**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа с.Бабстово»**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СЕМИНАР**

**для педагогов**

**Протокол 1**

**ТЕМА:«Психолого-педагогическая компетентность учителя»**

***Тематический план***.

1. Я в профессии и профессия во мне (профессиональное самоопределение).

2.Способы оперативной саморегуляции.

3. Эмоциональное выгорание педагогов.

4.Самоорганизация как профессионально значимое качество.

Особенности профессионального и межличностного общения в педагогическом коллективе***.***

**Цель**: развитие психологической культуры педагогов; осознание своей индивидуальности; формирование значимости установок в жизни; развитие у педагогов коммуникативных навыков, средств позитивного проектирования индивид. развития ученика, актуализацию личного опыта в общении с учащимися.

***Ход занятия.***

**1**. ***Организационный момент***:

 Тема, цели, задачи, планируемый результат, план занятия, время работы.

**2**. ***Диагностика функционального состояния организма.***

 2.1Анкета «Моя готовность»

 2.2 Анкета «Определите свое состояние»

 **3. *Понятие*** ***синдрома эмоционального выгорания.***

 3.1 Разминка.

Упражнение «Броуновское движение»

 3.2 *Информирование*: понятие, суть, признаки проявления, причины и последствия.

**4.** ***Способы сохранения высокой умственной работоспособности.***

 4.1 Приемы арт-терапии

Упражнение «Нарисуй эмоцию».

**Упражнение.**

Предлагаю начать работу с одного интересного упражнения.

- Перед вами лежат листок, ваша задача назвать личностные качества человека изображенного на фотографии. (добрый, злой, умный, дружелюбный, лживый, щедрый, скупой и т.п.)

У каждого участника фото одного и того же человека, они об этом не знают, но под фотографией дана установка об этом человеке, у одних положительная, у других отрицательная. (Например: фото №1 – Успехи в обучении у этого человека не достаточно хорошие, друзей не имеет, единственный ребенок в семье; фото №2 – Живет в неполной семье, ухаживает за больной матерью, имеет много друзей и т.п.)

- Почему вы выбрали именно эти качества?

- Что повлияло на ваше мнение?

Следовательно – эта надпись явилась для вас установкой.

На самом деле этот юноша, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Сегодня мы поговорим с вами об установках.

Установки окружают нас везде. Это и характеристики, написанные учителями из других школ на вновь пришедших и отзывы о ребенке других людей.

**5. *Подведение итогов.***

**Психолог: Г.В.Фирсова.**

**16.09.2021 г.**

******

****

****

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

***Тест «Уровень стресса»:***

Инструкция: «Вам предлагается ответить на вопросы, которые касаются Вашего самочувствия и здоровья. Отвечая на вопрос, Вы можете выбрать один из вариантов ответа:

1.меня легко раздражают мелочи, которые другие считают пустяками.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

2.я нервничаю, когда приходится кого-то ждать.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

3.когда я сержусь, то могу кого-нибудь обидеть.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

4.не переношу, когда меня критикуют.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

5.краснею, когда попадаю в неловкое положение.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

6.если меня толкнут в транспорте, я отвечаю тем же.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

7.на встречи никогда не опаздываю.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

8.стараюсь занять свое свободное время чем-то полезным.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

9.часто меня раздражают долгие объяснения, поэтому перебиваю говорящего.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

10.страдаю отсутствием аппетита.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

11.по утрам чувствую себя скверно.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

12.ощущаю постоянную усталость, плохо сплю, не могу отключиться от забот.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

13. испытываю беспокойство без видимых причин.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

14.даже когда сплю, не чувствую себя отдохнувшим.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

15.бывают боли в спине и шее.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

16.думаю, что у меня не в порядке сердце.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

17.когда слушаю других, барабаню пальцами по столу, качаю ногой.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

18.мне кажется, что меня не хвалят даже за действительные успехи.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

19.считаю себя во многом не хуже, а то и лучше других, но никто это не признает.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

20.мой рацион крайне не постоянен, часто не запоминаю, что ем.

а)почти никогда; б)редко; в) часто; г) почти всегда

А-1балл, Б-2 балла, В-3 балла,Г-4 бал.

**Приложение 2**

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА**

Уважаемые коллеги! Оцените, пожалуйста, предложенные критерии своей готовности по 5-балльной шкале.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Критерии | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **I. Мотивационнотворческая направленность личности** |
| **1** | Заинтересованность в творческой деятельности |  |  |  |  |  |
| **2** | Стремление к творческим достижениям |  |  |  |  |  |
| **3** | Стремление к лидерству |  |  |  |  |  |
| **4** | Стремление к получению высокой оценки деятельности со стороны администрации |  |  |  |  |  |
| **5** | Личная значимость творческой деятельности |  |  |  |  |  |
| **6** | Стремление к самосовершенствованию |  |  |  |  |  |
| **Всего** |
| **II. Креативность педагога** |
|  |  |  |  |  |  |
| **7** | Способность отказаться от стереотипов в педагогической деятельности, преодолеть инерцию мышления |  |  |  |  |  |
| **8** | Стремление к риску |  |  |  |  |  |
| **9** | Критичность мышления, способность к оценочным суждениям |  |  |  |  |  |
| **10** | Способность к самоанализу, рефлексии |  |  |  |  |  |
| **Всего** |
| **III. Профессиональные способности педагога к осуществлению инновационной деятельности** |
| **11** | Владение методами педагогического исследования |  |  |  |  |  |
| **12** | Способность к планированию экспериментальной работы |  |  |  |  |  |
| **13** | Способность к созданию авторской концепции |  |  |  |  |  |
| **14** | Способность к организации эксперимента |  |  |  |  |  |
| **15** | Способность к коррекции своей деятельности |  |  |  |  |  |
| **16** | Способность использовать опыт творческой деятельности других педагогов |  |  |  |  |  |
| **17** | Способность к сотрудничеству |  |  |  |  |  |
| **18** | Способность творчески разрешать конфликты |  |  |  |  |  |
| **Всего** |
| **IV. Индивидуальные особенности личности педагога** |
| **19** | Работоспособность в творческой деятельности |  |  |  |  |  |
| **20** | Уверенность в себе |  |  |  |  |  |
| **21** | Ответственность |  |  |  |  |  |
| **Всего:** |  |  |  |  |  |
| **Итог** |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **Обработка результатов**На основе полученных результатов делаются выводы:* о высоком уровне готовности педагога к участию в инновационной деятельности – набрано от 84 до 71 балла;
* среднем уровне – от 70 до 55 баллов;
* низком уровне – менее 55 баллов.
 |
|  |