

САМООЦЕНКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА КАК СРЕДСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА

Методические рекомендации № 2

Дополнительные материалы:

ИММ в инфографике № 2

ПЗ для обучения № 2

Модератор: может быть как кто-то из административного состава, так и кто-то из участников.

Задача занятия: освоение приемов рефлексии, анкетирования и самоанализа.

Используются: Опросник SWOT; тест «Уверенное поведение», тест «Умение смеяться над собой»

Примерный план реализации занятия:

1. Перед началом занятия предлагается обсудить следующие принципы работы:

- стремиться к объективности (пояснить, что люди, склонны видеть себя лучше или хуже, чем мы есть на самом деле. Поэтому важно быть честными с собой)
- в оценке должен быть баланс: оправдание себя/самокритика (пояснить, что крайности искажают реальную картину. В приоритете не поиск причин и виноватых, а размышления: «какова моя роль во всем этом?», «какие варианты действий есть?», «что хочу я получить в результате?»);
- в обсуждении не допустим сарказм и высмеиванием (пояснить, что если и не сразу всё понятно и не всё получается – это нормально).
- активно участвовать в поиске решений и возможности продолжать обучение.

Используются ИММ № 2.

2. Предложить выполнить упражнение "В чем мне повезло в этой жизни" (или аналогичное по выбору ведущего)

Участники группы разбиваются по парам. Ведущий предлагает задание: "В течение одной минуты расскажите своему партнеру о том, в чем вам повезло в этой жизни. Через одну минуту поменяйтесь ролями". После упражнения проводится короткий обмен впечатлениями.

Примерные выводы для участников от ведущего: педагогу важно развивать у себя здоровую, конструктивную рефлексия, приводящую к улучшению деятельности, а не к разрушению ее постоянными сомнениями и колебаниями.

3. Предложить обсудить следующий взгляд на проблему:

На данный момент самоанализ является неотъемлемой частью любой психотерапевтической или психологической работы.

Рефлексия – это самонаблюдение, размышление о себе. Можно сказать, что это «сбор данных»: о своих чувствах, мыслях, поведении.

Самоанализ – последующий поиск ответов, «анализ собранных данных». Этот процесс предполагает поиск взаимосвязей: к примеру, как влияют мысли и чувства на поведение

Самоанализ – это анализ собственных переживаний, суждений, поступков и потребностей. Изучение человеком самого себя, своего внутреннего мира и глубин своей психики, как бы взгляд изнутри.

Самоанализ – это необходимый компонент педагогической деятельности, который охватывает все ее аспекты. Самоанализ позволяет выявить причины успехов и недостатков, и поэтому является необходимым условием для профессионального роста.

Рефлексивные вопросы (можно предложить ответить):

- Что я делаю?
- С какой целью?
- Каковы результаты моей деятельности? –
Как я этого достиг?
- Можно ли сделать лучше?
- Что я буду делать дальше?

Примерные выводы для участников от ведущего:

1. Способность человека проявлять рефлексивное мышление, позволяющее осуществлять контроль над своими мыслями и поступками, служит доказательством его высокой мыслительной

деятельности. Чем выше уровень рефлексивного мышления человека, тем объективнее его самооценка

2. Рефлексия отличается от самоанализа тем, что она обращает сознание на уже произошедшее, тогда как самоанализ направлен на понимание собственной самости.

3. Уровень навыков рефлексии можно и нужно менять.

4. Раздать анкеты и провести анкетирование (**материалы в ПЗ № 2.1. – 2.3.**)

5. Обсудить результаты__в следующей логике: *«Готовность педагога к самоанализу и самосовершенствованию, безусловно, зависит от личностных качеств: позитивности, чувства уверенности в себе, в своей способности преодолеть проблемы, затруднения и достичь успеха, умения принимать новое и самому его создавать, постоянно учась и развиваясь».*