МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «БЕРЕЗОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №2»

**Семинар – практикум**

**«Личностный потенциал: понятие, функции, подструктура, ресурсы»**



**Составитель: педагог – психолог Новикова Д.П.**

**Пгт. Березовка, 2023-2024 уч.г.**

**Цель:** Анализ личных профессиональных проблематик педагогической деятельности через призму развития личностного потенциала.

**Задачи:**

1. Информировать по теме;
2. Формирование внутренней мотивации к развитию личностного потенциала, через выявление личных проблематик профессиональной деятельности в рамках образовательной темы;
3. Способствовать развитию жизнестойкости и целеполагания через анализ профессиональной деятельности за прошедший учебный год;
4. Анализ эмоционального настроя целевой аудитории, и ее готовности к дальнейшей работе по теме, после завершения вводных семинаров.

**Материалы**: столы, стулья, доска, маркеры (мел), бумага белая А4, ручки, карандаши, МАК колоды «советы от предметов», «70 ресурсов женщины», «Магические предметы»; раздаточный материал.

**Упражнение «Квадрат эмоций»** - перед входом из зала, каждому участнику предлагается на стикере обозначить свою текущую эмоцию относительно предстоящего семинара, а затем разместить его на квадрате эмоций в зависимости от окраса и силы выраженности эмоции.

**Теоретическая часть**

**Психолог: Личностный потенциал** – это потенциал *саморегуляции,* способность успешно управлять своими ресурсами и благополучно преодолевать воздействие внутренних импульсов и давление внешней среды и действовать в согласии со своими целями и смыслами.

*Саморегуляция* – это способность, позволяющая человеку выстраивать отношения с собой и внешним миром в ***различных ситуациях***, которые можно поделить на три типа:

1. ситуация *неопределенности* (мы не знаем, что делать, мы стоим перед выбором направления собственных действий, приложения усилий);
2. ситуация достижения *цели* (нам дана цель, которой надо достичь);
3. ситуация *угрозы или давления* (нам надо сохранить себя в неблагоприятных условиях).

Личностный потенциал определяет поведение человека в ситуациях неопределенности, движения к цели, угрозы или давления: идти своим путем или подчиняться внешним требованиям и спонтанным импульсам (функция самоопределения), достигать своей цели или переживать бессилие и беспомощность (функция достижения), сохранять устойчивость или пережить травму (функция сохранения).

**Функции личностного потенциала (ЛП)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Функции саморегуляции | | |
| Самоопределение | Достижение (реализация) | Сохранение |

**Подструктуры личностного потенциала (ЛП)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Потенциал выбора и самоопределения* | *Потенциал достижения (реализации)* | *Потенциал жизнестойкости (сохранение)* |
| Способность в ситуации неопределения сделать осознанный и осмысленный выбор. | Способность в ситуации достижения какой – то цели, ощущать себя компетентным и готовым справляться, стремиться к достижению цели, планировать путь к цели и следовать ему, умение перестраиваться в случае неудачи | Способность в ситуации давления сохранять устойчивость и оптимизм, проявлять настойчивость, но быть готовым к изменениям. |

Другими словами ЛП – это способность ставить осмысленную цель, достигать цели и сопротивляться внешнему давлению.

В определении личностного потенциала указано, что он управляет ресурсами. Что же такое ресурсы? (варианты ответов + их обсуждение).

**Психолог: Ресурсы** – это средства, наличие или достаточность которых способствует психологическому благополучию и достижению целей индивида, а отсутствие или недостаточность – препятствует.

Д. А. Леонтьев выделяет пять типов ресурсов личности:

* ***Ресурсы устойчивости*** дают «субъекту чувство опоры и уверенности в себе, устойчивую самооценку и внутреннее право на активность и принятие решений» К ним относятся ценностно смысловые ресурсы;
* ***Мотивационные ресурсы*** обеспечивают человека энергией для деятельности;
* ***Ресурсы саморегуляции*** позволяют выстроить стратегии взаимодействия с миром и разными жизненными обстоятельствами в зависимости от ожиданий, возможностей и т. д.;
* ***Инструментальные ресурсы*** включают в себя как врожденные способности, так и навыки и компетенции, приобретенные в процессе деятельности. Сюда же относятся стереотипные тактики реагирования (копинг-стратегии);
* ***Ресурсы трансформации*** помогают переосмыслить события, обстоятельства, свои поступки и продолжить осмысленное движение.

**Компоненты готовности педагога к реализации задач современного образования и развития ЛП**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Компоненты готовности** | **Критерии** | **Показатели** |
| Мотивационная готовность | Благоприятный  психологический  климат, содействующий личностному развитию и успешности. Осознанное отношение к общественным  ценностям. | Создание педагогических условий для обмена мнениями и возможности  высказать собственное мнение. Предоставление права на ошибку. Направленность педагогической работы на успешность и личностное развитие обучающихся. |
| Предметно-дидактическая готовность | Постоянное профессиональное  развитие педагога в своей профессиональной области. Выстраивание системы междисциплинарных связей  и мета предметных действий. Владение культурными нормами и традициями. Отбор содержания предмета и понимание основных концепций. | Знание педагогом нормативно-правовой базы образования в целом и своей проф-ой области в частности. Педагогическая деятельность с учетом междисциплинарного и мета предметного подходов. Понимание и учет в педагогической практике социокультурных особенностей страны, региона и обучающихся своей образовательной организации. Умение сочетать когнитивные и поведенческие компоненты активности обучающихся. Владение информацией об инновациях в образовании и в своей проф. области. |
| Технологическая (операционная)  готовность | Адекватное применение методик и технологий, современных достижений педагогики и психологии. Использование альтернативных  источников информации. Вариативность методических подходов. | Гибкость в использовании технологий и инструментов в зависимости от конкретной педагогической ситуации. Использование разработанных технологий для осуществления диагностики. Использование электронных ресурсов. |
| Креативная  (творческая)  готовность | Акцент на самостоятельности  И индивидуальности. Готовность действовать в нестандартных ситуациях. Интеллектуальная  инициатива и поощрение творчества. Развитие самостоятельности и ответственности обучающихся  в образовательной деятельности. | Создание условий для генерации идей. Умение ориентироваться на ожидаемые результаты, анализировать и корректировать свои действия. Организация практической деятельности. Поощрение проектной работы обучающихся (ее отдельных элементов в работе с детьми младшего возраста), в том числе социальных проектов. |
| Рефлексивная готовность | Осмысленность педагогической  деятельности. Формулирование  проблем и видение путей их  решения. Корреляция новых задач с достигнутыми ранее результатами. | Адекватность самооценки собственных идей, предложений, опыта и т. д. Обоснованное принятие  или непринятие идей, опыта, предложений и т. д. Умение ставить и осознавать цели. Разъяснение целей и задач, ориентация на ожидаемые результаты. Выделение основного. Способность соотносить педагогические действия с образовательными целями и результатами. Развитые навыки самоорганизации. Открытость установленных правил и норм,  их конкретность и справедливость, возможность для обсуждения и изменения. Способность соотносить  тактические и стратегические действия. |
| Организационная готовность | Стимулирование познавательной деятельности  обучающихся. Открытость  и осознанность педагогических  действий. | Использование исследовательского подхода  в работе. Отказ от идеологического давления и манипулирования. Создание  условий для развития у обучающихся умения отличать факты от мнений и использовать убедительные аргументы в защиту собственной точки зрения. Выполнение действий, направленных на развитие личностных качеств, как основа построения педагогической деятельности. |
| Коммуникативная готовность | Сотрудничество и взаимодействие. Толерантность  и принятие других  точек зрения. | Установление отношений, основанных на уважении и признании достоинства личности. Умение слушать и слышать друг друга. Поощрение стремления к саморазвитию и сотрудничеству с окружающими. |
| Методическая готовность | Активность и вовлечение в деятельность. Разнообразие методических приемов и осознанность их выбора. | Создание педагогических условий для перехода обучающихся от позиции пассивных слушателей к роли активных участников. Использование активных и интерактивных методов в педагогической практике. Включение в педагогическую деятельность рассмотрения ситуаций, способствующих формированию обучающимися ответственной позиции и проявления ценностных ориентиров. |

Кроме того, с точки зрения грамотного выстраивания взаимодействия в образовании можно выделить такие значимые характеристики педагога, как:

**«Педагогический слух»** – умение понимать воспитанника и «слышать» его реакцию;

**«Педагогический ритм»** – умение объяснять, выделять существенное;

**«Педагогическая реакция**» – умение понять, когда нужно выдержать паузу, а когда необходимо реагировать сразу;

**«Педагогический такт»** – умение даже резкую критику сделать воспринимаемой, деликатность по отношению к окружающим;

**«Педагогический вкус»** – отделение значимого от второстепенного, ценного от проходного, посредственного от талантливого, банального (общеизвестного) от оригинального;

**«Педагогическая интуиция**» – готовность изменить намеченный план без анализа, предвидение развития ситуации и потенциальных проблем.

Эти качества, безусловно, можно и нужно развивать в себе, взаимодействуя с коллегами в профессиональных обучающихся сообществах, рефлексируя, наблюдая за собой и за другими, в том числе за детьми, которые могут дать обратную связь, очень важную для нашего собственного развития.

Несомненно, новые времена и новые вызовы требуют от педагога гибкости и стойкости одновременно.

Что же такое жизнестойкость? *(варианты ответов*)

**Психолог: Жизнестойкость** – это способность личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя при этом внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности. Она не дана нам от природы, это навык, который можно и нужно развивать в себе.

**Выделяют 3 компонента жизнестойкости (зафиксировать на доске)**:

1. **Вовлечённость -** активная включенность в происходящее, а не пассивное наблюдение за ситуацией;
2. **Контроль.** В любой даже самой сложной ситуации будет то, на что вы можете влиять (ваша реакция, восприятие ситуации, эмоции, мысли) и то, что вы не в силах изменить. Поэтому полезно держать фокус на том, что в ваших руках.
3. **Принятие риска** - способность действовать в ситуации неопределённости.

**Практическая часть**

**Материалы:** МАК колоды «советы от предметов», «70 ресурсов женщины», «Магические предметы»; листы белой бумаги А4, ручки, фломастеры, карандаши.

1. **МАК техника «3 кита жизнестойкости»**

**Цель:** укрепить способность выдерживать вызовы судьбы и справляться с жизнью; формирование способности эффективно действовать в сложных ситуациях.

Каждому педагогу выдается белый лист бумаги и дается инструкция: «Сформулируйте и запишите в центре листа свою актуальную проблему, связанную с педагогической деятельностью, то есть то, что на данный момент вас заботит (беспокоит больше всего)».

Теперь я предлагаю Вам посмотреть на эту проблему через призму трех компонентов жизнестойкости. Разделите лист вокруг вашей записи на 3 части и поочерёдно вытяните 3 карты – ответа и положите их в секции вокруг вашей сформулированной проблемы:

**Секция 1 «вовлечённость»** - какое восприятие этой ситуации полезно для меня? Как я могу влиять на это?

**Секция 2 «контроль»** - что в этой ситуации в моей власти и/ или в моей зоне ответственности? Что из этого я в силах взять в свои руки?

**Секция 3 «принятие риска» -** какое качество / навык поможет мне действовать в ситуации без гарантий успеха. Как я могу усилить его?

*(После выполнения задания все участники высказываются, делают выводы).*

1. **Техника "5 пальцев"**

**Цель**: Целеполагание, взращивание мотивации, анализ результатов за год.

Переверните лист и обведите на нем свою ладонь. Поставьте на каждом пальце буквенное обозначение:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Палец** | **Буквенное обозначение** | **Значение** | **Вопрос для анализа** |
| Мизинец | М | Мысли, знания, информация | * Что нового я узнал в этом учебном году? * Какие знания приобрел? * В чем возросла моя компетентность, усилился профессионализм? * Какие новые и важные идеи меня озарили? |
| Безымянный | Б | Близость к цели | * Что я сделал в этом году и чего достиг? |
| Средний | С | Состояние духа | * Каким было мое преобладающее настроение в этом году? * Что было связано с положительными эмоциями и высокой мотивацией? |
| Указательный | У | Услуга, помощь, сотрудничество | * Чем я помог другим? * Познакомился ли я с новыми людьми? * Улучшились ли мои взаимоотношения? |
| Большой | Б | Бодрость, физическое состояние | * Что я сделал для моего здоровья, поддержания физических сил? * Что позволило отдохнуть, восстановить силы? |

Теперь предлагаю каждому из Вас проанализировать произошедшее в вашей профессиональной жизни (и не только) за учебный год.

(После выполнения задания все желающие могут выступить).

**Рефлексия**

1. **Упражнение: «Аплодисменты».**

**Цель:** Поднять настроение и на позитиве завершить занятие в эмоциональном плане.

Хотелось бы закончить нашу встречу на позитиве. Хотелось бы подарить ощущение победы и оваций каждому из Вас. Можно подойти к любому участнику нашей группы и начать аплодировать. (Зал помогайте – молодчины же участницы столько преград преодолеть и сохранить позитив). Затем этот участник выбирает из группы следующего кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

1. **Упражнение «Все в твоих руках»**

**Цель:** Получение обратной связи

Перед выходом каждому участнику предлагается подойти к изображенной на ватмане ладони и оставить на одном из пальцев свое мнение (оценку, высказывание) относительно всех 3-х семинаров по заявленной теме.

1) Большой – было важным и интересным…

2) Указательный – по этому вопросу я получил конкретную информацию…

3) Средний – мне было трудно (мне не понравилось)…

4) Безымянный – моя оценка психологической атмосферы…

5) Мизинец – для меня недостаточно…

1. **Упражнение «Квадрат эмоций»** - перед выходом из зала, каждому участнику предлагается на стикере обозначить свою текущую эмоцию относительно прошедшего семинара и его темы, а затем разместить его на квадрате эмоций в зависимости от окраса и силы выраженности эмоции.