
...	

## **РАЗДЕЛ 2. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА**

### **2.1. Целеполагание и моделирование формирования профессионально важных качеств педагога-психолога**

Формирование профессионально важных качеств педагога-психолога, как и любого другого специалиста, происходит на протяжении всего профессионального пути, который, чаще всего, начинается с этапа профессиональной подготовки.

Именно на этапе профессиональной подготовки процесс формирования ПВК наиболее значителен для будущего специалиста. В данном параграфе представлено «дерево целей» и модель формирования ПВК педагога-психолога у студентов, обучающихся по профильной направленности «психолог сферы образования», «педагог-психолог».

Первым этапом моделирования профессионально важных качеств педагога-психолога является целеполагание.

Представим далее «дерево целей» процесса формирования профессионально важных качеств педагогов-психологов, которое является основой для построения модели и программы формирования ПВК.

1. Генеральная цель: **Формировать профессионально важные качества педагога-психолога у студентов факультета психологии педагогического вуза.**

1.1. *Формировать эмоциональный компонент профессионально важных качеств педагогов-психологов.*

1.1.1. **Формировать эмпатию.**

1.1.1.1. **Формировать умение установления и поддержания доверительного контакта с участником психолого-педагогического взаимодействия.**

1.1.1.2. Формировать стремление к сочувствию, сопереживанию и оказанию эмоциональной поддержки участнику взаимодействия.

1.1.1.3. Формировать навыки конгруэнтности во взаимодействии.

1.1.2. Формировать эмоциональную устойчивость.

1.1.2.1. Формировать умение осознавать свои чувства и эмоции в различных профессиональных ситуациях.

1.1.2.2. Формирование умения взаимодействия со своим эмоциональным состоянием.

1.1.2.3. Формирование умения удерживать эмоциональное равновесие в сложных профессиональных ситуациях и ситуациях неопределенности.

1.1.3. Формировать самостоятельность в принятии решений.

1.1.3.1. Формировать готовность к принятию самостоятельных решений в профессиональной деятельности.

1.1.3.2. Формировать навыки принятия решения в профессиональной деятельности.

1.2. *Формировать коммуникативный компонент профессионально важных качеств педагогов-психологов.*

1.2.1. Формировать лидерство.

1.2.1.1. Формировать позитивное восприятие себя.

1.2.1.2. Формировать уверенность в себе.

1.2.1.3. Формировать навыки уверенного поведения в различных профессиональных ситуациях.

1.2.1.4. Формировать навыки уверенного поведения в группе.

1.2.2. Формировать коммуникативность.

1.2.2.1. Формировать умение слушать.

1.2.2.2. Формировать умение точно и лаконично высказывать свои мысли.

1.2.2.3. Формировать умение отстаивать свою точку зрения.

1.2.2.4. Формировать умение проявлять инициативу в общении.

1.2.2.5. Формировать владение эффективными приемами и способами общения.

1.3. *Формировать гностический компонент профессионально важных качеств педагогов-психологов.*

1.3.1. Формировать знание содержания деятельности педагога-психолога.

1.3.1.1. Формировать знание должностных обязанностей педагога-психолога.

1.3.1.2. Формировать знание документации педагога-психолога и форм его отчетности.

1.3.1.3. Формировать знание методов, форм и приемов работы педагога-психолога во всех направлениях: психопрофилактическом, психодиагностическом, психокоррекционном, консультационном.

1.3.1.4. Формировать знание этических принципов работы психолога.

1.3.2. Формировать умения и навыки психолого-педагогической работы.

1.3.2.1. Формировать умение следовать этическим принципам профессионального взаимодействия.

1.3.2.2. Формировать умение работать с документацией педагога-психолога.

1.3.2.3. Формировать умение ставить профессиональные задачи адекватные профессиональными ситуациям, условиям и запросам участников образовательного процесса.

1.3.2.4. Формировать умение составлять индивидуальные и групповые психолого-педагогические программы сопровождения учащихся в учебном процессе.

1.3.2.5. Формировать владение техниками и приемами индивидуальной и групповой психологической работы с участниками образовательного процесса.

1.3.3. Формировать интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления.

1.3.3.1. Формировать умение распределять внимание в различных направлениях психолого-педагогической работы.

1.3.3.2. Формировать умение переключать внимание с одних профессиональных задач на другие.

1.3.3.3. Формировать стремление находить дополнительные ресурсы в сложных профессиональных ситуациях.

1.3.3.4. Формировать стремление рассматривать сложившуюся профессиональную ситуацию как вариативную, а не однозначную.

1.3.3.5. Формировать стремление находить зоны собственного профессионального развития, ориентируясь на трудности в решении возникающих профессиональных задач.

1.3.3.6. Формировать стремление постоянно расширять и углублять профессиональные знания и умения.

1.3.4. Формировать способность к творческому применению профессионального опыта.

1.3.4.1. Формировать стремление находить нестандартные решения в ситуациях неопределенности.

1.3.4.2. Формировать креативность.

1.3.4.3. Формировать умение применить имеющиеся профессиональные знания, умения и навыки в нестандартных для их применения ситуациях и условиях.

1.3.5. Формировать общую культуру.

1.3.5.1. Стимулировать развитие общей эрудиции.

1.3.5.2. Умение адекватно применить знания о мире к ситуациям индивидуального и группового взаимодействия с участниками образовательного процесса.

1.3.5.3. Формировать знание этики и культуры взаимодействия.

1.3.5.4. Формировать знание сущностных характеристик молодежных субкультур.

1.4. *Формировать мотивационный компонент профессионально важных качеств педагогов-психологов.*

1.4.1. Формировать оптимистичность.

1.4.1.1. Формировать позитивное восприятие себя и своих личностных и профессиональных ресурсов.

1.4.1.2. Формировать позитивное восприятие личности и ее внутренних ресурсов.

1.4.1.3. Формировать позитивное восприятие ситуаций неопределенности в профессиональной деятельности и возникающих затруднений в решении профессиональных задач.

1.4.2. Формировать работоспособность.

1.4.2.1. Формировать готовность к решению профессиональных задач.

1.4.2.2. Формировать стремление к профессиональной самоотдаче.

1.4.2.3. Формировать стремление приводить начатые дела к результату.

1.4.3. Формировать гуманность.

1.4.3.1. Формировать толерантное отношение к представителям различных культур, национальностей, вероисповеданий, культурных слоев общества.

1.4.3.2. Формировать стремление к принятию личности в ее проявлениях.

1.4.3.3. Формирование уверенности в возможностях личности для позитивных самоизменений.

1.5. *Формировать практический компонент профессионально важных качеств педагогов-психологов.*

1.5.1. Формировать организованность.

1.5.1.1. Формировать умение планировать рабочее время и профессиональную деятельность.

1.5.1.2. Формировать умение определять приоритетные направления профессиональной деятельности в зависимости от меняющихся условий.

1.5.2. Формировать ответственность.

1.5.2.1. Формировать знание о профессиональной и личностной ответственности педагога-психолога.

1.5.2.2. Формировать готовность к профессиональной ответственности.

1.5.2.3. Формировать умение определять зону своей профессиональной ответственности и профессиональной компетентности.

1.5.2.4. Формировать умение делегировать профессиональную ответственность.

1.5.2.5. Формировать умение обнаруживать нарушения в распределении профессиональной и личностной ответственности во индивидуальном и групповом взаимодействии с участниками образовательного процесса и возвращать ее по адресату.

1.5.3. Формировать инициативность.

1.5.3.1. Формировать готовность к проявлению инициативы к получению нужного опыта во взаимодействии с участниками образовательного процесса.

1.5.4. Формировать направленность.

1.5.4.1. Формировать ценностное отношение к профессиональной деятельности.

1.5.4.2. Формировать стремление к достижению успехов в профессиональной деятельности, успехов участников психолого-педагогического взаимодействия.

1.6. *Формировать рефлексивный компонент профессионально важных качеств педагогов-психологов.*

1.6.1. Формировать способность к саморегуляции.

1.6.1.1. Формировать стремление к саморегуляции в сложных эмоциональных ситуациях и ситуациях неопределенности.

1.6.1.2. Формировать стремление к осознанию собственных действий, решений, поступков.

1.6.1.3. Формировать владение навыками, техниками, приемами и методами саморегуляции.

1.6.2. Формировать способность к адекватной самооценке.

1.6.2.1. Формировать стремление к самопознанию.

1.6.2.2. Формировать стремление анализировать собственные мысли, чувства, мотивы, потребности, действия.

1.6.2.3. Формировать умение адекватно определять границы своих личностных и профессиональных возможностей в психолого-педагогическом взаимодействии и при решении профессиональных задач.

1.6.3. Формировать честность.

1.6.3.1. Формировать аутентичность.

1.6.3.2. Формировать стремление к честному и искреннему признанию своих мыслей, чувств, потребностей, мотивов и действий перед самим собой и участниками психолого-педагогического взаимодействия.

Далее представлена непосредственно сама модель формирования профессионально важных качеств педагога-психолога, где качества разделены на шесть компонентов в соответствии с шестикомпонентной структурой социально-психологической установки Э.С. Чугуновой и Д.Н. Багжюне, адаптированной в исследовании В.И. Долговой, В.К. Шаяхметовой в отношении профессионально важных качеств (рисунок 1).

В первый блок модели, связанный с эмоциональным компонентом структуры установок, входят следующие качества: эмпатия, эмоциональная устойчивость, самостоятельность решений.

Во второй блок, связанный с коммуникативным компонентом структуры установок на деятельность педагога-психолога, входят следующие качества: коммуникативность, лидерство.

В третий блок, связанный с гностическим компонентом структуры установок, входят: знания, умения и навыки в основных направлениях деятельности педагога-психолога, интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления, способность к творческому применению профессионального опыта, общая культура.

В четвертый блок, связанный с мотивационным компонентом структуры установок, входят: работоспособность, оптимистичность, гуманность.

В пятый блок, связанный с практическим компонентом структуры установок, входят следующие качества: организованность, ответственность, инициативность, направленность.

В шестой блок, связанный с рефлексивным компонентом структуры установок, входят: способность к саморегуляции, адекватной самооценке, честность и искренность.

Условные обозначения:

1. Эмоциональный компонент системы:

1.1 Эмпатия.

1.2 Эмоциональная устойчивость.

1.3 Самостоятельность решений.

2. Коммуникативный компонент системы:

2.1 Коммуникативность.

2.2 Лидерство.

3. Гностический компонент системы:

3.1 Знание содержания деятельности педагога-психолога.

3.2 Умения и навыки психолого-педагогической работы.

3.3 Интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления.

3.4 Способность к творческому применению профессионального опыта.

3.5 Общая культура.

4. Мотивационный компонент системы:

4.1 Оптимистичность.

4.2 Работоспособность.

4.3 Гуманность.

5. Практический (поведенческий) компонент системы:

5.1 Организованность.

5.2 Ответственность.

5.3 Инициативность.

5.4 Направленность.

6. Рефлексивный компонент системы:

6.1 Способность к саморегуляции.

6.2 Способность к адекватной самооценке.

6.3 Честность.

Уровни состав	Компонент 1			Компонент 2		Компонент 3					Компонент 4			Компонент 5				Компонент 6		
	Эмоциональ- ный			Коммуника- тивный		Гностический					Мотивационный			Практический				Рефлексивный		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	5.3	5.4	6.1	6.2	6.3
желаемый	↑ 1.1.1	↑ 1.2.1	↑ 1.3.1	↑ 2.1.1	↑ 2.2.1	↑ 3.1.1	↑ 3.2.1	↑ 3.3.1	↑ 3.4.1	↑ 3.5.1	↑ 4.1.1	↑ 4.2.1	↑ 4.3.1	↑ 5.1.1	↑ 5.2.1	↑ 5.3.1	↑ 5.4.1	↑ 6.1.1	↑ 6.2.1	↑ 6.3.1
приемлемый	↑ 1.1.2	↑ 1.2.2	↑ 1.3.2	↑ 2.1.2	↑ 2.2.2	↑ 3.1.2	↑ 3.2.2	↑ 3.3.2	↑ 3.4.2	↑ 3.5.2	↑ 4.1.2	↑ 4.2.2	↑ 4.3.2	↑ 5.1.2	↑ 5.2.2	↑ 5.3.2	↑ 5.4.2	↑ 6.1.2	↑ 6.2.2	↑ 6.3.2
критический	↑ 1.1.3	↑ 1.2.3	↑ 1.3.3	↑ 2.1.3	↑ 2.2.3	↑ 3.1.3	↑ 3.2.3	↑ 3.3.3	↑ 3.4.3	↑ 3.5.3	↑ 4.1.3	↑ 4.2.3	↑ 4.3.3	↑ 5.1.3	↑ 5.2.3	↑ 5.3.3	↑ 5.4.3	↑ 6.1.3	↑ 6.2.3	↑ 6.3.3
недопустимый	1.1.4	1.2.4	1.3.4	2.1.4	2.2.4	3.1.4	3.2.4	3.3.4	3.4.4	3.5.4	4.1.4	4.2.4	4.3.4	5.1.4	5.2.4	5.3.4	5.4.4	6.1.4	6.2.4	6.3.4

Рис. 1. Модель формирования профессионально важных качеств педагога-психолога

Система критериев и показателей модели формирования ПВК педагогов-психологов построена в соответствии с теорией поуровневого подхода. Под развитием понимают необратимое, направленное изменение материальных и идеальных объектов. Количественные изменения на определенном уровне процесса развития переходят в новое, качественно иное, состояние. В качестве критериев определения уровня выступают: принадлежность элементов к разным классам сложности, специфичность законов каждого уровня, подчинение законов и систем низшего уровня законам и системам высшего; происхождение систем каждого последующего уровня из основных структур предыдущего. Механизм перехода с уровня на уровень: усложнение элементов, усложнение структуры, одновременное совершенствование элементов и структуры. Сказанное позволяет выделить четыре уровня исследуемой модели: желаемый, приемлемый, критический и недопустимый (В.И. Долгова; Э.С. Чугунова).

В качестве движущей силы профессионального развития выступает разрешение противоречия между выдвигаемыми задачами и реальными возможностями педагогов-психологов в их достижении. Развитие профессионально важных качеств как реальных возможностей обуславливает постановку новых задач, что опять приводит к противоречию с имеющимся уровнем профессионально важных качеств. Это противоречие является основным противоречием процесса формирования профессионально важных качеств педагогов-психологов. Частота возникновения противоречий и, следовательно, темп профессионального развития зависит от позиции субъекта деятельности педагога-психолога по отношению к профессии, которая может быть активной и положительной, пассивной, а также негативной. Профессия «педагог-психолог» предполагает работу в образовательных учреждениях и включает психодиагностическую, коррекционную, консультационную и просветительскую деятельность, сопровождающую процесс обучения и развития. Виды профессионального взаимо-

действия педагогов-психологов и учащихся, родителей, педагогов включают психодиагностику, индивидуальную работу, тренинги, дискуссии, деловые и организационно-деятельностные игры, консультирование, просвещение, коррекцию личности и межличностных отношений.

Профессиональная деятельность педагогов-психологов определяет основные задачи моделирования их профессионально важных качеств: изучение потенциальных возможностей психики педагогов-психологов; разработка психологических моделей ПВК педагогов-психологов высшей квалификации; создание на их основе программ формирования профессионально важных качеств педагогов-психологов; внедрение этих программ в практику учебного процесса психологического факультета ЮУрГГПУ; проверка их эффективности в повышении качества подготовки педагогов-психологов.

Представленная модель положена в основу разработки программы формирования ПВК педагогов-психологов на факультете психологии ЮУрГГПУ.

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Охарактеризуйте компоненты модели формирования профессионально важных качеств педагога-психолога. Предложите свои варианты компонентов и распределения по ним ПВК.
2. Раскройте логику «дерева целей» процесса формирования ПВК педагога-психолога.

#### **Практическое задание:**

1. Составьте «дерево целей» процесса формирования ПВК педагога-психолога, опираясь на результаты выполнения заданий 1, 2 (Раздел 1, п. 1.2). Обоснуйте логику своего варианта целеполагания.

## **2.2. Программа «Формирование профессионально важных качеств педагогов-психологов»**

Актуальность программы формирования профессионально важных качеств педагогов-психологов обусловлена необходимостью повышения качественного уровня профессиональной подготовки психологов сферы образования. Формирование компетенций и трудовых функций педагога-психолога, осуществляемое в вузе, в сущности, связано с формированием профессионально важных качеств личности студентов, но целенаправленно эти два процесса не связаны. Более того, развитие личности студента как будущего психолога сферы образования идет в процессе обучения «побочно», само по себе (Н.С. Глуханюк, В.И. Долгова, Э.Ф. Зеер). Не следует забывать, что компетенции и трудовые функции, складывающиеся из знаний, умений, действий, навыков, «ложатся» на основу, которую составляют личностные структуры – направленность, способности, индивидуальные особенности, характер, эмоционально-волевые свойства и т.д. Готовность личностных структур способствует существенному продвижению процесса интеграции компетенций в структуры личности. Из сказанного следует, что более целенаправленное формирование ПВК педагога-психолога в процессе учебно-воспитательной деятельности факультетов психологии педагогических вузов будет способствовать повышению уровня профессиональной подготовленности студентов. Программа формирования ПВК педагогов-психологов создана с учетом более широких задач становления специалиста и поможет решить указанную проблему.

**Основной концептуальной идеей** программы является предоставление студентам комплекса мер, направленных на формирование ПВК педагога-психолога, разработанного с учетом психолого-педагогических условий, создаваемых в процессе профессиональной подготовки студентов.

**Цель** – формирование профессионально важных качеств у педагогов-психологов посредством реализации программы.

Исходя из поставленной цели и с учетом психолого-педагогических условий формирования ПВК педагогов-психологов, были определены следующие **задачи**:

1. Осуществление индивидуального и дифференцированного подхода к студентам.

2. Ознакомление участников с значением профессионально важных качеств, в успешности как профессионального становления, так и непосредственного осуществления трудовых функций психолога образования.

3. Ознакомление участников (студентов) с особенностями профессиональной деятельности педагога-психолога, расширение их представлений о ней, формирование знаний содержания этой работы.

4. Определение участниками состава ПВК педагога-психолога.

5. Формирование у участников адекватного отношения и зрелой мотивации к выполнению профессиональной деятельности педагога-психолога.

6. Осознание участниками текущего уровня сформированности собственных профессионально важных качеств педагога-психолога.

7. Создание мотивации на повышение личного уровня сформированности профессионально важных качеств педагога-психолога у каждого участника.

8. Осуществление психолого-педагогической работы, направленной на формирование и развитие у участников ПВК педагога-психолога по шести компонентам (эмоциональному, коммуникативному, гностическому, мотивационному, практическому и рефлексивному).

9. Стимулирование творческой активности студентов в ходе самостоятельного выполнения ими заданий по разработке и проведению занятий с элементами психологического тренинга в

группе, индивидуальному консультированию в парах, развитию профессиональной рефлексии и т.д.

10. Осуществление работы по закреплению полученных результатов.

### **Практическая направленность.**

Программа может быть использована преподавателями факультетов психологии педагогических вузов при планировании учебных занятий, при разработке спецкурсов и программ, а также в системе повышения квалификации педагогов-психологов.

### ***Организационно-методические требования к проведению программы***

**Целевая группа** – студенты-старшекурсники факультетов психологии педагогических вузов.

### **Сроки, частота, количество занятий.**

Программа формирования ПВК педагогов-психологов рассчитана на 72 академических часа и состоит из 9 модулей продолжительностью от 2 до 16 часов. Занятия, предусмотренные программой, рекомендовано проводить в течение пяти месяцев по 4 часа в неделю как в рамках курса по выбору, так и в условиях свободного посещения группой студентов во внеурочное время.

### **Учебно-тематический план (для курса по выбору)**

№	Разделы и темы курса	Лекции	Семинары	Лаб.	Сам. работа
1	Модуль 1 «Психологическая диагностика профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	–	8	6
2	Модуль 2 «Формирование знаний по проблеме профессионально важных качеств педагога-психолога и содержанию деятельности педагога-психолога»	10	6	–	8

№	Разделы и темы курса	Лекции	Семинары	Лаб.	Сам. работа
3	Модуль 3 «Формирование качеств эмоционального компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	8	–	10
4	Модуль 4 «Формирование качеств коммуникативного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	6	–	6
5	Модуль 5 «Формирование качеств гностического компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	14	–	8
6	Модуль 6 «Формирование качеств мотивационного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	6	–	6
7	Модуль 7 «Формирование качеств практического компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	6	–	12
8	Модуль 8 «Формирование качеств рефлексивного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	–	6	–	8
9	Модуль 9 «Подведение итогов групповой работы»	–	2	–	10
ВСЕГО:		10	54	8	72

### **Основные формы и методы работы.**

Первый модуль программы проводится с целью выявления текущего уровня сформированности ПВК педагога-психолога. Поэтому, в ходе него осуществляется психодиагностика ПВК с

помощью специально подобранных и рекомендованных для этих целей психодиагностических методик.

Занятия второго модуля представляют собой лекции и семинары по два часа и направлены на формирование знаний о профессионально важных качествах и их специфике в отношении профессии педагога-психолога. Остальные занятия практические и включают в себя упражнения, формирующие ПВК педагога-психолога, психологический тренинг, групповые дискуссии, ролевые и деловые игры, психогимнастические упражнения, индивидуальные и групповые консультации.

### **Цели, формы и методы работы в каждом модуле программы**

Тема	Цель	Формы и методы работы
Модуль 1 «Психологическая диагностика ПВК педагогов-психологов»	Выявление у участников уровневых показателей сформированности ПВК до начала проведения занятий программы формирования ПВК	* профессиограмма педагога-психолога В.И. Долговой, методика «Коммуникативные и организаторские способности» (КОС) В.В. Синявского и Б.А. Федоришина, 16-ти факторный опросник Кеттелла, многофакторный личностный опросник FPI, анкетный опрос, опросник «Эмпатия» адаптированный А.А. Меграбяном, методика диагностики креативности и познавательных потребностей Л.Я. Гозмана, М.В. Кроз, М.В. Латинской, методика «Диагностика социально-коммуникативной компетентности», опросник волевого самоконтроля (ВСК) А.Г. Зверькова и Е.В. Эйдмана, опросник «Решительность» Э.Ф. Зеера, методика «Лидер»);

Тема	Цель	Формы и методы работы
Модуль 2 «Формирование знаний по проблеме профессионально важных качеств педагога-психолога и содержанию деятельности педагога-психолога»	Мотивация студентов к участию в программе, формирование знаний содержания деятельности педагога-психолога	Лекции, семинары
Модуль 3 «Формирование качеств эмоционального компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	Создать благоприятные условия для работы группы, ознакомить участников с основными принципами проводимого комплекса психолого-педагогического сопровождения, принять правила работы, формировать доверительную обстановку в группе, начать формирование качеств эмоционального компонента системы ПВК: эмпатии, эмоциональной устойчивости и самостоятельности в принятии решений	Занятия с элементами психологического тренинга, психокоррекционные занятия, психогимнастические упражнения, ситуационно-ролевая игра, медитация-визуализация
Модуль 4 «Формирование качеств коммуникативного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	Способствовать дальнейшему раскрытию участников, путем поддержания атмосферы доверия и обеспечения психологической безопасности в группе; развитие у участников коммуникативности, умения слушать, умения точно и лаконично высказывать свои мысли,	Занятия с элементами психологического тренинга, групповая дискуссия

Тема	Цель	Формы и методы работы
Модуль 4... (продолж.)	умения отстаивать свою точку зрения, проявлений инициативы в общении; коррекция стилей общения участников, их дополнение новыми эффективными приемами и способами общения, овладение различными подходами в общении; формирование и развитие лидерских качеств личности в профессиональных ситуациях	
Модуль 5 «Формирование качеств гности-ческого компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	Формирование знаний содержания деятельности педагога-психолога, умений и навыков деятельности педагога-психолога посредством самостоятельной подготовки и проведения упражнений, выполнения специальных заданий; развитие находчивости и гибкости мышления в ситуациях профессионального характера; раскрытие творческих возможностей и их проявления в профессиональной деятельности педагога-психолога; стимулирование повышения уровня общей культуры участников	Семинары, занятия с элементами психологического тренинга, групповая дискуссия, ситуационно-ролевая игра, самостоятельная работа студентов
Модуль 6 «Формирование качеств мотивационного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	Осознание участниками собственных мотивов профессиональной деятельности, коррекция мотивационных предпочтений, формирование направленности личности в будущей профессии,	Занятия с элементами психологического тренинга, групповая дискуссия, самостоятельная работа студентов

Тема	Цель	Формы и методы работы
Модуль 6 (продолж.)	формирование мотивации достижения успеха в профессиональной деятельности педагога-психолога; способствование дальнейшему поддержанию безопасной для участников психологической обстановки и атмосферы доверия	
Модуль 7 «Формирование качеств практического компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	Осознание участниками особенностей своего распределения времени; формирование у участников навыков рациональной организации своего времени; формирование более ответственного отношения к себе, окружающим, своей работе и другим сферам жизни и деятельности; ориентирование участников на проявления инициативы в ситуациях профессионального характера и других областях деятельности	Занятия с элементами психологического тренинга, групповая дискуссия, самостоятельная работа студентов
Модуль 8 «Формирование качеств рефлексивного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»	Осознание участниками собственного уровня саморегуляции в критических ситуациях, способов и навыков саморегуляции, выработанных на личном опыте; закрепление навыков и расширение возможностей саморегуляции, полученных в начале прохождения программы; продолжение формирования способности к адекватной самооценке; развитие способности к рефлексии своих состояний без утраты контакта с окружающими	Занятия с элементами психологического тренинга, психокоррекционные занятия, психогимнастические упражнения, ситуационно-ролевая игра, самостоятельная работа студентов

Тема	Цель	Формы и методы работы
Модуль 9 «Подведение итогов групповой работы»	Закрепление достигнутых изменений, разрешение возникших у участников вопросов, создание благоприятной психологической атмосферы для подведения итогов проделанной работы и завершения занятий; создать позитивный настрой на будущее	Беседа
Психологическая диагностика ПВК педагогов-психологов	Выявление у участников уровневых показателей сформированности ПВК по окончании проведения занятий программы формирования ПВК	Профессиограмма педагога-психолога В.И Долговой, методика КОС, 16-ти факторный опросник Кеттелла, многофакторный личностный опросник FPI, анкетный опрос, опросник «Эмпатия», адаптированный А.А. Меграбяном, методика диагностики креативности и познавательных потребностей Л.Я. Гозмана, М.В. Кроз, М.В. Латинской, методика «Диагностика СКК», опросник ВСК А.Г. Зверькова и Е.В. Эйдмана, опросник «Решительность» Э.Ф. Зеера, методика «Лидер» Р.С. Немова)

*Примечание:* \* – перечисленные диагностические методики представлены в приложении

Далее следует краткое изложение **содержания занятий** с указанием их целей, тематики лекций, семинаров, названий упражнений, методическими рекомендациями к проведению.

## ***Модуль 1***

### ***Психологическая диагностика профессионально важных качеств педагогов-психологов***

Общая продолжительность занятий модуля составляет 8 часов.

Цель – выявление у участников уровневых показателей сформированности профессионально важных качеств до начала и по окончании проведения занятий программы психолого-педагогического сопровождения процесса формирования ПВК.

Содержание данного модуля представляет специально организованный процесс самопознания, направленный на выявление и осознание участниками отдельных сторон своей личности, относящихся, в том числе, и к профессиональной деятельности.

Процедуры данного модуля рекомендовано проделать дважды с использованием одних и тех же выбранных для исследования методик на этапах входного (4 часа) и выходного контроля (4 часа) уровневых показателей профессионально важных качеств педагогов-психологов.

Все участники были ознакомлены с результатами, полученными после проведения диагностического обследования на этапах входного и выходного контроля.

## ***Модуль 2***

### ***Формирование знаний по проблеме профессионально важных качеств педагога-психолога и содержанию деятельности педагога-психолога***

Цель – формирование знаний содержания деятельности педагога-психолога.

Занятия данного модуля направлены на формирование качеств гностического компонента, работа над которыми предусмотрена, главным образом, в пятом модуле. Тем не менее, содержание занятий второго модуля предусматривало введение в тематику курса и обеспечивало достижение наилучшего понимания участниками цели и задач предстоящей работы.

Продолжительность занятий модуля составляла 16 часов.

*Лекция № 1 на тему «Феномен профессионально важных качеств в психологических исследованиях».*

Цель – сформировать понятия профессиональной деятельности, профессионального развития и его этапов, о структуре профессионально важных качеств и основных подходах к проблеме формирования ПВК.

Продолжительность 4 часа.

#### План

1. Определение ПВК.
2. Развитие взглядов ученых на проблему ПВК.
3. Различные подходы к структуре ПВК. Ключевые компетенции.
4. Проблема формирования ПВК с позиций деятельностного подхода.

#### Рекомендуемая литература

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. – М.: Наука, 1980.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособие. – Екатеринбург, 1997.
3. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: учебное пособие к курсу «Психология труда и инженерная психология». – М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997.
4. Карандашев В.Н. Психология: введение в профессию: учеб. пособие для вузов. – М.: Смысл: Академия, 2009.
5. Климов Е.А. Психология профессионала. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: «МОДЭК», 1996. – 400 с.

*Лекция № 2 на тему «Профессиональная деятельность педагога-психолога».*

Цель – расширение знаний содержания деятельности педагога-психолога.

Продолжительность 4 часа.

## План:

1. Понятие о профессии «педагог-психолог».
2. Содержание профессиональной деятельности педагога-психолога.
3. Основные направления деятельности педагога-психолога в психологической службе образовательного учреждения.

## Рекомендуемая литература

1. Вараксин, В.Н. Психолого-педагогический практикум: учебное пособие для вузов. – Ростов н/Д: Феникс, 2012.
2. Вачков И.В., Гриншпун И.Б., Пряжников Н.С. Введение в профессию «психолог»: учеб. пособие / под ред. И.Б. Гриншпуна. – М., Воронеж: МОДЭК, 2002.
3. Долгова В.И., Шаяхметова В.К. Инвариантность профессионально важных качеств: монография. – Челябинск: ООО «Издательство РЕКПОЛ», 2009.
4. Кузнецов, В.В. Введение в профессионально-педагогическую специальность: учебник для вузов. – М.: Академия, 2011.

*Семинарское занятие № 1 «Профессиональная деятельность педагога-психолога».*

Цель – углубление знаний содержания деятельности педагога-психолога.

Продолжительность 2 часа.

## План

1. Понятие о профессии «педагог-психолог».
2. Содержание профессиональной деятельности педагога-психолога.
3. Основные направления деятельности педагога-психолога в психологической службе.

Основные понятия: деятельность, труд, профессия, психологическое консультирование, психологическая коррекция, психопрофилактика, психологическая служба.

Вопросы и задания:

1. Перечислите и раскройте основные задачи деятельности педагога-психолога в образовательном учреждении.

2. Раскройте специфику деятельности педагога-психолога в различных типах образовательных учреждений (МОУ, ДОУ, УДО и т.д.).

3. Охарактеризуйте работу педагога-психолога в различных направлениях его деятельности в психологической службе.

4. Расскажите об особенностях планирования деятельности педагога-психолога в образовательном учреждении.

5. Какова организация работы педагога-психолога в школе (график, рабочее место)? Его должностные обязанности?

6. Укажите специфику работы педагога-психолога с различными участниками педагогического процесса (ученики, педагоги, родители, специалисты).

#### Рекомендуемая литература

1. Вараксин В.Н. Психолого-педагогический практикум: учебное пособие для вузов. – Ростов н/Д.: Феникс, 2012
2. Вачков И.В., Гриншпун И.Б., Пряжников Н.С. Введение в профессию «психолог»: учеб. пособие / под ред. И.Б. Гриншпуна. – М., Воронеж: МОДЭК, 2002.
3. Долгова В.И., Шаяхметова В.К. Инвариантность профессионально важных качеств: монография, – Челябинск: ООО «Издательство РЕКПОЛ», 2009
4. Кузнецов В.В. Введение в профессионально-педагогическую специальность: учебник для вузов. – М.: Академия, 2011

*Лекция № 3 на тему «Профессионально важные качества педагога-психолога».*

Цель – формирование знаний о структуре профессионально важных качеств педагога-психолога.

Продолжительность 2 часа.

#### План

1. Проблема определения ПВК педагога-психолога в современных исследованиях.

2. Профессиограмма педагога-психолога.
3. Модель профессионально важных качеств личности педагога-психолога.

#### Рекомендуемая литература

1. Долгова В.И. Обобщение сопоставляемых критериев успешности групповой тренинговой рефлексии магистрантов психолого-педагогического направления // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2015. – № 5. – С. 63–68.
2. Долгова В.И., Шаяхметова В.К., Ибрагимов Ч.А. Профессионально важные качества как основа профессиональной компетентности магистра психолого-педагогического образования: критерии, уровни и способы оценки // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 146–150.
3. Кузнецов В. В. Введение в профессионально-педагогическую специальность: учеб. для вузов. – М.: Академия, 2007, 2011.
4. Одинцова О. В. Профессиональная этика: учебник для вузов. – М.: Академия, 2013, 2014.

*Семинарское занятие № 2 на тему «Профессионально важные качества педагога-психолога».*

Цель – расширение и углубление знаний о профессионально важных качествах педагога-психолога.

Продолжительность 4 часа.

План:

1. Проблема определения ПВК педагога-психолога в современных исследованиях.
2. Профессиограмма педагога-психолога.
3. Модель профессионально важных качеств личности педагога-психолога.

Основные понятия: индивидуально-личностные особенности, психические свойства, профессионально важные качества, психограмма, профессиограмма, социально-психологическая установка, профессиональная установка.

Вопросы и задания:

1. Составьте профессиограмму педагога-психолога с учетом специфики его деятельности.

2. Дайте характеристику каждого компонента модели ПВК педагога-психолога.

#### Рекомендуемая литература

1. Долгова В.И., Шаяхметова В.К. Инвариантность профессионально важных качеств: монография. – Челябинск: ООО «Издательство РЕКПОЛ», 2009.
2. Долгова В.И., Шаяхметова В.К., Ибрагимов Ч.А. Профессионально важные качества как основа профессиональной компетентности магистра психолого-педагогического образования: критерии, уровни и способы оценки // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31.– С. 146-150.
3. Зеер Э.Ф., Шахматова О.Н. Личностно ориентированные технологии профессионального развития специалиста: науч.-метод. пособие. – Екатеринбург, 1999.
4. Карандашев В. Н. Психология: введение в профессию: учеб. пособие для вузов. – М.: Смысл: Академия, 2009.
5. Кузнецов В.В. Введение в профессионально-педагогическую специальность: учеб. для вузов. – М.: Академия, 2007, 2011.

### **Модуль 3**

#### ***Формирование качеств эмоционального компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов***

Цель – создать благоприятные условия для работы группы, ознакомить участников с основными принципами проводимого комплекса психолого-педагогического сопровождения, принять правила работы, формировать доверительную обстановку в группе, начать формирование качеств эмоционального компонента системы ПВК: эмпатии, эмоциональной устойчивости и самостоятельности в принятии решений. Продолжительность занятий модуля составляет 8 часов.

Содержание занятия:

**Часть 1 «Эмпатия» (2 часа).**

1. «Знакомство».

Цель – создать благоприятный настрой на последующую работу в кругу, дать возможность участникам презентовать себя и лучше познакомиться друг с другом. Поскольку это первое занятие в кругу, а группа сформировалась и студентов двух-трех учебных групп, это упражнение является вводным и требует особого внимания ведущего.

Участники группы знакомы между собой, многие состоят в приятельских и дружеских отношениях. Менее знакомы студенты параллельных групп, но за более чем три года обучения в вузе они успели составить определенные представления и ожидания друг от друга. Необходимо дать им возможность утвердить себя в группе в новом качестве – уже не как студентов, а как участников группового процесса. Ведущий предлагает участникам изготовить карточки с именами (где они могут проявить свою фантазию) и прикрепить их на груди, чтобы другие могли прочесть. Затем все садятся в круг и ведущий просит каждого участника немного рассказать о себе, причинах, которые привели его на эти занятия. После того, как все участники представились (задача ведущего при этом постараться как можно лучше запомнить имена участников), группа переходит к следующему упражнению.

2. «Правила группы».

Перед началом работы, ведущий совместно с группой формулирует правила, регулирующие и регламентирующие процессы, происходящие в группе, устанавливает условия соблюдения этих правил. Основными групповыми нормами являются конфиденциальность, корректность и уважение к другим участникам, Я-высказывание, правило «Стоп», активность, пунктуальность, честность и искренность и т.д. В дальнейшем правила группы могут уточняться и дополняться в зависимости от цели занятия и форм работы.

### 3. Формулирование целей и ожиданий участников от занятия.

Ведущий сообщает участникам цель занятий модуля и, в связи с этим, предлагает участникам поделиться ожиданиями от предстоящих занятий, сформулировать и высказать свои профессиональные и личные цели, то, над чем каждый из них собирается работать в группе.

### 4. Упражнение «Доверительный рассказ».

Цель – развить у участников навыки эмпатийного слушания, исследование каждым участником собственных возможностей и зон развития в ситуации доверительного общения.

Ход работы: участники рассказываются по парам, один является рассказчиком, его задача в течении 2-3 минут рассказать собеседнику какую-нибудь историю, произошедшую с ним. Второй участник слушает, а когда рассказ заканчивается, пересказывает услышанное, используя по возможности фразы и выражения рассказчика. Тот, чей рассказ пересказывают, слушает и по необходимости сообщает о неточностях изложения. Затем участники меняются ролями. По окончании работы все садятся в круг.

Вопросы для обратной связи: Как вы справились с этим упражнением? Если возникли трудности, то какие?

### 5. Упражнение «Шары».

Цель – формирование и развитие у участников направленности на контакт, навыков установления и поддержания контакта с клиентом.

Ход работы: участники делятся по парам.

Инструкция: «Пусть один из вас держит руки на весу ладонями вверх, а ладони партнера расположатся над вашими ладонями, не касаясь их на расстоянии 1-2 см. прислушайтесь к ощущениям в ладонях, поделитесь друг с другом своими ощущениями. Партнеры двигают руки вверх, медленно увеличивая расстояние. Как меняются ощущения? Сделайте это расстояние максимально возможным при сохранении ощущений от рук партнера. Поделитесь друг с другом. Встряхните руками. Теперь каждый

представит, что в его руках находится шар. Мысленно рассмотрите его, не рассказывая о нем ничего своему партнеру. Ощутите его размер, фактуру, температуру, цвет и т.д. Обменяйтесь с партнером шарами. Попробуйте понять, каков шар вашего партнера. Расскажите друг другу о своих предположениях. Мысленно объедините шары, наблюдайте, как меняются их характеристики. Разъедините шары обратно. Изменились ли они? Подбросьте их вверх, встряхните руками, улыбнитесь, потянитесь. Сядьте в круг».

Вопросы для обратной связи: Расскажите о своем опыте. Были ли трудности, если да, то в чем они состояли? В какие моменты вы чувствовали контакт с вашим партнером?

6. Упражнение «Ты мне нравишься, потому, что...».

Цель – формирование и развитие у участников направленности на эмпатийное общение, умения искренно и обоснованно выражать свое позитивное отношение к клиенту. Исследование каждым участником своих возможностей и зон развития в ситуации общения.

Ход работы: половина участников садится во внутренний круг. Другая половина садится во внешний круг. Участники внешнего и внутреннего круга сидят лицом друг к другу.

Инструкция: «Скажите человеку, сидящему напротив вас о тех его качествах, которые вам в нем нравятся, которые вы, возможно, хотели бы иметь сами. Старайтесь избегать «дежурных фраз», ваши слова должны быть искренними. Через минуту поменяйтесь ролями».

По окончании взаимодействия участники внешнего круга смещаются на одного человека вправо и продолжают работу. Работа идет до тех пор, пока круг не замкнется. Затем все рассаживаются в общий круг для обсуждения.

Вопросы для обратной связи: поделитесь своим опытом и ощущениями. Из какой роли было легче поддерживать общение? Что для вас комфортнее – делать комплименты или принимать их? Что полезного для вас было в этом опыте?

## 7. Упражнение «Колокол»

Цель – создание состояния доверия группе, исследование каждым участником своих возможностей проявлять доверие, принимать проявления доверия других участников.

Ход работы: участники делятся в две равные группы. Каждая группа стоя образует тесный круг, в центр которого встает один участник. Он с закрытыми глазами максимально расслабляется и «падает» на стоящих вокруг него. Задача остальных как можно бережнее поддерживая его передавать друг другу в течение 1–2 минут. Затем в центр встает следующий участник. Упражнение продолжается, пока все желающие не побывают в центре.

## 8. Рефлексия внутреннего состояния

Цель – формировать навык самонаблюдения и адекватной оценки собственных состояний, качеств, результатов и т.д. Вопросы для обратной связи: что вы чувствуете сейчас? Как изменились ваши ощущения на начало и на конец занятия?

## 9. Подведение итогов

Цель – сформулировать и вербализовать полученные результаты. Вопросы для обратной связи: что полезного вы получили в этих опытах? Какие внутренние ресурсы вам помогли справиться с заданиями? Чего, на ваш взгляд, вам не хватило в работе ведущего, в работе группы? Достигнута ли цель, поставленная вами в начале занятия?

## **Часть 2 «Эмоциональная устойчивость» (4 часа).**

### 1. Приветствие

2. Обсуждение понятия «эмоциональная устойчивость» и его составляющих, связи эмоциональной устойчивости и саморегуляции

### 3. Формулирование целей и ожиданий участников.

4. Упражнения на концентрацию внимания «Сосредоточение на звуке», «Сосредоточение на ощущениях» (тренировка способности к самонаблюдению, рефлексии внутреннего состояния, вербализации ощущений, концентрации), «Сосредоточение на

эмоциях и настроении» (тренировка способности восстанавливать и сохранять стабильное позитивное эмоциональное состояние)

5. Ситуационная ролевая игра на тему «Критические ситуации в работе педагога-психолога».

Предлагаемые ситуации:

А. Мама приводит дочь-подростка к психологу на консультацию. Девочка прогуливает занятия, курит, ходит с сомнительной компанией. Запрос матери: «Сделайте с ней что-нибудь, поговорите. Я устала с ней бороться, она меня ни во что не ставит». Подумать, каковы будут действия психолога?

В. Психологу, только поступившему на работу, поручено провести тренинг с педагогическим коллективом.

С. К психологу обратилась старшеклассница с трудностями в определении будущей профессии. Она хочет идти в медицинскую академию, в то время как родители настаивают на ее поступлении на факультет иностранных языков.

Д. Молодая преподавательница старших классов обратилась к психологу. Вот уже два месяца как один ученик оказывает ей знаки внимания, демонстрируя свои чувства.

6. Упражнения на позитивную визуализацию «Саморазвивающиеся представления».

7. Упражнения-техники саморегуляции «Без мыслей» (способность концентрироваться); «Я – предмет» (способность эмоционально отстраняться от ситуации, наблюдая за ней и действуя в ней, сохраняя психологическую дистанцию).

8. Ситуационная ролевая игра на тему «Критические ситуации в работе педагога-психолога» (отработка способов конструктивного эмоционального реагирования в неординарных, стрессогенных, эмоциогенных и экстремальных ситуациях, встречающихся в работе педагога-психолога).

Предлагаемые ситуации:

А. В школе произошло ЧП. В 7 классе произошла драка, в которой участвовали 9 человек. Всех участников привели к психологу.

В. По результатам психологического заключения на ученика 2-го класса его рекомендовано перевести в класс выравнивания в той же школе. Возмущенные родители пришли к психологу разбираться.

Вопросы для рефлексии:

Какие чувства возникли у вас в предложенной ситуации?

Насколько ресурсным было ваше состояние? В чем вы нуждались?

Как удалось справиться с поставленной задачей? На что вы опирались?

Чему научились?

9. Медитация-визуализация «Убежище» (тренировка способности восстанавливать стабильное позитивное эмоциональное состояние).

Инструкция и текст: «Сядьте поудобнее, откиньтесь на спинку кресла, закройте глаза. Сосредоточьтесь на дыхании. Вдох-выдох... Дыхание должно быть размеренным. Сейчас я буду произносить слова, идите за их смыслом, старайтесь не обдумывать их, пусть образы спонтанно появляются перед вашим внутренним взором. Итак, представьте самое безопасное место на Земле. Какое оно? Оглянитесь, изучите его. Это то самое пространство, где вы можете находиться сколь угодно долго и чувствовать безмятежность..., безопасность..., спокойствие..., покой..., тишину..., расслабление.... Это место, где вам всегда хорошо и спокойно, что бы ни происходило в вашей жизни. Вы можете бывать там тогда, когда вам этого захочется. Расположитесь там, расслабьтесь, побудьте в этой безмятежности и безопасности (5–10 минут)... Теперь вам пора возвращаться. Побудьте еще какое-то

время в расслабленном состоянии и, сделав глубокий вдох, откройте глаза».

10. Обсуждение способов профилактики неблагоприятных эмоциональных состояний, выработка правил эмоционального реагирования в сложных ситуациях, приемов восстановления позитивного эмоционального состояния.

11. Рефлексия внутреннего состояния.

12. Подведение итогов.

***Часть 3 «Самостоятельность принятия решений» (2 часа).***

1. Приветствие.

2. Обсуждение понятия «решительность» и его составляющих, связи решительности с уверенностью в себе и ответственностью.

3. Формулирование целей и ожиданий участников.

4. Обсуждение способов манипулирования и их распознавания.

5. Упражнение-разминка «Да – нет» (тренировка навыков уверенного поведения).

6. Упражнение «Ответственность» (на осознание чувства ответственности за себя, меры ответственности за других).

7. Упражнение «Ведущий и ведомый».

8. Обсуждение и выработка в группе этапов принятия решения.

9. Упражнение «Мой выбор».

Цель – исследовать возможности собственного выбора в различных ситуациях. Обнаружить ситуации, когда выбор за участника делал кто-то другой. Формировать направленность на принятие собственных решений. Осознание ответственности за принятие решений.

Ход работы. Участники делятся по парам. Слова ведущего: «В жизни бывают разные ситуации, и мы по-разному принимаем в них участие. Часто решение необходимо принимать сообща, с учетом общих пожеланий. Но есть ситуации, где многое зависит

только от нашего собственного решения. Это, прежде всего, ситуации выбора нашего собственного пути. Куда пойти учиться, кем работать, с какими людьми общаться, с кем связать свою жизнь, чем заняться в свободное личное время, как распорядиться заработанными деньгами, во что одеться, и т.д. Я предлагаю вам сейчас побыть «почемучками». В течение пяти минут спрашивайте у своего партнера почему он одел именно это, сделал что-то, съездил туда-то и т.п. свой ответ начинайте со слов «это был мой выбор...» или «это был не мой выбор...». Затем меняйтесь ролями».

Когда упражнение сделано, все садятся в круг. Вопросы для обратной связи: «Что вы взяли из этого упражнения? Поделитесь тем, что важно».

#### 10. Упражнение-разминка «Походка».

Цель – повысить активность в группе. Исследование участниками реакций своего тела на состояния уверенности, неуверенности и беззаботности.

Ход работы: участникам предлагается разделить на подгруппы по 3–5 человек и пройти по очереди походкой неуверенного человека, затем походкой беззаботного человека, затем – уверенного. Задание – пронаблюдать свои физические реакции в каждом из трех состояний, а также невербальные реакции других в ходе выполнения упражнения и поделиться друг с другом своими наблюдениями.

11. Ситуационная ролевая игра на тему «Принятие решений в профессиональных ситуациях» (принятие ответственности, принятие решения)

Предлагаемые ситуации:

А. К психологу обращается подросток с просьбой о помощи. Он тайком взял деньги родителей, чтобы купить новый велосипед и боится признаться. Велосипед он прячет у друга.

В. К психологу пришли две ученицы по поводу напряженных отношений с учителем и жалобами, что учитель снижает им от-

метки, делает слишком много замечаний. Одна из них сказала, что видела, как учительница ударила ее одноклассника. Какие варианты действий существуют? Какое решение целесообразнее принять психологу?

12. Рефлексия внутреннего состояния

13. Подведение итогов.

#### *Модуль 4*

### ***Формирование качеств коммуникативного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов***

Цель – способствовать дальнейшему раскрытию участников, путем поддержания атмосферы доверия и обеспечения психологической безопасности в группе; развитие у участников коммуникативности, умения слушать, умения точно и лаконично высказывать свои мысли, умения отстаивать свою точку зрения, проявлений инициативы в общении; коррекция стилей общения участников, их дополнение новыми эффективными приемами и способами общения, овладение различными подходами в общении; формирование и развитие лидерских качеств личности в профессиональных ситуациях. Продолжительность занятий модуля составляла 8 часов.

Содержание занятия:

#### ***Часть 1 «Коммуникативность» (4 часа).***

1. Приветствие

2. Обсуждение понятия «коммуникативность» и его составляющих, актуализация понятий «вербальная и невербальная коммуникация»

3. Формулирование целей и ожиданий участников

4. Упражнение-разминка «Имена прилагательные»

Цель – активизация участников, создание у них настроения на работу.

Ход работы: каждый участник по очереди называет три прилагательных, начинающихся на первые буквы его имени, отчества и фамилии и при этом характеризующих его характер, настроение.

5. Упражнение «Позитивное представление».

Цель – актуализация и формирование у участников навыков уверенного общения, активного слушания, наблюдательности, эмпатии и рефлексии в процессе общения.

Ход работы: участники работают в парах.

Инструкция: «Пусть один из вас в течении 3 минут расскажет другому за что он себя уважает, любит, какими своими качествами, поступками, достижениями гордится, как он выражает любовь к себе, в чем это проявляется. Другой в это время внимательно слушает и наблюдает за говорящим. Когда рассказ партнера закончится – повторите его, по возможности используя формулировки, слова и жесты рассказчика. Второй должен его выслушать и в конце поправить, если нужно. Затем выполните то же самое, поменявшись ролями».

Затем все садятся в круг, ведущий предлагает поделиться впечатлениями, ощущениями, наблюдениями. Вопросы для обратной связи – «Что было полезного для вас в этом упражнении?», «Что было легче выполнить, что труднее?»

6. Упражнение-разминка «Ливень».

7. Упражнения на развитие вербальной коммуникации: «Техника интонирования», «Мысль одна, а слов много».

8. Упражнение «Заигранная пластинка» (развитие навыков уверенного общения), «Управление инициативой».

9. Упражнение «Взаимодействие».

10. Упражнения на развитие невербальной коммуникации «Подстройка», «Снятие зажима», «Мимические маски», «Немая сцена», «Сыщики» (развитие наблюдательности в процессе группового взаимодействия).

11. Рефлексия внутреннего состояния.

12. Подведение итогов.

## ***Часть 2 «Лидерство» (4 часа).***

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятия «коммуникативность» и его составляющих, актуализация понятий «вербальная и невербальная коммуникация».
3. Формулирование целей и ожиданий участников.
4. Упражнение «Когда я был лидером» (актуализация темы, осознание своих возможностей проявления лидерства, рефлексия внутреннего состояния).
5. Упражнения на возможность ощутить себя в роли лидера «Спички», «Король и свита», «Факел».
6. Обсуждение паттернов лидерского поведения.
7. Рефлексия внутреннего состояния.
8. Подведение итогов.

## ***Модуль 5***

### ***Формирование качеств гностического компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов***

Цель – формирование знаний содержания деятельности педагога-психолога, умений и навыков деятельности педагога-психолога посредством самостоятельной подготовки и проведения упражнений, выполнения специальных заданий; развитие находчивости и гибкости мышления в ситуациях профессионального характера; раскрытие творческих возможностей и их проявления в профессиональной деятельности педагога-психолога; стимулирование повышения уровня общей культуры участников.

Развитие качеств гностического компонента лежит в основе формирования профессионально важных качеств будущего педагога-психолога. Достаточно эффективным для достижения поставленной цели, на наш взгляд, является включение участников в активную самостоятельную работу, заключающуюся в подготовке и выполнении специальных заданий, созданных на основе реальных рабочих ситуаций, возникающих в повседневной деятельности педагога-психолога в школе.

Наиболее распространенным заданием являлась подготовка и проведение упражнений в группе. Это задание участники выполняли в ходе всей последующей работы по остальным модулям программы, что обеспечивало непрерывное формирование качеств гностического компонента во взаимодействии с формированием качеств других компонентов системы ПВК педагога-психолога. Также предусматривалось самостоятельное выполнение участниками индивидуальных заданий, суть которых заключалась в поиске решения проблемных ситуаций из деятельности педагога-психолога. Результаты выполнения выносились на обсуждение в группе.

Другая группа заданий строилась на основе моделирования ситуаций профессионального характера, возникающих в деятельности педагога-психолога, и выполнялась в условиях практических занятий со студентами.

Занятия данного модуля предусматривали 2 семинарских занятия, индивидуальную (консультация) и групповую работу (тренинг, групповая дискуссия, ролевая и деловая игра).

Продолжительность занятий модуля составляла 14 часов.

Содержание занятия:

***Часть 1 «Знания, умения и навыки деятельности педагога-психолога» (8 часов).***

*Семинарское занятие № 3 на тему «Критерии оценки профессиональных знаний педагога-психолога».*

#### План

1. Знания диагностических методик, условий и особенностей их проведения.
2. Знание способов профилактики и преодоления трудностей в интеллектуальном и личностном развитии школьников.
3. Знания принципов и методов развивающей и коррекционной работы психолога.
4. Знание специфики консультативной работы в школе.

5. Развитие интеллектуальных и личностных особенностей, специфика работы с одаренными детьми.

6. Психогигиена, применение различных техник для поддержания психологического здоровья школьников, знание психотехнологий поддержания психологического здоровья школьников.

7. Этические принципы работы педагога-психолога.

Вопросы и задания:

1. Подобрать комплекс диагностических методик для измерения и оценки познавательной сферы учащихся 5-х классов; подобрать методики, направленные на выявление учащихся начальной школы с трудностями интеллектуального развития и их особенностей.

2. Перечислите и раскройте методы коррекционно-развивающей работы педагога-психолога.

3. Подготовить занятие, направленное на профилактику агрессивного поведения в 9-х классах.

4. Каким, по вашему мнению, должно быть содержание психологической консультации подростка, страдающего одиночеством? Какие методы диагностики и коррекции можно использовать в этом случае? Какие вопросы вы бы ему задали?

5. Раскройте проявление этических принципов и норм работы педагога-психолога с учащимися класса, определяемых методикой социометрии как «отвергаемые»? Каковы оптимальные действия педагога-психолога, направленные на диагностику и коррекцию социально-психологического климата в классе?

#### Рекомендуемая литература

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Совершенство, 1998.
2. Вачков И.В., Гриншпун И.Б., Пряжников Н.С. Введение в профессию «психолог»: учеб. пособие / под ред. И.Б. Гриншпуна. – М., Воронеж: МОДЭК, 2002.
3. Долгова В.И., Шаяхметова В.К. Инвариантность профессионально важных качеств: монография. – Челябинск: ООО «Издательство РЕКПОЛ», 2009

4. Практическая психология образования. / под ред. И.В. Дубровиной. – СПб., 2000.
5. Психогимнастика в тренинге / под ред. Н.Ю. Хрящевой. – М., 2000.

*Семинарское занятие № 4 на тему «Критерии оценки профессиональных умений и навыков педагога-психолога».*

### План

1. Умения разработки коррекционных, развивающих, просветительских, профилактических программ с учетом индивидуальных особенностей школьников и задач их развития на каждом возрастном этапе (адаптация 1 и 5-тиклассников, профориентация старшеклассников и т.д.).

2. Умение планировать собственную профессиональную деятельность (долгосрочное 1 год и краткосрочное на 1 день, на каждое занятие).

3. Умение спланировать и организовать работу по адаптации, коррекции, развитию школьников на разных этапах их возрастного развития.

4. Умение организовать работу по контролю личностного, интеллектуального, психоэмоционального состояния школьников в переломные (переходные) этапы их жизни.

5. Умения и навыки индивидуальной и групповой работы (искусство выступления перед аудиторией, просветительская работа и коррекционно-развивающая).

6. Умение применить профессиональный опыт и знания в критических, экстремальных и стрессогенных ситуациях (владение аппаратом диагностических и пр. технологий по работе с запросом).

7. Навык обновления профессиональных ЗУН, самостоятельное осуществление профессионального роста.

### Вопросы и задания:

1. Подготовить учебный вариант коррекционной программы по снижению уровня тревожности в 11-м классе.
2. Составить план своей работы в качестве педагога-психолога на учебный год.
3. Составить план работы на 1 месяц.
4. Составить план рабочего дня.
5. Составить план действий по запросу классного руководителя на профориентационное мероприятие в 10-м классе; на улучшение психологического климата в 7-м классе; по запросу педагогического коллектива на подготовку троих учащихся 5-го, 8-го и 10-го классов к олимпиаде по психологии.
6. Составить план начальных и последующих действий по запросу в критической ситуации (подростковая драка, ученик 8-го класса снизил успеваемость из-за пережитого стресса).

### Рекомендуемая литература

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Совершенство, 1998.
2. Вачков И.В., Гриншпун И.Б., Пряжников Н.С. Введение в профессию «психолог»: учеб. пособие / под ред. И.Б. Гриншпуна. – М., Воронеж: МОДЭК, 2002.
3. Долгова В.И., Шаяхметова В.К. Инвариантность профессионально важных качеств: монография. – Челябинск: ООО «Издательство РЕКПОЛ», 2009.
4. Зеер Э.Ф., Шахматова О.Н. Личностно ориентированные технологии профессионального развития специалиста: науч.-метод. пособие. – Екатеринбург, 1999.
5. Практическая психология образования. / под ред. И.В. Дубровиной. – СПб, 2000.
6. Психогимнастика в тренинге / под ред. Н.Ю. Хрящевой. – М., 2000.

***Часть 2 «Интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления» (2 часа).***

Предусматривает заранее согласованное включение упражнений, подготовленных студентами.

1. Приветствие
2. Обсуждение понятий «интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления» и их составляющих, актуализация в сознании участников необходимости их применения в профессиональных ситуациях
3. Формулирование целей и ожиданий участников
4. Упражнение-разминка «Мозговой штурм»
5. Упражнения, подготовленные участниками
6. Обсуждение проблемных ситуаций профессионального характера, поиск оптимальных решений
7. Поиск различных вариантов выхода из проблемной ситуации профессионального характера
8. Рефлексия внутреннего состояния
9. Подведение итогов

***Часть 3 «Способность к творческому применению профессионального опыта» (2 часа).***

Предусматривает заранее согласованное включение упражнений, подготовленных студентами.

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятий «творчество», «креативность» и их составляющих, актуализация в сознании участников необходимости их применения в профессиональных ситуациях.
3. Формулирование целей и ожиданий участников.
4. Упражнения на активизацию творческого мышления: «Девять точек», «Дуб на дороге», «Нестандартное применение предмета».
5. Упражнение «Разговор с волшебником».
6. Упражнение-разминка «Я иду по...».
7. Упражнение «Кто я?».

8. Рефлексия внутреннего состояния.

9. Подведение итогов.

**Часть 4 «Общая культура» (2 часа).**

Групповая дискуссия на тему «Должен ли педагог-психолог постоянно работать над расширением своего кругозора вне психологии и педагогики?»

Цель – актуализировать в сознании участников необходимости повышать уровень общей культуры; прояснить собственную позицию по обсуждаемому вопросу, выявить многообразие точек зрения, расширив собственное видение проблемы; развивать умение импровизировать; развивать умение отстаивать собственную точку зрения.

Процедура дискуссии состоит из трех основных этапов:

1) этап ориентировки – определение целей дискуссии, сбор информации (мнений, суждений, идеи, предложений всех участников) по обсуждаемой проблеме;

2) этап оценки – упорядочение, обоснование и совместная оценка полученной в ходе обсуждения информации;

3) Завершающий этап – подведение итогов дискуссии: сопоставление целей дискуссии с полученными результатами.

### **Модуль 6**

#### ***«Формирование качеств мотивационного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов»***

Цель – осознание участниками собственных мотивов профессиональной деятельности, коррекция мотивационных предпочтений, формирование направленности личности в будущей профессии, формирование мотивации достижения успеха в профессиональной деятельности педагога-психолога; способствовать дальнейшему поддержанию безопасной для участников психологической обстановки и атмосферы доверия.

Развитие качеств мотивационного компонента происходит в процессе работы по всем модулям программы и заключается в непрерывном ориентировании участников на поиск внутренних и внешних ресурсов для достижения поставленных задач профессионального характера, формировании у участников уверенности в собственных возможностях и возможностях других людей. Продолжительность занятий модуля составляла 6 часов.

Занятие, направленное на формирование мотивации достижения успеха в профессии педагога-психолога, предусматривает заранее согласованное включение упражнений, подготовленных студентами.

Содержание занятия:

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятий «мотивация», «цель» и их составляющих, актуализация необходимости осознания собственных мотивов профессионального выбора и деятельности педагога-психолога.
3. Формулирование целей и ожиданий участников.
4. Выполнение упражнений, подготовленных участниками.
5. Упражнение «Лучший мотив».
6. Упражнение «Планирование будущего».
7. Упражнение-разминка «Походка».
8. Упражнение «Моя будущая профессия» (выяснение правильности представлений о профессии, ожиданий от нее и изменение этих ожиданий).
9. Обсуждение и выработка правил движения к успеху в соответствии с концепцией внутренней мотивации Э. Деси.
10. Упражнение «5 шагов».
11. Рефлексия и вербализация внутреннего состояния.
12. Подведение итогов.

## Модуль 7

### **Формирование качеств практического компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов**

Цель – осознание участниками особенностей своего распределения времени; формирование у участников навыков рациональной организации своего времени; формирование более ответственного отношения к себе, окружающим, своей работе и другим сферам жизни и деятельности; ориентирование участников на проявления инициативы в ситуациях профессионального характера и других областях деятельности.

Взаимосвязи качеств всех компонентов и полиmodalность подобранных упражнений обеспечивают взаимопроникновение формирующих целей и задач различных модулей. В некоторых случаях, взаимосвязи профессионально важных качеств оказываются настолько тесными, что приводит к необходимости их «объединения» в формирующем занятии определенного модуля. Такие взаимосвязи, на наш взгляд, позволяют оптимизировать структуру программы и повысить его эффективность. Поскольку направленность личности в профессиональной деятельности тесно взаимосвязана с качествами мотивационного компонента, упражнения, направленные на ее формирование и развитие проводились в шестом модуле. В задачи данного модуля входит формирование таких ПВК как организованность, ответственность и инициативность. Продолжительность занятий модуля составляла 6 часов.

Содержание занятия:

#### **Часть 1 «Организованность» (2 часа).**

Предусматривает заранее согласованное включение упражнений, подготовленных студентами.

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятий «организованность», «самоменеджмент».
3. Формулирование целей и ожиданий участников

4. Выполнение упражнений, подготовленных участниками.
5. Упражнение «Я управляю своей жизнью...?».
6. Упражнение «Поглотители времени».
7. Упражнение «Чего я хочу от своей жизни».
8. Обсуждение и выработка в группе правил управления своим временем.
9. Задание «Составление плана завтрашнего дня».
10. Задание «Составление плана рабочего дня педагога-психолога», исходя из поставленных условий.
11. Рефлексия и вербализация внутреннего состояния.
12. Подведение итогов.

***Часть 2 «Ответственность и инициативность»*** (4 часа).

Предусматривает заранее согласованное включение упражнений, подготовленных студентами.

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятий «ответственность», «инициативность» и их взаимосвязи.
3. Формулирование целей и ожиданий участников.
4. Выполнение упражнений, подготовленных участниками.
5. Ситуационная ролевая игра на проявление инициативы и ответственности в ситуациях профессионального характера.
6. Рефлексия и вербализация внутреннего состояния.
7. Подведение итогов.

***Модуль 8***

***Формирование качеств рефлексивного компонента системы профессионально важных качеств педагогов-психологов***

Цель – осознание участниками собственного уровня саморегуляции в критических ситуациях, способов и навыков саморегуляции, выработанных на личном опыте; закрепление навыков и расширение возможностей саморегуляции, полученных в начале прохождения программы; продолжение формирования способно-

сти к адекватной самооценке; развитие способности к рефлексии своих состояний без утраты контакта с окружающими.

Упражнения этого модуля, прежде всего, направлены на формирование таких качеств, как способность к саморегуляции и способность к адекватной самооценке. Честность и искренность входят в состав правил работы в группе, за выполнением которых наблюдал ведущий и сами участники, поэтому данные качества корректировались и развивались в течение всей работы участников.

Особое внимание в этом модуле уделяется самостоятельной подготовке и выполнению участниками упражнений под контролем ведущего.

Продолжительность занятий модуля – 6 часов.

Содержание занятия:

***Часть 1 «Способность к саморегуляции»*** (4 часа)

Предусматривает заранее согласованное включение упражнений, подготовленных студентами.

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятий «саморегуляция», «эмоциональная устойчивость», «тревожность», «стресс» и их взаимосвязи.
3. Формулирование целей и ожиданий участников.
4. Выполнение упражнений, подготовленных участниками.
5. Рефлексия внутреннего состояния.
6. Подведение итогов.

***Часть 2 «Способность к адекватной самооценке»*** (2 часа)

1. Приветствие.
2. Обсуждение понятия «самооценка».
3. Формулирование целей и ожиданий участников.
4. Выполнение упражнений, подготовленных участниками.
5. Упражнение «Я – ...».
6. Упражнение «Горячий стул».
7. Упражнение «Плюс-минус».
8. Упражнение «Мандала».

9. Рефлексия и вербализация внутреннего состояния
10. Подведение итогов

### **Модуль 9**

#### **«Подведение итогов групповой работы»**

Цель – закрепление достигнутых изменений, разрешение возникших у участников вопросов, создание благоприятной психологической атмосферы для подведения итогов проделанной работы и завершения занятий; создать позитивный настрой на будущее.

В ходе работы в первой части модуля происходило обсуждение в группе пройденных занятий, важных для отдельных участников моментов работы и возникших вопросов. Окончание обсуждения предполагало подведение итога под проделанной работой каждым участником и оказанием ему групповой поддержки путем обратной связи.

Во второй части модуля в условиях позитивной, спокойной и безопасной атмосферы в группе, участникам предоставлялась возможность высказать свои пожелания другим участникам и ведущему.

Продолжительность занятий 2 часа.

Содержание занятия:

#### **Часть 1** (1,5 часа)

1. Приветствие.
2. Формулирование целей и ожиданий участников.
3. Обратная связь «Что я получил от этой работы».
4. Обратная связь «Мне понравилось...».
5. Подведение итогов.

#### **Часть 2** (20–30 минут).

1. Упражнение «Я хочу тебе подарить...».
2. Пожелания участников друг другу и ведущему.
3. Завершение.

В ходе реализации программы осуществляется организация и контроль самостоятельной работы студентов.

### Самостоятельная работа студентов

<b>Тема для самостоятельного изучения</b>	<b>Задание для самостоятельного выполнения студентом</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Методическое обеспечение</b>	<b>Форма отчетности</b>
Феномен профессионально важных качеств в психологических исследованиях	Различные подходы к пониманию структуры ПВК в отечественной и зарубежной психологии	2	Реферирование научной литературы. Источники 8, 11, 12, 14, 15	Конспект
Профессиональная деятельность педагога-психолога	По вопросам семинара	3	Реферирование научной литературы. Источники 5, 8, 11, 12, 14, 15	Конспект
Профессионально важные качества педагога-психолога	По вопросам семинара	3	Реферирование научной литературы. Источники: основная литература 5, 8, 11, 12, 14, 15, 19; дополнительная литература 20, 22	Конспект, таблица
Эмоциональный компонент модели профессионально важных качеств психолога в образовательной среде	Составление программы тренинга эмпатии, эмоциональной устойчивости, решительности	10	Реферирование научной литературы. Источники: основная литература 7, 10, 11, 20, 21, 25, 31, 34; дополнительная – 9, 10, 13, 19	Конспект, программа психолога в образовательной среде, кейс-задание

<b>Тема для самостоятельного изучения</b>	<b>Задание для самостоятельного выполнения</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Методическое обеспечение</b>	<b>Форма отчетности</b>
Коммуникативный компонент модели профессионально важных качеств психолога в образовательной среде	Составление программы тренинга коммуникативности, лидерства	6	Реферирование научной литературы. Источники: основная литература 11, 20, 21, 25, 27, 31, 38; дополнительная литература 9	Конспект, профессиональная программа психолога в образовательной среде, кейс-задание
Гностический компонент модели профессионально важных качеств педагога	Составление программы тренинга креативности в деятельности психолога в образовательной среде	8	Реферирование ... Источники: основная литература 11, 25, 27, 31, 38; дополнительная литература 9	Конспект, профессиональная программа психолога в образовательной среде, кейс-задание
Мотивационный компонент модели профессионально важных качеств психолога в образовательной среде	Составление программы тренинга мотивации профессиональной деятельности психолога в образовательной среде	6	Реферирование. Источники: основная литература 11, 23, 25, 35; дополнительная литература 2, 15, 17, 23	Конспект, профессиональная программа психолога в образовательной среде, кейс-задание
Практический компонент модели профессионально важных качеств психолога в образовательной среде	Составление программы тренинга ответственности, управления временем, инициативности в деятельности психолога в образовательной среде	12	Реферирование. Источники: основная литература 11, 23, 25, 35; дополнительная литература 2, 17, 15, 23	Конспект, профессиональная программа психолога в образовательной среде, кейс-задание

Тема для самостоятельного изучения	Задание для самостоятельного выполнения	Кол-во часов	Методическое обеспечение	Форма отчетности
Рефлексивный компонент модели профессионально важных качеств психолога в образовательной среде	Составление программы тренинга саморегуляции	8	Реферирование научной литературы. Источники: основная литература 11, 23, 25, 31, 34, 35; дополнительная литература 2, 17, 15, 23	Конспект, программа психолога в образовательной среде, кейс-задание
	Всего часов:	50		

*Оценка результативности программы* проводилась при помощи психодиагностических методов и методик, перечисленных в разделе «Тематическое планирование», а также методом наблюдения. Выбор методов обусловлен тематикой исследования и целью программы. Полученные результаты представлены в монографии.

***Требования к уровню подготовки выпускника:***

Формой контроля уровня подготовки студента является зачет.

***Оценка «зачтено»***

Студент обладает глубокими, прочными и всесторонними знаниями; владеет системой основных научно-психологических понятий курса; проявляет умения анализировать теоретические понятия; умеет переносить теоретические знания на практику. Студент самостоятельно разрабатывает и проводит занятия с элементами психологического тренинга, обладает умениями и навыками в направлениях деятельности педагога-психолога – психодиагностики, психологического консультирования, психологической коррекции. Способен к решению теоретических и практических задач профессионального характера.

### **«Не зачтено»**

Студент проявляет знания поверхностные, несистемные; слабо владеет базовыми теоретическими понятиями; затрудняется переносить теоретические знания для решения практических задач профессионального характера.

Что должен **знать** студент:

- основные понятия и проблемы курса;
- положения основных подходов к изучению профессиональной деятельности: системного, личностно-ориентированного, деятельностного и т.д.

- профессионально важные качества педагога-психолога и особенностей их формирования;

- требования, предъявляемые ГОСТом к подготовке педагога-психолога, квалификационные требования к специалисту, должностные обязанности, права и ответственность;

- содержание деятельности педагога-психолога: специфику работы во всех направлениях деятельности, специфику организации работы психолога в психологической службе образовательного учреждения, работу с документацией педагога-психолога;

- свои особенности, личностные ресурсы и «зоны развития».

Студент должен **уметь**:

- организовать процесс работы педагога-психолога (планирование деятельности на год, квартал, месяц, день);

- работать с документацией педагога-психолога по всем направлениям профессиональной деятельности (психодиагностическому, психопрофилактическому, психокоррекционному, психологического консультирования, психологического просвещения, социально-диспетчерской деятельности);

- использовать в наиболее полной мере имеющиеся личностные ресурсы в процессе психолого-педагогической деятельности;

- адекватно ситуации оценивать свои профессиональные возможности.

Студент должен **владеть**:

- навыками саморегуляции в эмотивных ситуациях;
- различными формами психолого-педагогической работы (уметь организовать и провести занятия с использованием различных методов: психологического тренинга, групповой дискуссии, ролевой и деловой игры, методов психологической коррекции, приемов психологического консультирования).

***Материально-техническое обеспечение***

- канцелярские принадлежности: ватман, бумага, карандаши, краски, маркеры, фломастеры, скрепки, магниты, CD-, DVD-диски;
- учебно-наглядные пособия (электронные презентации, таблицы, схемы и т.д.);
- карточки, раздаточные материалы;
- аудиовизуальные материалы;
- ТСО: системный блок не ниже Р-166, экран, лазерный проектор, магнитофон.

### **2.3. Рекомендации по формированию профессионально важных качеств педагога-психолога**

Профессионально важные качества формируются в процессе деятельности, вместе с тем важно осознавать ход их развития, понимать уровень сформированности каждого из ПВК. Для этого важно знать понятие формируемых качеств, также время от времени можно обращаться к разработанным в исследовании критериям их сформированности, уметь отслеживать динамику их изменений.

При формировании собственных ПВК следует понимать, как распределить свои ресурсы и ожидания. В связи с этим предлагается распределить свои личностные, организационные, временные и т.д. возможности относительно трех уровней целеполагания:

– уровень краткосрочных целей, которых можно достичь немедленно или в течение ближайших недель;

– уровень среднесрочных целей: мероприятия или усовершенствования, завершение которых может занять несколько месяцев;

– уровень долгосрочных целей: положение или состояние, которого хотелось бы достичь через несколько лет.

Далее представлены рекомендации, на что следует обращать внимание в процессе профессиональной подготовки, какие дополнительные действия желательно предпринимать для более успешного формирования ПВК.

В основу рекомендации положена шестикомпонентная модель ПВК педагога-психолога, разработанная и исследованная в данной работе.

### ***Рекомендации по формированию качеств эмоционального компонента ПВК***

#### **Формирование эмпатии**

Эмпатия понимается как профессионально важное качество педагога-психолога, состоящее в постижении эмоционального состояния, проникновении, «вчувствовании» в переживания другого человека. Это способность психолога к параллельному переживанию тех эмоций, что возникают у другого индивида в ходе профессионального, специально организованного общения с ним. Иными словами, с помощью эмпатии психолог понимает другого человека.

Как особые формы эмпатии выделяют:

1) сопереживание – переживание тех же эмоциональных состояний, что испытывает другой, через отождествление с ним;

2) сочувствие – переживание собственных эмоциональных состояний в связи с чувствами другого.

В профессиональном психологическом взаимодействии эмпатия должна сопровождаться развитой рефлексией, поскольку

эмпатии свойственны замкнутость в рамках непосредственного эмоционального опыта, слабая чувствительность к различению собственных чувств и чувств другого человека, тенденция к слиянию с эмоциональным состоянием другого и, как следствие, высокий риск эмоционального выгорания.

Учитывая сущность эмпатии педагога-психолога, было бы полезным выполнять следующие рекомендации:

1. Время от времени применяйте опросники, направленные на диагностику эмпатии, например, методику диагностики уровня эмпатии В.В. Бойко.

2. Используйте методики и техники, которые способствуют расширению и осознанию эмоционально-чувственного опыта.

Например, можно использовать упражнения, подтвердившие себя в передовой психолого-педагогической практике.

### **Формирование эмоциональной устойчивости**

Эмоциональная устойчивость как профессионально важное качество педагога-психолога определяется в виде способности сохранять направленность своих действий в сложной, эмоционально напряженной ситуации при помощи саморегуляции и самоконтроля и тем самым содействовать успешному решению профессиональных задач. Эмоциональная устойчивость снижает разрушительное воздействие сильных стрессовых факторов, благодаря чему возрастает готовность действовать в ситуации неопределенности, конфликта или стресса. Деятельность педагога-психолога требует сохранения работоспособности и функционирования личностных и профессиональных ресурсов в сложных эмоциогенных условиях.

Эмоциональная устойчивость в деятельности педагога-психолога имеет весьма важное значение, что объясняется повышенными эмоциональными нагрузками при взаимодействии с детьми различных возрастов, педагогическим коллективом и родителями.

Учитывая сказанное, можно рекомендовать следующее:

1. При наступлении сложной эмоциогенной ситуации постарайтесь воздержаться от действий и решений на какое-то время. Остановитесь, прислушайтесь к эмоциональному состоянию и ощущениям в теле. Назовите свои ощущения и эмоции, почувствуйте себя отдельно от них. Это процесс разидентификации с состоянием волнения, злости или тревоги.

2. Выберите свои способы саморегуляции, которые помогают восстановить душевное равновесие.

3. Чаще будьте в контакте со своими переживаниями, умейте их назвать.

4. Если трудно восстанавливать внутреннее равновесие, прибегните к групповым занятиям по йоге и другим системам саморегуляции.

5. Прибегайте к поддержке других людей – иногда именно она делает то, что помогает восстановить равновесие и научиться новым способам саморегуляции.

### **Формирование самостоятельности принятия решений**

Решительность – это способность направляться к цели; идти, не обращая внимания на препятствия; это крепость духа, сила воли, смелость действовать; это умение забывать о сомнениях, когда для них нет времени или они неуместны; это желание и способность в любых ситуациях действовать быстро и рационально.

Решительность – это волевое качество. Оно способствует своевременному принятию решений и позволяет нести ответственность за то, что совершил. Решительность требует от человека умения использовать сразу несколько навыков:

1. Работа над собой. Учась преодолевать сравнительно небольшие трудности, человек вырабатывает в себе решительность.

2. Постановка цели. Необходимо найти себе ясную цель в качестве ориентира, тогда будет легче преодолевать препятствия на пути к ней и быстрее воспитать в себе решительность.

3. Психологические тренинги. Тренинг уверенности в себе поможет человеку воспитать и решительность.

4. Доверие к себе. Учась прислушиваться к своему внутреннему голосу, менее поддаваясь влиянию извне, человек культивирует в себе решительность.

### *Рекомендации по формированию качеств коммуникативного компонента ПВК*

#### **Формирование коммуникативности**

Коммуникативность является положительным профессионально важным качеством педагога-психолога, которое напрямую связано с нравственно-этическим содержанием сознания личности специалиста; она выражает предрасположенность человека к общению, к установлению контактов, связей, отношений. Внешне это качество проявляется как общительность, умение собирать вокруг себя людей и наполнять пространство взаимодействия координирующими, познавательными, социальными, культурными и т.д. коммуникационными элементами.

Для развития коммуникативности рекомендуется следующее:

1. Ежедневно вспоминайте о своих достоинствах и развивайте их.

2. Участвуйте в мероприятиях, требующих проявления коммуникативных навыков – выступайте с докладами на семинарах, конференциях, круглых столах и др., проводимых на факультете, в вузе, в ходе проведения производственной практики.

3. Старайтесь увидеть красоту в окружающем мире и людях.

4. Здоровайтесь со всеми знакомыми дружелюбно и с улыбкой. Вспомните, как часто доброжелательное приветствие способно поднять нам настроение, помочь ощутить свою ценность и значимость.

5. Учитесь быть хорошим слушателем. Для начала можно использовать простое правило: выслушивать собеседника до конца и выдерживать паузу в несколько секунд перед собствен-

ным ответом. Так вы покажете свое уважение и интерес к его точке зрения, что несомненно вызовет в собеседнике чувство благодарности.

6. Обратите внимание на людей, которые живут или работают рядом с вами. Чем они интересуются, каковы их увлечения и взгляды на жизнь? Возможно, у вас не так уж мало общего, как кажется на первый взгляд.

7. Ведите дневник своих успехов в развитии коммуникативных навыков при общении с друзьями, коллегами или просто соседями. Перечитывая записи о любых, даже самых незначительных (на первый взгляд) достижениях, вы постепенно поверите в себя как эффективного коммуникатора и просто обаятельного человека.

Среди важнейших коммуникативных навыков является навык слушания, остановимся более подробно на рекомендациях по этому поводу.

Что подразумевает выслушивание:

**1. Разговор с другим.**

Цель педагога-психолога состоит в том, чтобы предложить тому, кто этого желает, возможность установить непосредственный контакт с тем, кто готов слушать как друг и вступать в дискуссию с полным уважением к говорящему.

**2. Сохранять спокойствие и выслушивать.**

Выслушивание предполагает прежде всего, что человеку предоставляется достаточно времени и свободы, чтобы выразить себя, потому что в повседневной жизни ему такая свобода недоступна.

Весьма важным является сохранение нейтральности. Выслушивание означает контроль над своими собственными мыслями и прошлым опытом, а также над личными чувствами, которые вызываются оценками или тем, что сказано человеком.

### 3. Доступность.

Участники образовательного процесса должны быть осведомлены о том, где и в какое время можно найти психолога для того, чтобы можно было побеседовать, получить консультацию.

Другой формой доступности является внутренняя, личная доступность, что предполагает готовность выслушать вещи, которые никогда до этого не слышал, или то, что никогда бы не подумал сказать кому бы то ни было, даже анонимно.

Продвижение к этому идеалу предполагает выработку своего собственного опыта тем или иным путем и требует гибкости, терпимости и способности изменяться внутренне.

### 4. Слушать «между строк».

Разговаривая, человек никогда не скажет всего, что мог бы сказать. Он высказывает только то, что предпочитает выдвинуть на первый план. Явный приоритет некоторых тем подразумевает, что остальное оказывается невысказанным. Совершенно невозможно сказать абсолютно все, что может быть сказано, и каждый вынужден решать, что он скажет и о чем умолчит.

Эта ситуация может быть постоянной или периодически повторяться. И то, что не высказано, вынуждено оставаться скрытым.

Имеется только один шанс, и заключается он в том, что кто-то не только слушает сказанное, но пытается понять несказанное – не с намерением высказать это вместо данного человека, а с мыслью помочь ему самому сказать это, как только ослабнут его внутренние барьеры.

Особенно глубоко прячут эмоции, связанные с людьми или событиями из жизни. Чувства, являющиеся настолько глубокими, что в них трудно признаться даже самому себе, пугающие или ранящие слишком сильно, но тем не менее существующие. Если человека выслушают, то тем самым помогут выявить эти чувства так, чтобы он смог почувствовать облегчение и отделить прошлое от предстоящего.

## **5. Сверка и прояснение контекста.**

Вопрос «Вы поняли, что я имею ввиду?» часто слышится во время консультаций и общения вообще. Будет неверным ответить: «Да, я вполне понимаю», но ввиду различных толкований и интерпретаций, субъективности восприятия и отсутствия способности читать мысли другого, это «понимание» может быть весьма неуместным в разговоре.

Более полезным будет ответить примерно так: «Расскажите мне несколько подробнее. Возможно, я пойму лучше. Я здесь, чтобы слушать – это самый лучший способ для вас увидеть проблемы более ясно, что, в конце концов, самое важное».

## **6. Ожидать неожиданного.**

Ситуация общения в большинстве случаев – ситуация неопределенности, особенно если речь идет о психологической консультации.

Перед разговором полезно не строить ожиданий относительно темы, реакций и поведения собеседника, собственных реакций на услышанное.

## **7. Время для всего.**

Есть время для всего:

- для молчания и для самовыражения;
- для слушания и для высказывания;
- для установления контакта и для прощания.

Хотя для наилучшего использования времени достаточно здравого смысла и рассудительности, об этой теме стоит задуматься.

## **8. Забота.**

Понятие «заботливость» включает в себя такие необходимые составляющие, как внимание, заинтересованность, способность проявлять любовь. Общение, предполагающее выслушивание, сопровождается такими подходами, которые говорят о серьезном восприятии говорящего, что является приоритетным в противоположность склонности действовать отчужденно.

## **Формирование лидерства.**

Лидерство – качество личности, которое выступает условием наделения ее группой полномочиями принимать ответственные решения, затрагивающие интересы и определяющие направление деятельности всей группы. Данное качество проявляется и является социально значимым и ценно, в основном, в процессе общения и взаимодействия в группе.

Педагогу-психологу лидерство весьма важно, обладающий этим качеством психолог более свободно и уверенно чувствует себя в группе, обладает достаточным авторитетом, для того чтобы достигать поставленных перед группой задач. Участники групповых процессов более внимательны к интервенциям психолога, обладающего лидерскими качествами, и в большей степени готовы следовать его заданиям. С другой стороны, педагог-психолог может вести за собой группу, работать с ее сопротивлениями, сохраняя уверенное поведение.

Для того, чтобы лидерство получило больше возможностей для проявления и реализации, рекомендуется следовать представленным далее рекомендациям:

**1.** Поставьте перед собой ясные цели. Люди иногда терпят неудачу из-за того, что слабо представляют себе цели, к которым стремятся. Постарайтесь мысленно представить себе конечный результат, которого вы хотите достичь, и запишите его как можно подробнее.

**2.** Ставьте перед собой реальные сроки. Помните: те привычки, которые формировались у вас на протяжении всей жизни, невозможно поменять за один-два дня. Разработайте систему промежуточных целей. Таким путем вы можете контролировать свое продвижение вперед и придавать новые импульсы личному плану. Совершенствование лидерских качеств происходит непрерывно.

**3.** Не упускайте возможностей. Пока вы работаете над личным планом развития, могут возникнуть новые возможности. Вы

сможете улучшить отношения с окружающими, создать коллектив единомышленников, продвинуть вперед дела, завести новые связи.

**4.** Рискуйте в незнакомых ситуациях. Новые ситуации часто представляются более опасными, чем привычные. Часто приходится выбирать между риском и возвращением назад к безопасности.

**5.** Внимательно наблюдайте и будьте готовы учиться у других. Это очень важный и довольно безболезненный способ развития своих лидерских качеств. Предлагаем выполнить следующее **упражнение:**

– назовите не менее трех лидеров, с которыми вас сталкивала судьба;

– выставьте им оценку как лидерам: хорошо, удовлетворительно или плохо;

– теперь укажите три основные характеристики каждого из них;

– из полученных девяти характеристик выберите три, которые повлияли на ваши собственные взгляды.

**6.** Учитесь на своих неудачах и ошибках. В своей практической деятельности вы обязательно столкнетесь с неудачами, поскольку любой успех невозможен без поражений. Примите это как данность. Рассматривайте свои неудачи и ошибки как обратную связь с практикой, учитесь на них. Такой подход даже неудачу обращает в полезный ресурс для развития.

**7.** Приносите пользу организации, в которой работаете. Со многих точек зрения отношения между человеком и организацией – это сделка, из которой каждая сторона стремится извлечь как можно больше прибыли. Если вы не приносите заметной пользы, то неразумно рассчитывать, что вам предоставят большие возможности.

## ***Рекомендации по формированию качеств гностического компонента ПВК***

### **Формирование знания содержания профессиональной деятельности педагога-психолога, умений и навыков психолого-педагогической работы.**

Знания, умения и навыки в основных направлениях деятельности психолога образования составляют основу его профессиональной компетентности, определяют качественный уровень оказываемого им сопровождения.

Рекомендации:

1. Проявляйте активность в ходе обучения, при прохождении производственной психолого-педагогической практики.
2. Проводите исследования на различных выборках, обобщайте данные и учитесь представлять их в научных журналах, на конференциях.
3. Консультируйтесь с педагогами-психологами на местах практики по различным направлениям – консультированию, диагностике, коррекции и т.д.

### **Формирование интеллектуальности, находчивости, гибкости мышления и общей культуры**

Интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления – способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению проблем, в частности при освоении задач возрастающего уровня сложности, а также новых, незнакомых ранее по опыту. При взаимодействии с детьми и взрослыми в условиях образовательного процесса школы педагогу-психологу необходимо оперативно и адекватно ориентироваться в ситуации, проявлять гибкость, генерировать идеи и варианты решений в ситуациях неопределенности. В связи с этим:

1. Интересуйтесь новыми разработками в психолого-педагогической деятельности, мысленно применяя их к собственным профессиональным и жизненным задачам.

2. Расширяйте кругозор, читайте разнообразную литературу: научную, художественную, философскую и т.д. Чем более вы осведомлены об окружающем мире, тем больше общих тем у вас возникнет при установлении контакта с другими людьми.

3. Время от времени решайте интеллектуальные, арифметические и др. задачи – это позволяет активизировать мышление и обозначает те сферы, в которых не хватает знаний и умений.

4. При возникновении сложной ситуации, в которой требуется принять адекватное решение, помните, что на такую ситуацию можно смотреть как на проблему, и тогда она становится эмоционально нагруженной, вызывая растерянность или сопротивление и злость, так и на задачу, с ее условиями и переменными, которую всегда можно решить.

### **Формирование способности к творческому применению профессионального опыта**

В постоянно изменяющихся условиях образовательного учреждения, происходящих на нескольких уровнях – уровне осуществления образовательного процесса (реформы в системе образования, инноватика в подходах к обучению и воспитанию, принимаемая на федеральном, региональном и местном уровнях системы образования), уровне обеспечения психолого-педагогического сопровождения (инновации в деятельности психологической службы и т.д.), социально-психологическом уровне (особенности социально-психологического климата образовательного учреждения, статус образовательного учреждения, закономерности социального взаимодействия в различных ситуациях с участниками различных возрастов), ситуационном уровне (особенности конкретной ситуации и условий, в которых она разворачивается), индивидуальном уровне (психологические особенности конкретных участников ситуации) это профессионально важное качество особенно актуально. Педагогу-психологу необходимо находить необычные решения и идеи, требующие выхода за рамки привычного, шаблонного подхода. Удачно подобранные техники и приемы

довольно скоро перестают быть эффективными во взаимодействии с детьми различных возрастных групп, и требуется новое решение.

Учитывая сказанное, рекомендуется следующее:

1. Если вы столкнетесь со сложной или комплексной проблемой, следует, прежде всего, преодолеть свои концептуальные блоки, сознательно используя следующую мысленную деятельность:

– отказывайтесь от стереотипов, основанных на прежнем опыте;

– выявляйте основы и общие моменты внешне разнородных явлений;

– отмечайте несущественное и выделяйте значимое при изучении проблемы;

– преодолите недостаток любопытства, будьте пытливы.

2. При определении проблемы с использованием метафор и аналогий или «перефокусировки» взгляда неизвестное может стать известным, а известное – неизвестным.

3. Попытайтесь дать более широкое определение проблемы, используя, по меньшей мере, два ее определения и специальные вопросники.

4. Попытайтесь дать обратное определение проблемы.

5. Расширьте список решений путем разделения проблемы на отдельные составляющие.

6. Способствуйте повышению организационного творческого потенциала:

– найдите такое «практическое поле», в котором индивиды могли бы экспериментировать и апробировать новые идеи и методы творческого решения проблем;

– включайте в состав творческих команд, работающих над решением тех или иных проблем, лица, придерживающиеся различных точек зрения.

## **Рекомендации по формированию качеств мотивационного компонента ПВК**

### **Формирование оптимистичности**

Оптимизм (от лат. *optimus* – наилучший) – в отличие от пессимизма такое восприятие жизни или настроение, которое отмечает в вещах и явлениях их лучшие стороны и вообще надеется на благоприятный исход, веря в непрерывный прогресс. Важно помнить, что успех вашей деятельности как психолога невозможен без веры в собственные возможности и возможности и ресурсы вашего клиента.

Рекомендации:

1. Следует рефлексировать в направлении собственного восприятия того, что происходит с вами и вашими близкими и знакомыми людьми. Замечайте, присутствует ли настрой на сопротивление, негативное восприятие, особенно нового, изменений. Возможно, что иногда такой подход оправдывает себя, но подсчитайте, сколько всего вы можете упустить, делая ставку на негативное восприятие.

2. «Доверяй, но проверяй», «принимай происходящее в его возможностях, а не только в том, чего оно лишает» – установки, с помощью которых восприятие станет более гибким. Составьте для себя несколько фраз-настроек, которые помогут в этом.

3. Время от времени проводите «ревизию» событий и ситуаций в опыте и анализируйте их по принципу – что хорошего и полезного принесли они в вашу жизнь?

4. Составьте список того, что вы считаете негативным, например, перелом ноги, поломка автомобиля, ангина, разлука с любимым человеком, увольнение и т.п. Напишите не менее 10 плюсов каждой из этих ситуаций.

### **Формирование работоспособности**

Работоспособность – это потенциальная возможность человека стабильно, эффективно выполнять запланированную дея-

тельность в течение определенного времени. Часто возникающие ситуации неопределенности, работа с активными детьми и т.д. могут вызывать усталость у психолога, в связи с чем требуется поддерживать работоспособность и энергичность.

Рекомендации:

1. При выполнении монотонной или однообразной работы время от времени переключайтесь на другие виды деятельности – физическую гимнастику, другой вид работы и т.п.

2. Тщательнее планируйте свою работу, уточняйте, за какое время вы рассчитываете выполнить поставленные задачи. Соотнесите это время со сложностью и объемом работы.

### ***Рекомендации по формированию качества практического компонента ПВК***

#### **Формирование организованности**

В русском толковом словаре организованность понимается как собранность. Способность жить и действовать по плану, способность распределять временные, материальные, личностные ресурсы с целью наиболее оптимального достижения поставленной цели. Деятельность педагога-психолога разнообразна и многоаспектна, что требует проявления организованности в процессе постановки задач, планирования действий и упорядочения их выполнения.

##### 1. Грамотный настрой.

Именно настрой способен помочь вам выполнить большой объем работы за минимальный промежуток времени. Перед началом сосредоточьтесь на предстоящей работе, «прочувствуйте» ее размеры, внутренне определите сроки и принимайтесь за выполнение.

##### 2. Успешное планирование.

Если вы считаете, что жить по заранее составленному плану невероятно скучно, то вы никогда этим не занимались. На самом деле с помощью плана жизнь становится легкой, простой и понятной. А удовольствие от выполненных пунктов действительно велико.

Организованность не дается нам с рождения, а развивается с течением времени!

Вот пример планирования, который и научит вас организованности, и ежедневно будет двигать к цели.

1. Составьте список дел, которые вам нужно сделать завтра. Неважно, в какой последовательности, вы потом с этим разберетесь.

2. Расставьте приоритеты с помощью букв *A, B, C, D*. Пусть каждая буква определяет важность дела.

Дела под буквой *A* – самые важные, это ваши дела, которые будут двигать к цели. Не путайте с делами *B* – это дела, которые поддерживают вас сегодня, в вашем настоящем положении. Если вы наемный работник, то это в итоге дела шефа, которые вам надо сделать, но которые не продвигают лично вас.

Дела под буквой *B* – это срочные дела, которые направлены на поддержание вашего настоящего статуса. Как правило, это написание отчетов, планов, которые нужно сделать, чтобы не навлекать на себя неприятности.

Дела под буквой *C* – это задачи, которые хорошо было бы выполнить, но если не выполнить завтра, то ничего страшного не произойдет. Эти дела могут и подождать.

Дела под буквой *D* – можно кому-то перепоручить, чтобы немного разгрузить себя.

Проставьте нумерацию для каждой буквы по важности и значимости каждого дела. У вас получится так: *A1, A2, A3* и далее. Теперь вы точно знаете, какие дела важны и с чего следует начать завтрашний день.

3. Ведение дневника.

Пишите короткими и лаконичными предложениями о выполненных делах (всех, включая просмотр телепередач и фильмов, разговоры с друзьями и т.п.) и времени, затраченном на их выполнение.

Также рекомендуется выполнить следующее **упражнение**.

Продолжите следующие утверждения, по возможности подробно:

1. Как бы я не был занят, я всегда нахожу время для...
2. Мои цели становятся четко определенными, когда дело касается...
3. Я точно знаю, сколько времени мне потребуется для...
4. Я всегда без промедления приступаю к...
5. Я никогда не опаздываю ...
6. У меня никогда не возникнет проблем, когда...
7. Я безо всяких проблем приступаю к выполнению сложных проектов, когда...
8. Я всегда занят в перерывах между...
9. Мне легко сказать «нет» (кому? В каких ситуациях?)...
10. Мне легче уложиться в заданные сроки, когда...
11. Дела, которые я легко перепоручаю другим...
12. Я больше всего счастлив, когда...

Теперь просмотрите свои ответы и определите, что нового вы можете узнать о себе. Спросите себя, почему выполнение этих конкретных дел и задач у вас хорошо получается. Что в этом такого, что делает эти дела столь привлекательными? Вы приступаете к выполнению определенных дел потому, что они вам очень нравятся или потому, что вы хорошо с ними справляетесь? Возможно, что вы поддаетесь внешнему давлению («Если я этого не сделаю, меня уволят, поэтому я всегда справляюсь с этим») или воздействию внутренних установок («Если я не сделаю этого, я не буду удовлетворен и доволен собой»? Все дело в том времени суток, которое вы выбираете для этих задач, или в количестве времени, которое требуется для их выполнения? С какими задачами вы лучше справляетесь – с теми, которые требуют от вас работы в одиночку или с требующими совместной работы с другими людьми? Спросите себя, что именно побуждает вас выполнять эти задачи.

Даже если некоторые области вашей жизни, находящиеся под вашим полным контролем, сами по себе кажутся вам незначительными, их анализ может помочь вам выяснить, как решить другие, более серьезные проблемы.

### **Формирование ответственности**

Ответственность – универсальное профессионально важное качество, необходимое в любой деятельности. Специфическая для зрелой личности форма саморегуляции и самодетерминации, выражающаяся в осознании себя как причины совершаемых поступков и их последствий и в осознании и контроле своей способности выступать причиной изменений (или противодействия изменениям) в окружающем мире и в собственной жизни.

То, что важно понять об ответственности – это характеристика взросления, опасаться или бояться ее – значит выдавать детскую реакцию на происходящее. Проблема начнет решаться тогда, когда один из ее участников первый возьмет на себя свою часть ответственности. Важно понимать, что вы в любой ситуации обладаете ответственностью, только необходимо адекватно оценить ее долю среди доли других участников. Чтобы признать ответственность, нужно проявить честность по отношению к себе. Взять ответственность на себя – не значит признать вину и ожидать наказания. Взять ответственность на себя – значит дать себе свободу действия в решении проблемной ситуации. Ответственность можно делить с другими и перестать нести в случае, если вы обнаружили, что это не ваша ответственность. При этом важно обозначить для окружающих новый статус вашей ответственности.

Формирование ответственности связано с тем, насколько человек умеет понимать и устанавливать личные психологические границы в социуме.

Учиться этому рекомендуется комплексно, с применением принципа развития, учитывая ретроспективу, текущую ситуацию и прогнозируя развитие в будущем.

## Прошлое

Когда мы смотрим на то, как выстроили границы в прошлом, мы должны в первую очередь осознать, нарушали ли мы границы других людей, и если да, то проанализировать это. Потом нужно вспомнить, кто нарушал наши границы и ранил нас. Если это было, нам нужно простить тех, кто причинил боль, чтобы освободиться от хранимого негатива и больше не иметь подобных отношений в будущем. Затем надо выявить, что было упущено в наших прошлых отношениях, и подумать, как это изменить в будущем. Вот несколько вопросов, над которыми стоит подумать:

1. С кем в моем прошлом я мог говорить о своих личных границах и сохранять их? Какие особенности наших взаимоотношений способствовали сохранению моих личных границ?

2. Кто в моем прошлом нарушал мои границы? Как это делалось? Какие отрицательные аспекты наших взаимоотношений способствовали этому?

3. Какие убеждения и искажения появились в моем сознании вследствие этих взаимоотношений? Как бы я описал свое понимание личных границ, основываясь на самых значимых взаимоотношениях своего прошлого?

4. Смог ли я простить тех, кто причинил мне боль, нарушая мои границы? Назвал ли я то, что эти люди сделали, неправильным поступком и призвал ли их к ответу? Принимал ли я ответственность за то, что не принадлежит мне, и осознал ли свою часть ответственности за это? Как негативные воспоминания связывают меня с теми, кто перешел мои личные границы? Как освободиться от этого?

5. Когда я терпел неудачу в выстраивании личных границ? Когда я позволял другим пересекать мои границы, хотя уже был достаточно взрослым, чтобы понимать, как это плохо? Когда я позволял другим быть ответственными за что-либо, что на самом деле являлось моей прямой обязанностью? Позволяю ли я другим

постоянно нарушать мои границы? В какой сфере моей личности это происходит?

6. Не нарушал ли я границы другого человека? Не делаю ли я это постоянно? Если да, то мне нужно покаяться и прекратить делать это.

7. Как мне измениться? Что важно предпринять для этого?

8. Какую часть своих границ я оставил невыстроенными в прошлом? Когда это произошло?

### **Настоящее**

Для того чтобы установить личные границы, нам необходимо проанализировать наше настоящее, чтобы быть уверенными, что мы не повторяем ошибки прошлого. Ответьте на эти вопросы о вашем настоящем поведении и о ваших взаимоотношениях.

1. С кем у меня налажены взаимоотношения в настоящем – взаимоотношения, в которых не нарушаются мои личные границы? Какие компоненты этих взаимоотношений позволяют нам хранить обоюдную ответственность и сохранять все стороны своих «владений»? Как развивать эти элементы? Как научиться уважать границы других людей?

2. Кто сейчас нарушает мои личные границы и в какой области жизни мне недостает ограничений? Почему? Какие элементы взаимоотношений позволили этому произойти? Что нужно сделать, чтобы это изменилось?

3. Как эти проблемы, связанные со взаимоотношениями в настоящем, усиливают мои ошибочные представления о границах?

4. Какие ошибочные представления о границах и ограничениях мешают мне в их построении?

5. Когда я понимаю, что мне нужны личные границы? Почему?

6. Что я конкретно делаю, чтобы выстроить свои личные границы в настоящее время? Как я могу начать их строить?

7. Кому мне трудно сказать «нет»? Почему?

8. Почему я злюсь, когда мне говорят «нет»? Что я делаю, чтобы изменить это?

9. Пытаюсь ли я нарушать границы других людей? В каких аспектах? Почему?

10. Какие действия мне нужно предпринять, чтобы прояснить границы и отношения с другими людьми и получить прощение? Кому я должен противостоять, чтобы разрешить все проблемы?

### **Будущее**

Перенося прошлое в свое будущее, мы строим себе жизнь, которая будет гораздо хуже, чем прошлая. Если мы запланируем перемены, мы вернем «хорошее время» и воспользуемся им более продуктивно.

1. Если я признаю, что в будущем мне нужно решить свои проблемы с личными границами, что конкретно я должен изменить? Как?

2. Я знаю, что для настоящих изменений нужны взаимоотношения и истина. Кого я попрошу о помощи в исполнении моего плана?

3. Как конкретно я собираюсь менять свои заблуждения относительно личных границ?

4. Какие специальные действия мне необходимо предпринять, чтобы укрепить свои личные границы?

5. Какие трудности я предвижу в процессе создания личных границ? Как я собираюсь преодолеть эти трудности?

6. Кого я попрошу поддерживать меня?

7. Какие именно нарушенные границы я собираюсь восстановить в ближайшее время?

8. Что, по моему мнению, люди сделают, когда я противостояю нарушению своих границ?

Не менее важным при формировании ответственности, как уже упоминалось, является взросление, которое также важно осуществлять с учетом принципа развития, охватывая анализом прошлое, настоящее и будущее.

## Прошлое

Зачастую ответственность и взросление определяются степенью адекватности отношения человека к власти. Проявления власти родителями могли сработать на подавление личностных и индивидуальных особенностей человека, его инициатив и мотиваций еще в детстве, и у него формируется определенное негативное отношение к власти, которое мешает включить проявление власти в процесс собственного взросления, существенно тормозя его. Что касается сформировавшегося у вас отношения к власти, очень важно увидеть, где и когда это произошло. Обнаружив это, вы сможете не согласиться с отрицательными аспектами власти, имевшими место в вашей жизни, и простить причиненную вам боль. Этот процесс поможет вам разрешить конфликт с непринятием роли взрослого. Только тогда вы сможете стать ответственным за свою жизнь, поскольку человек не может принять роль, которую оценивает как негативную.

1. Кто в моем прошлом представлял хорошую власть? Что я ценил в этих людях? Как я собираюсь добиться такого же положения, как они?

2. Какие отрицательные стороны людей, наделенных властью, вызывали у меня протест и что я собираюсь делать, чтобы не стать похожим на них? Почему мне не нравятся эти проявления власти? Какие убеждения они сформировали во мне?

3. Какие сильные и слабые стороны были у моих родителей? Помню ли я других взрослых своего детства?

4. Чем они причиняли мне боль и смог ли я простить их? Почему нет? В чем причина этого?

5. Каким людям, находящимся у власти, я подчинялся, и был ли я уже достаточно взрослым, чтобы понять, что не должен этого делать? Почему я продолжал подчиняться?

6. Как протекал мой подростковый период? Прощел ли я его? Почему я отказался от возможности повзрослеть и кто помог мне остаться ребенком, играя роль бога в моей жизни?

7. Были ли в моей жизни законники, которым я подчинялся, и был ли я жертвой выполнения правил? Почему?

8. Какие конкретно отрицательные события произошли в моей жизни из-за того, что я позволил властному человеку управлять моей жизнью?

9. Какие таланты я отрицал в себе? Почему?

10. Где я объединился с идеями других людей, вместо того чтобы развивать собственное мышление?

11. С кем я боялся не согласиться?

### **Настоящее**

Посмотрите свое настоящее и поставьте задачу увидеть, какие конкретно ситуации ранят вас и мешают стать взрослым.

1. Кому я подчиняюсь в настоящее время? В каких сферах? Почему? Является ли это подчинение полезным (как наставничество) или отрицательным (в том смысле, что вы остались ребенком)?

2. В отношениях с кем я пытаюсь доминировать? Понимаю ли я, что пытаюсь играть роль бога в жизни этого человека?

3. Кому я пытаюсь угодить и получить одобрение? Почему? Стоит ли это того? Помогло ли мне это хоть раз в жизни?

4. Какие таланты и знания я не развиваю в настоящее время, потому что испытываю страх? Что я делаю для того, чтобы избавиться от этого страха? Обратился ли я за помощью? Что я могу предпринять, чтобы развивать свои таланты и позволить Богу сделать меня взрослым?

5. Роль или руководство каких людей я отвергаю и не хочу становиться на их позицию? Почему?

6. Каких людей, занимающих властные позиции, я не хочу и не могу принимать с любовью? (Например, мое начальство, полицию, совет директоров, Бога и т.д.) Как это мешает процессу моего взросления?

7. С кем я полностью сливаюсь в сфере представлений и убеждений и не развиваю свои собственные? С кем я боюсь не согласиться?

8. Какие духовные группы требуют от меня быть «хорошим»? Кто из друзей является более зрелым? Почему я пытаюсь угодить этой духовной группе и потом пассивно жалуясь? Как это продолжает удерживать меня от взросления? Осуждения какого человека я боюсь больше всего? Почему?

9. С какими конкретно духовными руководителями я внутренне несогласен? Боюсь ли я высказать свои мысли открыто?

10. Как мои партнеры и друзья проявляют по отношению ко мне родительскую опеку (что отрицательно сказывается на мне)?

### **Будущее**

1. С кем из людей, обладающих властью, я должен открыто поспорить? Когда?

2. От кого конкретно я должен перестать прятать стороны своей личности? Когда я сделаю это?

3. Какие идеи я могу высказать вслух без страха, что меня осудят? Когда?

4. Кому я смогу высказать открыто свое мнение? Когда?

5. Какие планы помогут мне осознать и начать развивать свои таланты, вместо того чтобы зарывать их в землю?

6. Какая сфера моей жизни значительно улучшится, если я приму на себя определенную власть? Когда я смогу это сделать?

7. С кем конкретно я должен решить проблему власти? Когда?

8. Кому я перестану подчиняться, потому что не должен этого делать? Как я это сделаю?

9. Каких влиятельных людей (родственников или верующих братьев и сестер) я перестану ставить на позицию своих родителей?

10. Что я сделаю в следующий раз, когда услышу «ты должен»?

11. Как я собираюсь развивать самодисциплину?

### ***Рекомендации по формированию качеств рефлексивного компонента ПВК***

#### **Формирование способности к саморегуляции**

По определению Поля Фресса, эмоциогенная ситуация возникает при избыточной мотивации по отношению к реальным

приспособительным возможностям индивида. Исходя из этого весьма общего принципа, мы попытаемся определить типы ситуаций, которые наиболее часто вызывают эмоции.

Эмоция возникает часто потому, что субъект не может или не умеет дать адекватный ответ на стимуляцию. Нерешительность человека, захваченного врасплох, превращается в эмоциональные реакции под прямым влиянием побуждения к действию, которое не находит выхода в реальной ситуации.

Для того чтобы лучше управлять эмоциональными реакциями в той или иной ситуации, необходимо как можно подробнее знать о природе эмоциогенных ситуаций. Далее представлены характеристики эмоциогенных ситуаций.

### **1. Новизна.**

Ситуации являются новыми, когда мы совсем не подготовлены к встрече с ними. Возникающее возбуждение может разрядиться лишь в виде эмоциональных реакций. Хороший пловец, услышав призыв о помощи, не испытывает или почти не испытывает эмоции, он плывет, но зритель, не умеющий плавать и остающийся пассивным на берегу, волнуется.

Это объясняет, почему чем младше ребенок, тем больше эмоций он испытывает. С самого рождения и до юношеского возраста он непрестанно сталкивается с ситуациями, на которые у него еще нет приобретенной системы ответов. Младенец, погруженный в слишком горячую ванну, кричит, в то время как взрослый просто делает воду более прохладной. Этим объясняется также тот факт, что повторение первоначально новой ситуации приводит к ослаблению эмоций и даже к их исчезновению, поскольку индивид может постепенно вырабатывать адекватные схемы реакций.

### **2. Необычность.**

Есть ситуации, которые даже при повторении будут всегда новыми, потому что на них нет «хороших ответов». Так, сильный шум в любом возрасте вызывает эмоциональную реакцию. По-

следняя, очевидно, сильнее у очень маленького ребенка, прежде всего потому, что эмоции интенсивнее тогда, когда еще не развиты тормозящие силы, создаваемые воспитанием.

Такова же реакция и на потерю опоры, которую Д. Уотсон относил к первичным эмоциям и даже рефлексам. С возрастом эта реакция изменяется во всех своих модальностях, однако ее эмоциональный характер не исчезает.

### **3. Внезапность.**

Внезапность всегда усиливает эмоциогенность, и в большинстве случаев вызывает ее. При этом не важно, с каким знаком эмоциональное переживание – с положительным или отрицательным.

Американский психотерапевт Д. Пауэлл предлагает несколько советов, которые помогают пережить стресс с наименьшими потерями.

1. Вспомните, как вы себя ощущали, когда все было хорошо. Когда представляешь себя в комфортной ситуации, появляются ощущения, связанные с ней.

2. Расслабляйтесь физически. Если тело и мышцы расслаблены, то и психика не может быть в напряженном состоянии.

3. Постарайтесь быть реалистичнее, когда вы описываете себе или близким ситуацию, в которой находитесь. Избегайте таких слов, как «никогда», «всегда», «ненависть».

4. Живите сегодняшним днем. Установите цели на сегодня и достигайте их.

5. Не разрешайте себе «утонуть» в жалости к себе, не отказывайтесь от помощи. Любовь, дружба и помощь – мощные средства в борьбе со стрессом.

6. Встречайте проигрыш с достоинством.

7. Старайтесь не думать о прошлых событиях как о поражении.

8. Вы не можете отвечать за поведение других, но можете контролировать свою реакцию на их поступки. Ваша главная победа – это победа над своими эмоциями.

9. Не старайтесь угодить всем, это нереально, вы должны время от времени угождать себе.

10. Нарисуйте мысленно картину своего будущего и сравните ее с тем небольшим по времени кризисом, который вы переживаете в настоящее время.

В практике деятельности психологов действенны методы саморегуляции во время стресса и снятия психической напряженности. Прежде всего, следует назвать метод обязательного анализа возникшей ситуации, который предполагает выделение факторов, вызвавших стресс, и принятие решения о способах его преодоления.

Заслуживает внимания метод «отключения», рекомендуемый временное устранение от сложных, стрессогенных проблем, перенос внимания на отдых, хобби, интересы, занятия физическими упражнениями и т.п. С целью «отключения» целесообразно следовать таким советам:

а) отдыхать в свободное время (использовать активные формы отдыха: занятия спортом, прогулки в парке, лесу и т.п.);

б) относиться к ситуации с юмором, так как он снимает излишнее психическое напряжение;

в) участвовать в общественной жизни, в спортивных мероприятиях, в занятиях художественной самодеятельностью и т.п.

В качестве рекомендации психологам образования, педагогам и родителям можно предложить следующие алгоритмы экспресс-саморегуляции. Их эффективность во многом зависит от уместности их применения, степени соответствия их возможностей сложившимся реальным условиям (состоянию человека, обстоятельствам, пространственно-временным условиям и т.д.). Важно определить свое состояние и, исходя из этого, выбирать техники.

**1.** Уверенность присутствует, но телесное напряжение нарастает, не спадает. Подойдут любые техники расслабления: на рабочем месте – аутотренинг (АТ), медитация, попеременное расслабление и напряжение мышц, последовательное расслабление мышц, физические упражнения, массаж, расслабление нижней челюсти. Дома – расслабляющие ванны с экстрактами и маслами.

**2.** Уверенность есть, хоть она и отошла на задний план, но растет эмоциональное напряжение. Тревога, страх, злость, обида. Тогда последовательность такова:

а) определите эмоциональное состояние (что именно я чувствую?). Ответы должны быть как можно точнее (не волнение вообще, а то, что в основе этого переживания, какое чувство – гнев, раздражение, презрение, недовольство, возмущение, негодование, бессилие, беспомощность, одиночество, покинутость, тоска, тревога, страх, стыд, вина, неловкость, смущение, желание спрятаться, исчезнуть и т.д.). Полезно иметь словарик чувств, где есть как можно больше модальностей разных чувств;

б) выявите адресат этих чувств (на кого реакция, на какие действия);

в) выпишите на бумагу все то, на что реагируете (слова, действия);

г) выразите чувства по адресу – подберите слова, действия. Это можно делать не только напрямую, но и опосредованно. Главное, что вы знаете адресат эмоций. В качестве посредников могут быть лист бумаги и краски, карандаши (раскрасить, расчеркать), подушка, швыряние, топанье, крик, рычание, громкие действия, битье кресла, слезы (плач), сон. (Эмоцио (лат.) – движение наружу);

д) подумайте и запишите, как вы позаботитесь о себе в следующий раз в подобной ситуации, чему научились благодаря этой.

**3.** Если это вина и стыд:

а) обнаружение чувства;

б) определить, мнимое или истинное это чувство (реальная вина или надуманная, принятая из солидарности и т.п.);

в) если вина истинная – это нормальное переживание, важно дать ему быть и извлечь уроки;

г) если вина ложная – важно разделить ответственность с участниками ситуации. Выявите степень своей ответственности, руководствуясь элементарной логикой и здравым смыслом. Решающую роль играет ваша компетентность в вопросах ответственности;

д) восстановите свои границы в отношениях по ситуации, вызвавшей чувство вины.

**4.** Если это усталость, утомление – вероятно, вы слишком много на себя берете в последнее время. Усталость сообщает о том, что вы занимаетесь не своим делом. Разделите ответственность, делегируйте ее в соответствии со здравым смыслом. Оставьте себе свое. Также помогут физическая зарядка, прогулки, сон.

**5.** Уверенность вас покинула, вы в беспомощности, отчаянии, обиде. Смысл: вы переместили фокус вашего внимания с внутренних опор на внешние (ожидания от других людей, обстоятельства, «судьбе» и других факторов, на которые вы не можете влиять). Верните себе свое. Техники – спросите себя: «А чего хочу Я? Как Я хочу, чтобы все было в этой ситуации? Как будет лучше для меня? Что со мной? Где и с чем Я? Что Я люблю и хочу? Что Я делаю для этого сам(а)? Что Я могу сделать уже сейчас? Как так случилось, что Я бросил(а) себя и оказался(ась) с тем, что сейчас есть?». Необходимо разделение ответственности, обозначение и восстановление своих границ. У вас есть территории, на которых хозяйин(йка) только вы. Есть и общие с другими людьми, но есть и только ваши. Берегите их, иначе все вокруг вас, включая вас, будет плохо. Входите в управление. Зависеть от других – значит отказаться от возможности управлять и быть автором своей жизни.

**6.** Когда другой «надел» на вас свое состояние (тревогу, боль, страх, раздражение и т.д.):

- а) разотождествление (ты – это ты, я – это я);
- б) разделение ответственности;
- в) проверка контакта с собой: ориентированность на сохранение своего состояния (не «надевать» на себя чужие состояния);
- г) отражение (вы чувствуете...);
- д) универсальные коммуникативные техники «Да, но...», «Я-сообщение».

**7. Ревность.** Ответьте на вопросы: «За что конкурирую, с кем борюсь?» Когда нет уверенности, вас покидает чувство вашего истинного права на все, что для вас ценно и важно. Нужно работать не с ревностью. Нужно возвращать себе уверенность. Вы имеете право на все, что и этот человек, вы можете брать это (подумайте как, где, откуда можно брать эти ресурсы), вы можете сами генерировать это. Когда вам мало внимания – уделите его себе, наконец! Подумайте, как это сделать и делайте. Вы покинули себя – вернитесь.

В отношении эмоций важно знать, какие из них в других людях невыносимы для вас. Совершенно точно – вы не принимаете эти чувства у самих себя.

Универсальная техника саморегуляции, подходящая и нужная во всех случаях – умение принимать самые разные чувства других людей. Для этого нужно научиться принимать любые свои чувства. Вы можете запрещать себе чувства, но они никуда не исчезнут. Примите всю полноту и насыщенность своей природы. Замечайте проявления чувств окружающих вас людей, близких. Наблюдайте, называйте, фиксируйте изменения. Держитесь отдельно и следите за этим.

К эффективным методам борьбы со стрессом относятся различные способы расслабления.

### **Формирование способности к адекватной самооценке**

Рефлексия собственных состояний и адекватная их оценка позволяет педагогу-психологу поддерживать контакт с собой, более успешно регулировать собственное поведение, вовремя замечать деструктивные состояния и принимать меры.

Центральным механизмом, регулирующим взаимоотношения личности и окружающего мира, является самооценка человека – представление человека о самом себе, образ самого себя, образ «Я» и собственное отношение к нему. Способность к адекватной самооценке весьма важна для психолога, так как психолог должен осознавать границы своей профессиональной компетентности и возможностей как специалиста при работе с различными запросами.

### **Формирование честности и искренности**

Являясь условием успешности прямой коммуникации с людьми, проявление честности и искренности требует от личности усилий в области рефлексии и саморегуляции.

Что такое искренность:

- искренность – это способность отказаться от обмана не только в социальной среде, но и наедине с самим собой;
- искренность – это способность человека открыто воспринимать все новое, что приносят ему люди и окружающий мир.

Преимущества искренности:

- искренность несет освобождение от лжи, лицемерия, двуличия;
- искренность дает силы для достижения единства мысли и слова;
- искренность дает радость от естественности поведения и неподдельности реакций;
- искренность дает возможность всегда оставаться самим собой;
- искренность дает надежду на понимание.

Благодаря искренности мы можем оставаться самими собой, можем правдиво высказываться, выражать мысли и чувства такими, какими они являются на самом деле, без прикрас. Если присутствует искренность, то есть место доверию. Если перед вами аудитория, то искренность располагает ее к вам. Лицемеры, лгуны, двуличные люди рискуют потерять свое настоящее «Я»,

потому что всегда ведут себя неестественно, прикидываются, говорят неправду.

Как достичь искренности:

- вера. Религиозность пробуждает лучшие качества человека – в их число непременно входит искренность;
- чтение классической и духовной литературы. По-настоящему хорошая литература обращается к наиболее позитивным сторонам личности, призывая и приучая к искренности, правдивости и естественности;
- межличностное общение. Общаясь с людьми, которые являются образцом честности и искренности, человек воспитывает в себе эти добродетели;
- воспитание в семье. Родители, подающие детям пример искренности, и сами становятся более искренними;
- самосовершенствование. Нужно научиться бороться с излишней опасливостью, мягкостью, нерешительностью. Развивая в себе самоуважение, человек приближается к искренности.

В формате индивидуальной и групповой психологической работы следует понимать, что честность и искренность важны при выражении чувств и своего отношения, но не менее важна форма, в которой излагается это отношение. Излишняя прямота вызывает сопротивление и агрессию, не способствуя установлению доверительного контакта. Честность и искренность в большей степени связаны с проявлением аутентичности личности психолога, выражение чувств и отношения допустимо в корректной форме, в то же время прямые или провокационные проявления возможны только при учете условий контакта, личности клиента, специфики коммуникаций и стратегической психологической целесообразности.

Подобранные рекомендации могут быть полезны при осуществлении психологической работы и саморазвитии.

## ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

Проверьте свои знания по следующим вопросам:

1. Психолого-педагогическая работа, направленная на расширение у субъектов образовательного процесса знаний и представлений о психике соответствует такому направлению, как

- 1) психологическая диагностика;
- 2) психологическая профилактика;
- 3) психологическое просвещение;
- 4) психологическая коррекция;
- 5) психологическое консультирование.

2. Оказание психологической помощи всем участникам образовательного процесса в вопросах трудностей обучения, межличностного взаимодействия, личностного развития, отклонений в поведении, нарушений в процессе адаптации, широкого спектра личностных и жизненных проблем, детско-родительских отношений, профориентации и др. с учетом их возраста, осуществляемое по их запросу, ведется в рамках такого направления, как:

- 1) психологическая диагностика;
- 2) психологическая профилактика;
- 3) психологическое просвещение;
- 4) психологическая коррекция;
- 5) психологическое консультирование.

3. Проведение различных мероприятий в аспекте предупреждения дезадаптаций учащихся и воспитанников, разработка психолого-педагогических рекомендаций педагогам, воспитателям, родителям по вопросам сопровождения учащихся и воспитанников в процессе обучения и воспитания проводится в таком направлении, как:

- 1) психологическая диагностика;
- 2) психологическая профилактика;
- 3) психологическое просвещение;

- 4) психологическая коррекция;
- 5) психологическое консультирование.

4. Выявление особенностей психического развития (как одаренности, так и нарушений в развитии, обучении, социальной адаптации детей) проводится в рамках такого направления, как:

- 1) психологическая диагностика;
- 2) психологическая профилактика;
- 3) психологическое просвещение;
- 4) психологическая коррекция;
- 5) психологическое консультирование.

5. Психолого-педагогическая работа с целью достижения наилучшего результата в отношении интеллектуального, личностного, эмоционально-волевого развития учащихся проводится в таком направлении, как:

- 1) психологическая диагностика;
- 2) психологическая профилактика;
- 3) психологическое просвещение;
- 4) психологическая коррекция;
- 5) психологическое консультирование.

6. Трудовая функция включает

- 1) компетенции;
- 2) знания, умения, навыки;
- 3) знания, умения, действия;
- 4) умения, владения.

7. Профессионально важные качества – это

1) качества личности, которые способствуют наиболее успешному выполнению профессиональных задач на всех стадиях профессионального развития;

2) свойства личности, являющиеся условиями успешного выполнения определенного рода деятельности;

3) способность применять знания, умения, успешно действовать на основе практического опыта при решении задач в определенной области;

8. Гражданские качества личности были включены в состав профессионально важных качеств

- 1) Э.Ф. Зеером;
- 2) Н.С. Пряжниковым;
- 3) Е.А. Климовым.

9. Профессионально-личностные характеристики, которые «подходят» к группе смежных профессий:

- 1) ключевые квалификации;
- 2) базовые компетенции;
- 3) профессионально важные качества.

10. Персональные, социальные, познавательные способности, общетрудовые качества и психомоторные умения входят в классификацию:

- 1) профессиональных компетенций;
- 2) профессионально важных качеств;
- 3) ключевых квалификаций.

11. Ответственность определяется как:

1) способность жить и действовать по плану, способность распределять временные, материальные, личностные ресурсы с целью наиболее оптимального достижения поставленной цели;

2) специфическая для зрелой личности форма саморегуляции и самодетерминации, выражающаяся в осознании себя как причины совершаемых поступков и их последствий и в осознании и контроле своей способности выступать причиной изменений (или противодействия изменениям) в окружающем мире и в собственной жизни;

3) владение навыками установления необходимого для адекватного функционирования эмоционального состояния в сложных эмоционально насыщенных ситуациях.

12. Под лидерством понимается:

1) качество личности, которое выступает условием надления ее группой полномочиями принимать ответственные решения, за-

трагивающие интересы и определяющие направление деятельности всей группы;

2) способность отстаивать собственные интересы и ценности перед окружающими;

3) способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению жизненных проблем.

13. Оптимистичность определяется как:

1) совокупность интересов, склонностей, целей, ценностей, установок, убеждений, идеалов, определяющих мировоззрение;

2) терпимость по отношению к другим людям, отличающимся убеждениями, ценностями и поведением;

3) способность успешно осуществлять необходимую деятельность в сложных эмоциогенных условиях.

14. Организованность – это:

1) способность жить и действовать по плану, способность распределять временные, материальные, личностные ресурсы с целью наиболее оптимального достижения поставленной цели;

2) специфическая для зрелой личности форма саморегуляции и самодетерминации, выражающаяся в осознании себя как причины совершаемых поступков и их последствий;

3) способность личности к самостоятельным общественным начинаниям.

15. Самостоятельность принятия решений – это:

1) стремление человека к установлению необходимого для адекватного функционирования эмоционального состояния в сложных эмоционально насыщенных ситуациях;

2) готовность личности в ситуации неопределенности и множества воздействующих факторов осуществлять самостоятельный выбор относительно проблемы, задачи, жизни в целом;

3) рефлексия собственных состояний и их адекватная оценка.

16. Работоспособность характеризуется:

1) собранностью организованностью в процессе постановки задач, планирования действий и упорядочения их выполнения;

2) способностью человека выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени;

3) формой саморегуляции и самодетерминации, выражающейся в осознании себя как причины совершаемых поступков и их последствий.

17. Гуманность – это:

1) обусловленная нравственными нормами и ценностями система установок личности на социальные объекты (человека, группу, живое существо);

2) способность верить в силы и возможности себя и других, когнитивная и эмоциональная направленность на положительный смысл и решение практически любой задачи и ситуации;

3) совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности, относительно независимых от текущих ситуаций.

18. К какому профессионально важному качеству относится следующее определение: способность личности обеспечивать возможность сохранения определенной направленности своих действий в эмоциогенной ситуации при помощи саморегуляции и самоконтроля и тем самым содействовать профессиональной успешности:

1) эмпатия;

2) лидерство;

3) эмоциональная устойчивость.

19. Креативность – это:

1) творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к продуцированию принципиально новых идей;

2) способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению проблем, в частности при овладении новым кругом жизненных задач;

3) осведомленность об окружающем мире, запас знаний в различных областях.

20. Соотнесите с формами эмпатии следующие определения:

1) переживание тех же эмоциональных состояний, что испытывает другой, через отождествление с ним;

2) переживание собственных эмоциональных состояний в связи с чувствами другого;

а) сопереживание;

б) сочувствие.

21. Чрезмерное проявление эмпатии может привести к риску эмоционального выгорания?

1) да;

2) нет.

22. Инициативность – это:

1) способность личности к самостоятельным общественным начинаниям, активности, предприимчивости;

2) качество личности, которое выступает условием надления ее группой полномочиями принимать ответственные решения, затрагивающие интересы и определяющие направление деятельности всей группы;

3) готовность личности осуществлять самостоятельный выбор относительно ситуации, проблемы, задачи, жизни в целом.

23. Мотивация и направленность характеризуются как:

1) совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности, относительно независимых от текущих ситуаций. Определяется интересами, склонностями, убеждениями, ценностями и идеалами личности, выражающими ее мировоззрение;

2) когнитивная и эмоциональная направленность на положительный смысл и решение практически любой задачи и ситуации;

3) потенциальная возможность человека выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности.

24. Способность чувственно вникнуть в эмоциональное состояние, «вчувствование» в переживания другого человека характеризует:

1) аутентичность;

2) эмпатию;

3) эмоциональную устойчивость.

25. Под интеллектуальностью понимают:

1) способность осуществлять мыслительные операции: анализ, синтез, обобщение, сравнение, классификацию и т.д.;

2) способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению проблем, в частности при овладении новым кругом жизненных задач;

3) осведомленность об окружающем мире, запас знаний в различных областях.

26. Под коммуникативностью понимается:

1) качество личности, которое выступает условием надления ее группой полномочиями принимать ответственные решения, затрагивающие интересы группы;

2) способность обозначить психологические границы личного пространства другому человеку;

3) положительное нравственно-этическое качество личности, выражающее предрасположенность человека к общению, к установлению контактов, связей, отношений.

27. Способность к саморегуляции определяется как:

1) рефлексия собственных состояний и адекватная их оценка;

2) терпимость к различным особенностям и поведению людей различных возрастов, которые в многообразии проявлений существуют в повседневном взаимодействии;

3) владение навыками установления необходимого для адекватного функционирования эмоционального состояния в сложных, эмоционально насыщенных ситуациях.

### **Практические задания:**

1. Представьте психограмму педагога-психолога, объясните и обоснуйте ее критериальные характеристики.

2. Проведите самооценку и экспертную оценку профессионально важных качеств по психграмме, обработайте и проинтерпретируйте результаты.

3. Перечислите специалистов образовательного учреждения и области их профессиональных задач.

4. Перечислите специалистов других учреждений, востребованных для решения задач в области психолого-педагогической деятельности.

5. Перечислите не менее 5 способов и приемов саморегуляции психолога.

6. Составьте программу тренинга одного из ПВК (на выбор) в соответствии со структурой психолого-педагогических коррекционных программ образовательного учреждения и проведите групповое занятие с элементами тренинга из программы.

Структура программы тренинга:

1) пояснительная записка:

- актуальность программы,
- цели и задачи,
- практическая направленность;

2) организационно-методическая часть:

• описание категории учащихся – только кратко как целевой группы,

- условия формирования группы,
- численность группы,
- перечень методик и техник,
- сроки, частота и количество занятий,
- основные методы и приемы коррекции,
- конспекты занятий;

3) тематическое планирование:

Тема	Цели и задачи	Формы работы, упражнения

4) оценка эффективности программы: основные параметры оценивания и обоснование;

5) методы используемые для оценивания;

- 6) карта продвижения учащегося (карта динамики);
- 7) литература;
- 8) ФИО составителя.

7. Используя разработанную программу тренинга по формированию одного из профессионально важных качеств педагога-психолога проведите фрагмент тренинга с учебной группой. Проанализируйте проделанную работу в режиме интервизорской группы по следующим вопросам:

1) содержание тренингового занятия: обоснуйте выбор упражнений, вопросов для обратной связи, разминок, их последовательность, соотнесите реальное время их проведения с рассчитанным;

2) подумайте, какие упражнения, действия ведущего и участников наилучшим образом способствовали формированию профессионально важного качества;

3) что вы сделали бы по-другому? В каком месте занятия? Обоснуйте.

8. Провести индивидуальную консультацию с клиентом. Проанализировать консультационную сессию в режиме интервизорской группы по следующим вопросам: какие приемы консультирования применялись и в каких моментах консультации (с примерами); что полезного было в работе консультанта; что бы вы сделали по-другому (с предложением альтернативного варианта).

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1980.
2. Безрукова В.С. Основы духовной культуры (энциклопедический словарь педагога) / В.С. Безрукова. – Екатеринбург, 2000. – 937 с.
3. Битянова, М.Р. Организация психологической работы в школе / М.Р. Битянова. – М.: Совершенство, 1998.
4. Вараксин, В.Н. Психолого-педагогический практикум: учеб. пособие для вузов / В.Н. Вараксин, Е.В. Казанцева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2012.
5. Вачков, И.В. Введение в профессию «психолог»: учеб. пособие / И.В. Вачков, И.Б. Гриншпун, Н.С. Пряжников; под ред. И.Б. Гриншпуна. – М., Воронеж: МОДЭК, 2002.
6. Долгова, В.И. Организация профессиональной деятельности психолого-педагогического направления: учеб. пособие для магистров / В.И. Долгова, О.А. Шумакова. – М.: Буки Веди, 2012.
7. Долгова В.И. Из опыта организации психологической службы педагогического вуза / В.И. Долгова // PROBLEMS OF MODERN PEDAGOGICS IN THE CONTEXT OF INTERNATIONAL EDUCATIONAL STANDARDS DEVELOPMENT Materials digest of the XL International Research and Practice Conference and I stage of the Championship in Pedagogical sciences (London, January 31 February 05, 2013). Chief editor Pavlov V.V. – London, 2013. – С. 79–81.
8. Долгова, В.И. Инвариантность профессионально важных качеств: монография / В.И. Долгова, В.К. Шаяхметова. – Челябинск: ООО «Издательство РЕКПОЛ», 2009.
9. Долгова, В.И. Инновационные технологии профессиональной деятельности психолога / В.И. Долгова // FUNCTIONS OF UPBRINGING AND EDUCATION IN CONDITIONS OF THE ACCELERATED SOCIALIZATION OF THE PERSONALITY IN THE MODERN SOCIETY Peer-reviewed materials digest (collective monograph) published following the results of the CIII International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences. – 2015. – С. 114–117.
10. Долгова, В.И. Обобщение сопоставляемых критериев успешности групповой тренинговой рефлексии магистрантов психолого-педагогического направления / В.И. Долгова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2015. – № 5. – С. 63–68.

11. Долгова, В.И. Проблемы технологизации профессиональной деятельности психолога / В.И. Долгова // FUNCTIONS OF UPBRINGING AND EDUCATION IN CONDITIONS OF THE ACCELERATED SOCIALIZATION OF THE PERSONALITY IN THE MODERN SOCIETY Peer-reviewed materials digest (collective monograph) published following the results of the CIII International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences. – 2015. – С. 111–114.
12. Долгова, В.И. Профессионально важные качества как основа профессиональной компетентности магистра психолого-педагогического образования: критерии, уровни и способы оценки / В.И. Долгова, В.К. Шаяхметова, Ч.А. Ибрагимов // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 31. – С. 146–150.
13. Зеер, Э.Ф. Психология профессий / Э.Ф. Зеер. – Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. проф.-пед. ун-та. 1997. – 244 с.
14. Карандашев, В.Н. Психология: введение в профессию: учеб. пособие для вузов / В.Н. Карандашев. – М.: Смысл: Академия, 2009.
15. Климов, Е.А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: «МОДЭК», 1996. – 400 с.
16. Корепанова, М.В. Основы педагогического мастерства: учеб. для вузов / М.В. Корепанова, О.В. Гончарова, И.А. Лавринец; под ред. И.А. Лавринец. – М.: Академия, 2012.
17. Кузнецов, В.В. Введение в профессионально-педагогическую специальность: учеб. для вузов / В.В. Кузнецов. – М.: Академия, 2011.
18. Кузнецов, В.В. Введение в профессионально-педагогическую специальность: учеб. для вузов / В.В. Кузнецов. – М.: Академия, 2007, 2011.
19. Макшанцева, Л.В. Экспертная деятельность психолога: учебное пособие / Л.В. Макшанцева. – М.: Московский городской педагогический университет, 2010. – 124 с.
20. Одинцова, О.В. Профессиональная этика: учеб. для вузов / О.В. Одинцова. – М.: Академия, 2013, 2014.
21. Пахтусова, Н.А. Основы профессионально-личностной самоактуализации будущего педагога: учеб. пособие / Н.А. Пахтусова. – Челябинск: Три Кита, 2010.
22. Педагогическая энциклопедия «Воспитание здорового образа жизни учащихся» [Электронный ресурс]. – 2005. – Режим доступа: [http://healthy\\_lifestyle.academic.ru](http://healthy_lifestyle.academic.ru).

23. Прутченков, А.С. «Свет мой, зеркальце, скажи...»: методические разработки социально-психологических тренингов / А.С. Прутченков. – М.: Новая школа, 1996. – 144 с.
24. Пряжников, Н.С. Психологический смысл труда: учеб. пособие к курсу «Психология труда и инженерная психология» / Н.С. Пряжников. – М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 352 с.
25. Пряжникова, Е.Ю. «Кризисы разочарования» в развитии профессионального самосознания психологов / Е.Ю. Пряжникова // Вестник практической психологии образования. – 2006. – № 1(16) январь–март. – С. 49–55.
26. Психогимнастика в тренинге / Макшанов С.И. и др.; ред. Н.Ю. Хрящева. – СПб.: «Ювента», Институт тренинга, 1999. – 256 с.
27. Психологическая энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychology.academic.ru> .
28. Психологический словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vslovare.ru/slovo/psihologicheskij-slovar> .
29. Психологический словарь, 2000 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://dic.academic.ru/dic.nsf/psihologic/708> .
30. Российская педагогическая энциклопедия: в 2 т. – М.: Научное издательство «Большая российская энциклопедия», 1999. – 1129 с.
31. Семенова, Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости / Е.М. Семенова. – М.: Институт психотерапии, 2002. – 224 с.
32. Сибилева, Л.В. Формирование профессиональных компетенций в процессе изучения практической психологии: учеб.-метод. пособие / Л.В. Сибилева. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2011.
33. Сидоренко, Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2002. – 207 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Методика изучения профессионально важных качеств педагога-психолога (В.И. Долгова)

Инструкция: «Уважаемый коллега! Просим Вас произвести самооценку знаний, умений, личностных качеств, составляющих профессионально важные качества педагога-психолога. Вам необходимо оценить степень сформированности каждого из перечисленных качеств, опираясь на их характеристики. В графе «самооценка» поставьте отметку напротив соответствующего уровня. При оценивании помните, что иметь оценку в 4 и 5 баллов это не значит «хорошо», а оценку 2–3 балла – «плохо». Оценки лишь отражают Ваши индивидуальные особенности и означают степень выраженности того или иного качества. Наилучший результат будет получен, если Вы будете искренни в своих самооценках».

№		Само-оценка	Экспертная оценка
<i>Эмпатия</i>			
1	Высоко развита способность понимать другого человека посредством эмоционального вчувствования в его переживания, мысли, чувства и состояния; обладает высокой степенью предвидения реакций, действий, поведения другого в конкретных ситуациях (5 баллов)		
2	Способен понимать мысли, чувства, переживания и состояния другого человека; при необходимости способен предсказать действия и реакции другого в конкретной ситуации (4 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
3	Склонен к сосредоточенности на собственных внутренних процессах и состояниях в той степени, которая затрудняет эмоциональное вчувствование в состояние другого; затрудняется предсказать действия и реакция другого в конкретных ситуациях (3 балла)		
4	Замкнут в собственном эмоциональном состоянии, невнимателен к эмоциональным состояниям другого; в предсказывании реакций и действий другого исходит из собственных эмоциональных состояний, не учитывая состояния другого (2 балла)		
<i>Эмоциональная устойчивость</i>			
5	В эмоциогенной ситуации взаимодействия обладает высокой степенью устойчивости эмоционального состояния, способствующего выбору эффективной тактики и стратегии действий и поведения; развита способность к регулированию эмоционального состояния в условиях напряженной деятельности, повышающему ее продуктивность (5 баллов)		
6	В эмоциогенной ситуации, а также в условиях напряженной деятельности, при определенных усилиях, способен регулировать и сохранять эмоциональное состояние, способствующее выполнению поставленных задач (4 балла)		
7	В эмоциогенной ситуации взаимодействия, а также в условиях напряженной деятельности, затрудняется регулировать и сохранять эмоциональное состояние, способствующее выполнению поставленных задач; склонен к эмоциональным переживаниям, эмоциональному возбуждению в стрессовых условиях взаимодействия, в условиях незапланированных изменений (3 балла)		
8	Преобладает импульсивность, отсутствует контроль над эмоциональными состояниями в эмоциогенных ситуациях взаимодействия; в условиях напряженной деятельности допускает эмоциональные срывы, затрудняющие выполнение поставленных задач (2 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
<i>Самостоятельность принятия решений</i>			
9	Высоко развита способность к обоснованному принятию самостоятельных решений; обладает навыками предвидения; в критических ситуациях способен к принятию самостоятельных решений (5 баллов)		
10	В принятии решений как правило самостоятелен; способен анализировать и прогнозировать события; в критических ситуациях способен к самостоятельному принятию решений (4 балла)		
11	Способен к принятию самостоятельных решений, однако они не всегда бывают обоснованными; в критических ситуациях допускает проявления нерешительности (3 балла)		
12	К принятию самостоятельных решений подготовлен недостаточно. В критических ситуациях самостоятельно решения принимать затрудняется, проявляет нерешительность (2 балла)		
<i>Коммуникативность</i>			
13	Легко устанавливает контакт и инициирует общение, обладает высоким чувством такта в общении, умеет слушать и слышать, доброжелателен и чуток, обладает чувством юмора (5 баллов)		
14	Способен устанавливать контакт с окружающими, в общении тактичен, проявляет элементы чуткости и доброжелательности; способен расположить к себе (4 балла)		
15	При необходимости способен устанавливать контакт с окружающими; такт проявляет в общении не всегда; чуткость и доброжелательности проявляет редко; в общении бывает несдержан и не всегда доступен (3 балла)		
16	Тактичностью в общении не отличается; допускает грубость в общении; на контакт с сотрудниками идет с трудом, замкнут (2 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
<i>Лидерство</i>			
17	Обладает высокоразвитыми способностями положительного влияния на людей; ярко выражены качества лидера (5 баллов)		
18	Способен оказывать положительное влияние на людей; обладает качествами лидера (4 балла)		
19	Способен как положительно, так и негативно влиять на людей но в практической деятельности этим пользуется редко; среди подчиненных выступает как формальный лидер (3 балла)		
20	Качествами лидера не обладает и не стремится к этому; в коллективе незаметен; к принципиальным вопросам позиция зачастую не определена (2 балла)		
<i>Знание содержания деятельности педагога-психолога</i>			
21	Обладает глубокими, прочными и всесторонними знаниями, имеет целостное представление об их системе (5 баллов)		
22	Обладает твердыми системными знаниями; способен к решению теоретических задач профессионального характера (4 балла)		
23	Обладает профессиональными знаниями для решения задач профессионального характера (3 балла)		
24	Знания поверхностные, несистемные, профессиональные задачи самостоятельно решать затрудняется (2 балла)		
<i>Умения и навыки деятельности педагога-психолога</i>			
25	Высоко развиты и обеспечивают выполнение практических задач профессионального характера на высоком уровне (5 баллов)		
26	Развиты и обеспечивают требуемый уровень компетентности в решении задач профессионального характера (4 балла)		
27	Развиты удовлетворительно, обеспечивают выполнение профессиональных задач на достаточном уровне при посторонней помощи (3 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
28	Развиты слабо, при реализации навыков и умений в практической деятельности требуется постоянный контроль (2 балла)		
<i>Интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления</i>			
29	Гибкость мышления позволяет решать сложные задачи профессионального характера; высокий уровень развития мыслительной деятельности; ярко выраженная склонность к приобретению новых знаний и их эффективному использованию в профессиональной деятельности; способен находить решения сложных задач, опираясь на имеющиеся ресурсы (5 баллов)		
30	Уровень развития мыслительной деятельности позволяет приобретать новые знания и использовать их в профессиональной деятельности; при необходимости способен находить выход из непредвиденных ситуаций профессионального характера (4 балла)		
31	Имеет сложности с применением полученных знаний на практике; не стремится к постоянному обогащению новыми знаниями; затрудняется в поиске выхода из незапланированных и неожиданных профессиональных ситуаций (3 балла)		
32	К получению новых знаний не стремится, имеет значительные затруднения в применении знаний на практике; неожиданные ситуации могут поставить в тупик, лишить собственной инициативы к поиску решения (2 балла)		
<i>Способность к творческому применению профессионального опыта</i>			
33	Способен адекватно оценивать сложные задачи в профессиональной области и находить конструктивные и нетрадиционные способы их решения; генерирует новации, способен к обоснованному риску (5 баллов)		
34	Способен критически оценивать накопленный опыт и использовать его для квалифицированного решения задач в профессиональной области (4 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
35	Нестандартные (неординарные) задачи в профессиональной области решать самостоятельно затрудняется; предпочитает действовать без новаций, по шаблону (3 балла)		
36	Профессиональные задачи решает только лишь традиционными способами; новое в профессиональной области не воспринимает или отвергает (2 балла)		
<i>Общая культура</i>			
37	Обладает высокой общей и специальной эрудицией; систематически работает над расширением и углублением знаний из различных областей науки, техники, специальных отраслей знаний; высоко развиты разносторонние культурные потребности (5 баллов)		
38	Эрудирован; стремится к расширению своих знаний в различных областях науки, техники, специальных отраслей знаний; стремится к формированию разносторонних культурных потребностей (4 балла)		
39	Уровень общей и специальной культуры посредственный, над расширением и углублением знаний работает не систематически (3 балла)		
40	Уровень общей и специальной культуры низкий; стремлением к расширению кругозора не отличается, систематически работать над собой не способен; диапазон культурных потребностей ограничен (2 балла)		
<i>Оптимистичность</i>			
41	Обладает устойчивым позитивным мировосприятием; жизнерадостен; искренне верит в силы и возможности людей, а также в собственные силы и возможности как субъекта деятельности (5 баллов)		
42	В мировосприятии преобладает позитив, вера в собственные возможности и силы других людей (4 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
43	Мировосприятие позитивно наполовину, далеко не во всех профессиональных и жизненных ситуациях склонен к оптимистическим прогнозам (3 балла)		
44	В большей степени присущ пессимизм; людей воспринимает со стороны их проблем, а не ресурсов для выхода из сложных проблемных ситуаций; слабо верит в собственные силы (2 балла)		
<i>Работоспособность</i>			
45	Работоспособность высокая, отличается трудолюбием; состояние здоровья соответствует возрастным показателям; способен легко переносить большие физические и психологические нагрузки (5 баллов)		
46	Работоспособен, трудолюбив, состояние здоровья соответствует возрастным показателям, способен переносить физические и психологические нагрузки (4 балла)		
47	Работоспособность удовлетворительная; трудолюбием не выделяется; состояние здоровья удовлетворительное; нагрузки переносит с затруднением (3 балла)		
48	Работоспособность низкая, ленив; состояние здоровья требует постоянного медицинского освидетельствования, часто болеет; нагрузки переносит с большими усилиями (2 балла)		
<i>Гуманность</i>			
49	Высоко развито чувство уважительного отношения к человеку; отзывчив, заботлив, доброжелателен (5 баллов)		
50	Уважительно относится к человеку; способен проявлять заботу об окружающих; отзывчив, не лишен сочувствия и сопереживания (4 балла)		
51	Способен к проявлению уважительного отношения к человеку, но не всегда и не по отношению ко всем; заботу об окружающих проявляет непостоянно; допускает элементы бездушия, черствости (3 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
52	Часто проявляет элементы неуважительного отношения к человеку; заботой об окружающих не выделяется, не отзывчив (2 балла)		
<i>Организованность</i>			
53	Организованность высокая, умеет планировать свою работу; развита рациональность и последовательность в практической деятельности (5 баллов)		
54	Умеет организовывать свою работу, несуетлив; постоянно повышает культуру планирования (4 балла)		
55	Качество развито удовлетворительно, допускает проявления суетливости; испытывает затруднения с планированием своей работы (3 балла)		
56	Качество развито слабо, навыки планирования повседневной деятельности низкие; в работе суетлив; действия зачастую не продуманы (2 балла)		
<i>Ответственность</i>			
57	Высоко развиты: чувство долга, ответственности. Надежен в решении задач повседневной деятельности (5 баллов)		
58	Присуще ярко выраженное чувство ответственности и исполнительности (4 балла)		
59	Ответственность и исполнительность проявляются непостоянно. Требуется контроль за исполнением (3 балла)		
60	Проявляет безответственность, склонен к неисполнительности (2 балла)		
<i>Инициативность</i>			
61	Инициативен, творчески относится к решению поставленных задач; способен генерировать и продвигать обоснованные и заслуживающие внимания идеи; предприимчив (5 баллов)		
62	Способен к проявлению инициативы, активен, не лишен творческого отношения к делу; предприимчив (4 балла)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
63	Инициативы проявляет по необходимости, активностью и творческим отношением к делу не выделяется, предпринимательские способности не проявлены (3 балла)		
64	Безынициативен, в отношении к работе преобладает пассивность, элементы творческого подхода к делу не проявлены (2 балла)		
<i>Направленность</i>			
65	Устойчивые мотивы деятельности – профессиональный рост, интерес к делу и работе с детьми, людьми вообще, достижение положительных качественных результатов деятельности (помощь людям в решении психологических проблем и т.д.), самореализация и самосовершенствование в профессиональной деятельности (5 баллов)		
66	Ведущие мотивы деятельности (в порядке убывания) - карьерный рост, интерес к делу, самореализация и самосовершенствование в профессиональной деятельности, достижение положительных качественных результатов деятельности (помощь людям в решении психологических проблем и т.д.) (4 балла)		
67	Отсутствует единая система устойчивых мотивов, в зависимости от текущих ситуаций в профессиональной деятельности мотивы могут меняться. В деятельности могут присутствовать, как важные, мотивы, не связанные с профессиональным ростом (материальное обеспечение и т.п.) (3 балла)		
68	Интересы, склонности и мотивы не совпадают с выбранной деятельностью (2 балла)		
<i>Способность к саморегуляции</i>			
69	В стрессогенных условиях умеет управлять собой; высокая психологическая устойчивость; способен быстро адаптироваться к новым условиям в профессиональной деятельности и в жизни (5 баллов)		

№		Само- оценка	Эксперт. оценка
70	Способен к адаптации в новых условиях; умеет управлять собой в сложных ситуациях; психологически устойчив (4 балла)		
71	В сложных неординарных ситуациях может допускать потерю контроля за своим поведением; для адаптации к новым условиям требуется время; психологическая устойчивость невысокая (3 балла)		
72	В сложных, стрессовых ситуациях поведение непредсказуемое; психологическая устойчивость низкая, подвержен паническим настроениям (2 балла)		
<i>Способность к адекватной самооценке</i>			
73	Высоко развиты способности оценивать свои действия и результаты деятельности; в разумной степени самокритичен (5 баллов)		
74	Способен к адекватной самооценке; самокритичен (4 балла)		
75	Свои действия и результаты деятельности оценивает не всегда адекватно. Способности к самокритике ограничены (3 балла)		
76	К адекватной оценке своих действий и результатов деятельности не способен; не самокритичен (2 балла)		
<i>Честность</i>			
77	Честен, искренен, высокопорядочен; устанавливает честные, искренние отношения, основанные на взаимном доверии (5 баллов)		
78	Стремится к установлению честных и искренних отношений; честность входит в личную систему ценностей (4 балла)		
79	Способен к установлению честных и искренних отношений; допускает элементы неискренности; честность проявляет избирательно (3 балла)		
80	К установлению искренних отношений не способен; постоянно допускает элементы нечестности и неискренности к себе и окружающим (2 балла)		

**Шкала оценок профессионально важных качеств  
педагога-психолога**

№	Интервал оценок	Уровень развития
<b>Шкала оценок по эмоциональному компоненту системы ПВК</b>		
1	13–15	желаемый
2	10–12	приемлемый
3	8–9	критический
4	0–7	недопустимый
<b>Шкала оценок по коммуникативному компоненту системы ПВК</b>		
1	9–10	желаемый
2	7–8	приемлемый
3	5–6	критический
4	0–4	недопустимый
<b>Шкала оценок по гностическому компоненту системы ПВК</b>		
1	21–25	желаемый
2	17–20	приемлемый
3	14–16	критический
4	0–13	недопустимый
<b>Шкала оценок по мотивационному компоненту системы ПВК</b>		
1	13–15	желаемый
2	10–12	приемлемый
3	8–9	критический
4	0–7	недопустимый
<b>Шкала оценок по практическому компоненту системы ПВК</b>		
1	16–20	желаемый
2	13–15	приемлемый
3	10–12	критический
4	0–9	недопустимый
<b>Шкала оценок по рефлексивному компоненту системы ПВК</b>		
1	13–15	желаемый
2	10–12	приемлемый
3	8–9	критический
4	0–7	недопустимый

### Словарь терминов

**Аутентичность** – качество, проявляющееся в способности человека осознавать свои состояния и чувства, проживать их и адекватно (без искажений) выражать их во взаимодействии с другими людьми.

**Гуманность** (от лат. *humanus* – человеческий) – обусловленная нравственными нормами и ценностями система установок личности на социальные объекты (человека, группу, живое существо), которая представлена в сознании переживаниями сострадания и сорадования и реализуется в общении и деятельности в актах содействия, соучастия, помощи [27].

**Знания, умения и навыки профессиональной деятельности психолога** составляют основу компетентности психолога, определяют качественный уровень оказываемого им сопровождения. Указанная совокупность постоянно пополняется и обновляется результатами новых исследований. Задача психолога образования быть в курсе последних исследований в области общей, возрастной, педагогической, социальной психологии, регулярно просматривать профессиональную периодику, следить за новыми поступлениями профессиональной литературы. Психолог образования постоянно обучается, посещает научно-практические мероприятия (конференции, симпозиумы, форумы) и методические собрания, вращается в профессиональном сообществе, получает супервизию от более опытных коллег.

**Инициативность** – способность личности к самостоятельным общественным начинаниям, активности, предприимчивости [30].

**Интеллектуальность, находчивость и гибкость мышления** – способность к осуществлению процесса познания и

к эффективному решению проблем, в частности при овладении новым кругом жизненных задач [29]. При взаимодействии с учащимися образовательного процесса в условиях образовательного учреждения педагогу-психологу необходимо быстро ориентироваться в ситуации, проявлять гибкость, находить варианты решений в ситуациях неопределенности.

**Коммуникативность** (лат. – соединяющийся, сообщающийся) – положительное нравственно-этическое качество личности, выражающее предрасположенность человека к общению, к установлению контактов, связей, отношений. Внешне это качество проявляется как общительность, как умение собирать вокруг себя людей [2].

**Креативность** – творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к продуцированию принципиально новых идей [28]. В деятельности психолога образования часто возникают нестандартные ситуации, ставятся сложные задачи, в которых необходим творческий подход.

**Лидерство** – качество личности, которое выступает условием надления ее группой полномочиями принимать ответственные решения, затрагивающие интересы и определяющие направление деятельности всей группы. Данное качество проявляется и является значимым лишь в процессе общения и взаимодействия в группе.

**Мотивация и направленность** – совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности, относительно независимых от текущих ситуаций. Характеризуется интересами, склонностями, убеждениями, ценностями и идеалами личности, выражающими ее мировоззрение.

**Оптимистичность** – способность личности воспринимать происходящее как положительный ресурс, верить в силы и возможности себя и других, когнитивная и эмоциональная направленность на положительный смысл и решение практически любой задачи и ситуации.

**Организованность** – в русском толковом словаре понимается как собранность. Способность жить и действовать по плану, способность распределять временные, материальные, личностные ресурсы с целью наиболее оптимального достижения поставленной цели. Многофункциональность деятельности педагога-психолога требует проявления организованности в процессе постановки задач, планирования действий и упорядочения их выполнения.

**Ответственность** – универсальное профессионально важное качество, необходимое в любой деятельности. Специфическая для зрелой личности форма саморегуляции и самодетерминации, выражающаяся в осознании себя как причины совершаемых поступков и их последствий и в осознании и контроле своей способности выступать причиной изменений (или противодействия изменениям) в окружающем мире и в собственной жизни [28].

**Работоспособность** – потенциальная возможность человека выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени [27].

**Самостоятельность принятия решений** – ввиду относительно частых ситуаций неопределенности, отсутствия готовых инструкций «на все случаи», возможные во взаимодействии, деятельность педагога-психолога требует от него творческого подхода и самостоятельности при принятии решений. В сущности это готовность личности в ситуации неопределенности и множества воздействующих факторов осуществлять самостоятельный выбор относительно проблемы, задачи, жизни в целом.

**Способность к адекватной самооценке** – рефлексия собственных состояний и адекватная их оценка позволяет педагогу-психологу поддерживать контакт с собой, более успешно регулировать собственное поведение, вовремя замечать деструктивные состояния и принимать меры.

**Способность к саморегуляции** – одно из важнейших ПВК педагога-психолога, ввиду насыщенности его деятельности пси-

хологически и эмоционально сложными ситуациями и состояниями. Состоит во владении навыками установления необходимого для адекватного функционирования эмоционального состояния в сложных эмоционально насыщенных ситуациях, умение справляться с эмоциональными всплесками в стрессовых и эмоционально тяжелых ситуациях.

**Способность к творческому применению профессионального опыта** – адекватная мера проявления изобретательности и находчивости, необычности решений.

**Толерантность** – (англ., фр. *tolerance* – терпимость от лат. *tolerantia* – терпение) терпимость по отношению к другим людям, отличающимся убеждениями, ценностями и поведением. В психологической работе толерантность понимается как терпимость к различным особенностям и поведению людей различных возрастов, которые в многообразии проявлений существуют в повседневном взаимодействии образовательного учреждения.

**Честность и искренность** – являясь условием успешности прямой коммуникации с людьми, проявление честности и искренности требует от личности усилий в области рефлексии и саморегуляции. Характеризуется согласованностью между реальными чувствами и намерениями в отношении другого человека (или группы людей) и тем, как эти чувства и намерения преподносятся ему на словах. В повседневной жизни честность раскрывается как отсутствие противоречий между словом и делом. Искренность понимается и как синоним, и как составляющая честности, наряду с порядочностью.

**Эмоциональная устойчивость** – выражается в способности личности обеспечивать возможность сохранения определенной направленности своих действий в эмоциогенной ситуации при помощи саморегуляции и самоконтроля и тем самым содействовать профессиональной успешности. Эмоциональная устойчивость уменьшает отрицательное воздействие сильных стрессовых факторов, способствует проявлению готовности к действиям в

напряженной ситуации. Благодаря эмоциональной устойчивости человек способен успешно осуществлять необходимую деятельность в сложных эмоциогенных условиях [22].

**Эмпатия** – (от греч. *empathia* – сопереживание) – способность чувственно вникнуть в эмоциональное состояние, «вчувствование» в переживания другого человека. Способность индивида к параллельному переживанию тех эмоций, что возникают у другого индивида в ходе общения с ним.

Как особые формы эмпатии выделяются:

- 1) сопереживание – переживание тех же эмоциональных состояний, что испытывает другой, через отождествление с ним;
- 2) сочувствие – переживание собственных эмоциональных состояний в связи с чувствами другого.

Чрезмерному проявлению эмпатии свойственны замкнутость в рамках непосредственного эмоционального опыта, слабая чувствительность к различению собственных чувств и чувств другого человека, тенденция к слиянию с эмоциональным состоянием другого и, как следствие, высокий риск эмоционального выгорания.

**Эрудированность** – осведомленность об окружающем мире, запас знаний в различных областях. Указанное качество позволяет волонтеру-консультанту быть интересным собеседником и находить общий язык с людьми с самым различным жизненным опытом и уровнем интеллекта и культуры.

*Учебное издание*

**Валентина Ивановна Долгова  
Валерия Каусаровна Шаяхметова**

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ  
ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА**

Учебное пособие

ISBN 978-5-906908-82-7

Работа рекомендована РИС ЮУрГГПУ  
Протокол № 13 (пункт 26) от 19.12.2016

Издательство ЮУрГГПУ  
454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69

Редактор Н.С. Бокова  
Технический редактор Т.Н. Никитенко  
Эксперт Н.О. Яковлева  
Г.Г. Нурмиев, дизайн обложки, 2017

Подписано в печать 20.10.2017.  
Формат 60×84 1/16. Объем 5 уч.-изд. л. (5,54 п.л.)  
Тираж 100 экз. Заказ №

Отпечатано с готового оригинал-макета в типографии ЮУрГГПУ  
454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69