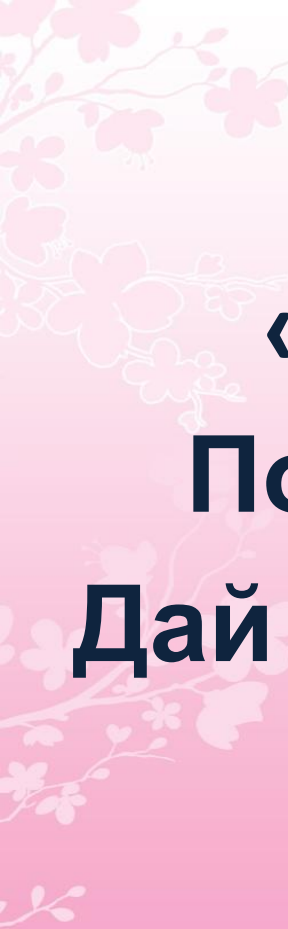


**Психолого- педагогическое
сопровождение
профессионально- личностного
развития педагогов.**

**Выполнила Педагог-психолог
МКОУ «Высокинская СОШ»
Волкова Н.В.**



**«Скажи мне и я забуду,
Покажи мне- и я запомню.
Дай мне действовать самому-
и я научусь.»**

«Моя Вселенная»



Уважаемые коллеги!

Ответьте на предлагаемые вопросы, поставив следующие баллы:

5- данное утверждение полностью соответствует действительности;

4-скорее соответствует, чем нет;

3-и да, и нет;

2- скорее не соответствует;

1- не соответствует.

1. Я стремлюсь изучить себя,
2. Я оставляю время для развития, как бы ни был занят работой и домашними делами.
3. Возникающие препятствия стимулируют мою активность.
4. Я ищу обратную связь, так как это помогает мне узнать и оценить себя,
5. Я рефлексирую свою деятельность, выделяя на это специальное время.
6. Я анализирую свои чувства и опыт.
7. Я много читаю.
8. Я широко дискутирую по интересующим меня вопросам.
9. Я верю в свои возможности.
10. Я стремлюсь быть более открытым.
11. Я осознаю то влияние, которое оказывают на меня окружающие люди.
12. Я занимаюсь своим профессиональным развитием и имею положительные результаты.
13. Я получаю удовольствие от освоения нового.
14. Возрастающая ответственность не пугает меня.
15. Я положительно отнесся к моему продвижению на работе.

A decorative floral pattern in the top-left corner, featuring pink cherry blossoms and branches on a light pink background.

75-55 баллов- активное развитие;
54-36- отсутствует сложившаяся система
саморазвития, ориентация на развитие
сильно зависит от условий.
35-15- остановившееся развитие

Тест «Путешествие»

Этот ассоциативный тест настолько правдив и популярен, что многие психологи используют его как диагностический метод, а многие заводили в компании- как занятную игру.

Итак:

1.«Ты идешь по лесу. Какой это лес? Какое время года? Солнечно, есть ли ветерок? Ты один или с кем-то? Что ты делаешь?

2.Ты выходишь на полянку и видишь родник. Ты к нему подойдешь? Будешь пить воду?

3.Вдруг на опушку выскакивает животное. Какое оно? Что оно делает? А ты что делаешь?

4. Ты идешь дальше, впереди- река. Какая? Как ты будешь перебираться на другой берег?

5.Ты оказался на другой стороне- и видишь дом. Какой это дом? Хочется тебе туда идти? Тыходишь к дому, прямо к двери. Опиши дверь. На двери табличка, как она выглядит? На ней написано твое имя- прочитай «надпись».

Ты заходишь в дом. Оглядись вокруг и опиши, что ты видишь? В какую комнату ты пойдешь сначала?

Опиши ее. Какие еще комнаты в доме? Ты пойдешь в подвал? Опиши подвал. Что там лежит или кто там живет? Опиши чердак. А там кто или что? Что ты там делаешь?

6. Одна из комнат в доме- совершенно белая. В ней нет ни окон, никаких выемок на стенах. Когда ты попал туда, дверь закрылась. Что ты будешь делать? Что ты чувствуешь?

7. Ты выходишь из дома с другой стороны и идешь по тропинке. Впереди тебя- забор. Как ты окажешься на той стороне?

8. Около дороги, по которой ты идешь, есть гора. Как ты поведешь себя? Наконец тропинка выводит тебя к морю. Над морем носятся чайки. Далеко они или близко? Как они себя ведут?

9. В море ты видишь корабль. Какой он? Как далеко от берега? Ты будешь до него добираться?

10. Вот и все, твое путешествие счастливо закончилось. Ты возвращаешься домой отдохнувшим, посвежевшим и радостным. Не спеша открывай глаза. Скажи, тебе понравилось?

Итак:

1. Лес и прогулка по лесу символизируют то, как человек воспринимает саму жизнь и свое движение по ней. Согласитесь, большая разница- вы вышли гулять или потерялись в лесу. Обратите внимание на сам лес- насколько вам там комфортно, светло, интересно. Точно так же важно посмотреть на то. Каким вы видите дом издалека. Светлым или темным, симпатичным или отталкивающим. Возможно, такой вы видите свою жизнь в семье. Обратите внимание, если какую-то деталь вы выделяете особенно- крышу с дырками, открытую или запертую входную дверь.

2. Родник- это восприятие всего нового, что приносит вам жизнь. Если вы видите захламленный, забитый окурками родник, то , скорее всего. Вы не привыкли ждать от жизни милостей.

3. Так же и животное- это то, как вы видите других людей. Обратите внимание- это страшный медведь или пушистая белка, кто первым идет на контакт- вы или ждете, пока к вам подойдут? Или вы вообще маскируетесь, чтобы вас не увидели?

4. Река и стена- это символы препятствий. Как человек преодолевает их в тесте, такими же он видит преграды в жизни. Есть люди, которые вообще боятся войти в воду, есть те, кто крушит стену, есть такие, кому уже готовы и лодочка с гребцом, и лесенка с поддержкой. Обратите на этот пункт внимание, если в нем появились крайности- «взорву на фиг» или «повернусь и уйду».

5. То, на что в доме обращает внимание человек,- для него значимые вещи. Кто-то сразу идет на кухню, для него там смысл и центр дома. Кто-то сразу замечает детскую. Стоит обратить внимание, если при описании какая-то комната не появляется вообще, это значит, что какую-то сферу жизни или какого-то человека вы игнорируете бессознательно. Например, комнату брата или зал, где обычно собирается вся семья. Может быть, тут что-то не так- например, вам в этот период жизни нужно уединиться и подумать, а не «тусоваться» со всеми. Кстати, обратите внимание на общее описание дома- тесно, просторно, темно, пахнет чем-то вкусным или наоборот. Особое внимание стоит уделить

чердаку и подвалу. Чердак- это все знания, навыки и умения, которые мы приобретаем в процессе обучения в школе или в университете, не важно. Хорошо, когда он представляется аккуратным, когда все разложено по полочкам. Или там живут веселые коты или добрые птицы. Но очень у многих он захламлен или запылен. А может быть, вы настолько переучились, что вообще не захотите туда идти. Подвал- это все подсознательные или плохоосознаваемые устремления, знания, желания и навыки, которые у человека есть. Если человек охотно лезет в подвал и с удовольствием там находится- то, скорее всего, его подсознательные страхи сильно его тревожат. Если он боится идти в подвал и видит его захломленным, грязным, опасным ,то, скорее всего, вас тревожат какие-то смутные страхи.

6. Кстати, то же самое касается норы. Если вы легко проходите мимо или лезете в нору «покричать», посмотреть, кто оттуда вылезет, то, скорее всего, скрытых страхов у вас немного.

7. Белая комната, лишенная любых выступов,- это метафора смерти. Не ожидали? Но подсознание мыслит так. Посмотрите, как вы ведете себя там. Бьетесь ли в истерике? Смиряетесь?Плачете? Ждете помощи? Редко кто чувствует себя хорошо в такой комнате, но тут стоит обратить внимание на степень интенсивности переживаний. Чем эмоциональнее реакция, тем болезненнее эта тема для вас сейчас.

8. Чайки у моря- это, как ни странно, родственники. Проверьте себя, посмотрите, насколько навязчиво поведение птичек. Оцените «уровень шума», который они создают. Похоже на правду?

9.Ну и, наконец, корабль- это заветная мечта. Посмотрите, насколько четко вы видите детали корабля, это покажет, насколько четко вы представляете себе, чего хотите. Если это пиратский корабль- тоже ничего, романтика. А вот если это разбитый корабль, посмотрите, какие разочарования сейчас вас гнетут. Еще один критерий- можете ли вы добраться до этого корабля. Не беда, если еще не можете, и видите вообще «Корабль с алыми парусами». У вас еще много лет на то, чтобы понять себя и мир

Вокруг. Плохо, если вы говорите о корабле с печалью или сразу описываете препятствия- нет лодки, чтобы добраться, нет желания. Такое нередко бывает у подростков, но не пугайтесь, это возрастное «видение мира», оно проходит, когда выросший человек начинает лучше себя понимать.

Напомню, что ответы, которые вас беспокоили,- еще не повод записывать себя в разряд «неблагополучных», это всего лишь слепок нынешнего состязания сознания и подсознания. Но на какие-то спорные моменты стоит обратить внимание и учитывать их в дальнейшем.

Упражнение «Мои учителя»

Расположитесь удобно, закройте глаза, расслабьтесь.

Вспомните свое детство, свои школьные годы, первый класс и ваш первый учитель. Как он выглядит? Пролетели годы. Вы в среднем звене, много предметов, разные учителя. Какой предмет вам больше нравится? Вспомните учителя. Почему нравится этот предмет? И вот выпускной класс. Подготовка к экзаменам. Последний звонок. Кому из учителей тебе хотелось бы сказать: «Спасибо»? Кто-то это сделал, а кто-то и нет. Прошли годы. Не изменилось ли ваше мнение? Кто из учителей оставил неизгладимый след? Почему вы благодарны этому учителю?

(Можно передавать мягкую игрушку в форме сердца тем, кто хочет рассказать об учителе.)

Что дает это упражнение?

Самоанализ. А на сколько я соответствую тому, что сейчас говорят? Что я могу изменить в себе?

Вывод: Каков должен быть педагог? Какими качествами он должен обладать?

A decorative floral pattern in the top-left corner of the slide, featuring pink and white blossoms on thin branches.

Я с солнца сбрасываю полог,
Я утро начинаю здесь.
Моя профессия- психолог...
...Или призвание это есть?

Я здесь касаюсь откровения,
Я здесь ступаю не спеша.
Моя профессия- доверье,
Мое призвание- душа.

В глазах напротив спеет вера
Иль ожидание ее.
Моя профессия - есть мера.
Она призвание мое.