

Администрация Городского округа Подольск Комитет по образованию Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №33 «Аленушка»

## **Формирование психологической компетенции педагога в современных условиях**

*«Быть компетентным — значит знать, когда и как действовать» (П. Вейлл).*

Профессиональная компетентность педагога определяется сложным комплексом умений – он должен в совершенстве владеть своим предметом и совершенствовать свои знания и умения на уровне последних научных достижений.

Компетентная психологическая деятельность предъявляет определенные требования к личности учителя, т.е. развитие его потребностно-мотивационной, когнитивной, эмоционально-ценностной, операциональной, коммуникативной и рефлексивной составляющих. Это формирование готовности к профессиональной деятельности в системе вариативного обучения, готовности к инновационной деятельности и потребности в самообразовании.



## Условия формирования и развития психологической компетентности педагога

1. Педагогический такт - это обязательное соблюдение педагогом принципа меры в общении с детьми в образовательной деятельности, который подразумевает под собой уважение к воспитанникам, внимательность и доверие, разумность в требованиях к выполнению задач и многое другое.
2. Умение найти правильный подход к воспитанникам и знать их индивидуальные и психолого-возрастные особенности.
3. Способность и желание работать с детьми.



4. Заинтересованность в результатах своей профессиональной деятельности.
5. Педагог должен владеть навыками и умениями организаторских способностей.
6. Владеть своей речью - она должна быть простой, ясной и убедительной в общении с воспитанниками.



7. Уметь управлять психическим состоянием воспитанников в течение дня. Для этого необходимо создавать комфортную обстановку и уметь видеть и различать психическое состояние детей.

9. «Эмпатичность» педагога, то есть способность чувствовать эмоциональное состояние воспитанника, уметь сопереживать и откликнуться на проблему ребенка. Главное здесь для педагога - понять состояние ребенка и взглянуть на ситуацию с его позиции, чтобы найти пути решения возникшей проблемы у ребенка.



10. Также немаловажное значение имеет внешняя привлекательность педагога, то есть способность расположить к себе детей внешним видом и манерой поведения, потому что дети получают информацию не только из речи педагога, но и визуально – обращают внимание на выражение чувств в мимических и пантомимических движениях педагога. Кроме того, приятные манеры поведения педагога способствуют быстрой адаптации к любой обстановке и упрощают установление коммуникативных связей, что повышает уровень воздействия на детей.



Развитие психологической компетенции педагогов является комплексной, включая различные виды тренингов, психотехник, деловых игр, а также традиционные формы - лекции, беседы.

Игры-релаксации. За 3-5 минут, потраченных на психотехнические упражнения, педагог может снять усталость, стабилизироваться, почувствовать уверенность в себе.



## Упражнение “Внутренний луч”

Упражнение выполняется индивидуально; помогает снять утомление, обрести внутреннюю стабильность.....

Для того чтобы выполнять упражнение, надо принять удобную позу, сидя или стоя в зависимости от того, где оно будет выполняться (в группе, дома, в транспорте).

Представьте, что внутри Вашей головы, в верхней ее части, возникает светлый луч, который медленно и последовательно движется сверху вниз и медленно, постепенно освещает лицо, шею, плечи, руки теплым, ровным и расслабляющим светом. По мере движения луча разглаживаются морщины, исчезает напряжение в области затылка, ослабляется складка на лбу, опадают брови, “охлаждаются” глаза, ослабляются зажимы в углах губ, опускаются плечи, освобождаются шея и грудь. Внутренний луч как бы формирует новую внешность спокойного, освобожденного человека, удовлетворенного собой и своей жизнью, профессией и воспитанниками.

Выполните упражнение несколько раз - сверху вниз.

Выполняя упражнение, вы получите удовольствие, даже наслаждение. Заканчивайте упражнение словами: “Я стал новым человеком! Я стал молодым и сильным, спокойным и стабильным! Я все буду делать хорошо!”





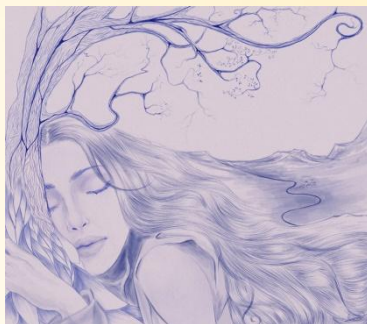
## Упражнение “Дерево”

Любое напряженное психологическое состояние характеризуется суженностью сознания и сверх-концентрацией человека на своих переживаниях.

Ощутимое ослабление внутренней напряженности достигается в том случае, если человек сумел произвести действие децентрации: “снял” центр ситуации с себя и перенес его на какой-либо предмет или внешние обстоятельства. Децентрация позволяет перенести, “выбросить” отрицательное состояние во внешнюю среду и тем самым избавиться от него.

Существует несколько форм децентрации. Ролевая децентрация связана с перевоплощением человека, мысленным включением в другую ситуацию. Используется педагогическая рефлексия, педагог старается посмотреть на себя “со стороны”, проанализировать ситуацию глазами внешнего наблюдателя, применить “психическое зеркало”. Коммуникативная децентрация осуществляется в диалоге с переменной коммуникативных позиций. Упражнение выполняется индивидуально. Оно вырабатывает внутреннюю стабильность, создает баланс нервно-психических процессов, освобождая от травмирующей ситуации.

По дороге домой, в транспорте, представляйте себя деревом (каким вам нравится, с каким легче всего себя отождествить). Детально проигрывайте в сознании образ этого дерева: его мощный и гибкий ствол, переплетающиеся ветви, колышущуюся на ветру листву, открытость кроны навстречу солнечным лучам и влаге дождя, циркуляцию питательных соков по стволу, корни, прочно вросшие в землю. Важно почувствовать питательные соки, которые корни вытягивают из земли. Земля - это символ жизни, корни - это символ стабильности, связи человека с реальностью.



## Упражнение “Ритм”

Выполнять его необходимо в паре с другим учителем или дома, с одним из близких вам людей.

Два человека встают лицом друг к другу и договариваются о своих ролях: один - ведущий, второй - “зеркало”. Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий произвольно двигает руками, а играющий роль “зеркала” пытается отразить их в том же ритме. Роли несколько раз меняются.

Психологический смысл упражнения состоит в том, чтобы почувствовать внутренний “ритм” другого человека и как можно полнее отразить его. При этом думайте о том, что каждый человек (ваш воспитанник, коллега по работе, член вашей семьи) - индивидуальность, обладающая уникальным психологическим “ритмом”, и, чтобы правильно понять человека, надо прежде всего почувствовать его энергетику, темперамент, направленность, динамику, внутреннюю экспрессию.

