

# Диалогизация взаимодействия как основа успешного наставничества

Методист МБУ ДО «Психолого-педагогический  
центр «Помощь» г. о. Самара Сойнова С.В.

Педагог-психолог МБУ ДО «Психолого-педагогический  
центр «Помощь» г. о. Самара Гладкова А.А.

**Наставничество — это один из древнейших методов передачи опыта, представляет собой сложный симбиоз между опытным наставником и человеком, находящимся на пути личностного и профессионального роста.**

В отличие от классических методов профессионального обучения, наставничество представляет собой глубоко внутренне мотивированную форму взаимодействия и сотрудничества, в которой **оба участника** - и наставник, и его подопечный - играют **активные роли**. Этот процесс не является односторонним, а скорее представляет собой **взаимовыгодное партнерство**. Оба человека нуждаются друг в друге и находят в этом взаимодействии возможность для самореализации.

Наставник делится своими знаниями, опытом и жизненной мудростью, в то время как подопечный способствует обновлению взглядов наставника, наполняя его знания свежими идеями и новыми взглядами на мир. Это создает динамичную среду, где каждый получает возможность учиться и развиваться, при этом преодолевая преграды, укрепляя взаимное доверие и открывая новые горизонты. Наставничество — это не просто передача умений, а сложный, многослойный динамичный процесс, основанный на **взаимной заинтересованности и возможности роста для обоих участников**.

Современное наставничество охватывает ряд аспектов:

- передача знаний и опыта;
- эмоциональная поддержка.

Основное внимание уделяется созданию безопасной и доверительной атмосферы, где начинающий специалист может открыто обсуждать свои переживания и трудности, связанные с практической деятельностью. Это не только способствует развитию профессиональных навыков, но и помогает предотвращать эмоциональное выгорание, что особенно актуально в такой чувствительной профессии.

- развитие критического мышления.

Успешное наставничество способствует не только индивидуальному росту специалистов, но и повышению качества их работы.

В условиях быстро меняющегося мира и возрастающих требований к компетенциям специалистов эффективное наставничество становится неотъемлемой частью профессиональной подготовки и непрерывного личностного развития.

# Цели наставничества

Добавьте недостающее. Следует ли что либо убрать из перечисленного? **(Ваши ответы в чате и по поднятой руке)**

- Передача личного профессионального опыта
- Мобильная/оперативная корректировка профессиональных навыков специалиста
- Обучение наиболее рациональным приёмам и методам работы
- Комплексное освоение всех видов профессиональной деятельности, формирование общих и профессиональных компетенций
- Повышение мотивации специалиста к профессиональной деятельности
- Приобщение специалиста к корпоративной культуре



## Кейс №1

Перечислите личностные качества, которые, на Ваш взгляд, препятствуют занятию наставнической деятельностью.



## Возможные варианты ответов на Кейс №1

- избыточная авторитарность;
- эгоцентризм;
- тревожность, невротизм;
- стремление к гиперопеке;
- перфекционизм;
- выраженная интроверсия, замкнутость
- др

**Кандидат психологических наук, доцент института психологии и образования Казанского федерального университета Рамиль Гарифуллин:**

**«Необходимо признать, что школьные педагоги совершенно неадекватными вещами занимаются. Сейчас лежит большая пропасть между тем, что преподают подросткам, и тем, как они воспринимают реальность. И эта пропасть критична: пока дети учатся в школе, мир меняется, и образовательные учреждения не успевают давать актуальные знания молодежи, не отвечают вызовам современности. С моей точки зрения, некомфортная школьная среда, неадекватное вызовам времени образование, отсутствие эмоционального развития ученика – все это приводит к безысходности, поэтому такие дети объединяются, как наркоманы, бомжи и прочие девианты.**

## Что такое четыре «К» и в чем его актуальность?

- В 2016 году президент Всемирного экономического форума в Давосе Клаус Шваб объявил, что началась четвертая технологическая революция и в 2020 году успешными и востребованными смогут стать только люди, которые обладают 10 ключевыми навыками Soft Skills.
- **Система четырех «К» - 4 ключевых навыка**, которые необходимо сформировать у каждого специалиста
- Критическое мышление
- Креативность
- Коммуникация
- Координация (командность – умение взаимодействовать)



# Личностные качества и компетенции наставника:

## Личностные качества

- уверенность в себе
- умение оказать помощь ученику (специалисту) и прогнозировать его успехи, затруднения
- способность пробудить/поддержать интерес к педагогическому творчеству
- гибкое профессиональное мышление
- высокий профессионализм
- психолого-педагогическая компетентность
- широкая эрудиция,
- высокая общая культура, педагогическая культура, культура общения

## Компетенции наставника

- эмоциональный интеллект;
- коммуникативная компетенция (включая готовность к межпоколенческой коммуникации; владение различными стилями педагогического общения); педагогический такт;
- готовность к сотрудничеству;
- креативность, способность решать нестандартные задачи;
- умения осуществлять обратную связь.
- прогнозирование
- специальная подготовка наставников (лица с ОВЗ; дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации,
- и т. д.

# Личностные качества и компетенции наставника

## СУТЬ ПИРАМИДЫ ПОТРЕБНОСТЕЙ МАСЛОУ



Реализовать свои таланты, способности и творческий потенциал.  
Потребность в духовном росте и самосовершенствовании


Когда предыдущие три уровня закрыты, человек желает, чтобы его достижения и заслуги были признаны в обществе. Для него становится важным мнение окружающих и собственное положение в группе, к которой он принадлежит

Когда потребности в пище и убежище удовлетворены, проявляются социальные и чувственные потребности, желание общаться, любить и быть любимым, заботиться о ком-то, быть частью какого-либо сообщества

Когда самые базовые нужды удовлетворены, человек стремится обезопасить себя от внешних угроз

Необходимости, заложенные природой.  
Например: еда, вода, сон





# Личностные качества и компетенции наставника

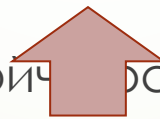
Успешное наставничество



Диалогизация взаимодействия



Речевая и психологическая компетентность



Психологическая устойчивость, сохранение ресурсного состояния

# **Психологическая устойчивость человека зависит от:**

- ❖ Особенности характера (психотип);**
- ❖ Уровня развития эмоционального интеллекта (EQ);**
- ❖ Степени сформированности личностной системы самоподдержки;**
- ❖ Наличия поддерживающего окружения (близкие, наставник, друзья и тд.).**

Эмоциональный интеллект —  
важная часть личности в целом



## ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ - EQ

**Международные научные исследования  
показывают: личностная и  
профессиональная успешность человека  
зависит:**

**на 85% от EQ**

**На 15% от IQ**





## Кейс №2

Для определения степени эффективности Вашей системы самоподдержки предлагаем Вам пройти тест на определение уровня эмоционального выгорания.

Ссылка в чате.

# Личностная система самоподдержки

## ► Стратегия № 1 Психогигиена

- **фиксирование положительных импульсов («Дневник позитива» в течение 3-х месяцев автоматизм в акцентировании на хорошем)**
- **приятное начало и конец (урока, дня и т.д.)**
- **соблюдение пропорций положительных и отрицательных факторов (аффирмации)**
  - 6:1 – жизнерадостное состояние**
  - 3:1 – уравновешенное**
- **соблюдение пропорций работы и отдыха**
- **общее расслабление с образным представлением (визуализация: дыхание на 1, 2, 3)**
- **наполнение энергией («Дерево силы и добра»)**

# Позитивное настроение

Аффирмации – краткие фразы, настраивающие на успех.

- ▣ *Сегодня мои способности и решимость – это ключ к успеху;*
- ▣ *Я радуюсь всем моим достижениям, и они приходят снова и снова;*
- ▣ *Я верю в то, что у меня все получится;*
- ▣ *Мне нравится быть успешным, и я делаю все, чтобы пережить это снова и снова;*
- ▣ *Успех пронизывает каждую клеточку моего*



## Кейс № 3

- Какие способы самоподдержки Вы используете в повседневной жизни?

Добавьте Ваши варианты в чат.

- 1. Выполнить несложные физические упражнения, проявить физическую активность.
- 2. Попробовать лечь отдохнуть, уснуть.
- 3. Выполнить дыхательные упражнения.
- 4. Послушать спокойную или другую любимую музыку.
- 5. Постараться сосредоточиться на конкретном сиюминутном моменте: посмотрев вокруг, попробовать назвать 4 предмета мебели, находящихся вокруг вас, 4 звука, которые вы можете услышать, определить цвет окружающих вас объектов, назвать то, что вы видите из окна и т.д. – всё это поможет отвлечься от волнующих мыслей, не тревожиться, а находиться «в моменте» - здесь и сейчас.
- 6. Поговорить со значимым человеком, «облегчить душу».
- 7. Приготовить и съесть что-то вкусное и полезное, пройтись по магазинам.
- 8. Заняться любимым делом (рисование, вышивание, настольные игры, уход за цветами и т.д.), посмотреть любимый фильм, почитать журнал или книгу.
- 9. Заполнить «Дневник позитива», чтобы вспомнить, что приятного случилось в вашей жизни за сегодняшний день.

# Личностная система самоподдержки

- **Стратегия № 2**  
**Конструктивное отношение к проблемам**
  - **признание проблемы, горевание (переход: зато новый опыт)**
  - **анализ причин проблемы и способов решения и отступления (французы)**
  - **прошлое ушло!**



# Как выстроить эффективный алгоритм решения проблем

## Диагностика, изучение ситуации

- Установление доверительного контакта с сотрудником
- Анализ проблемной ситуации (что происходило, какие действия осуществлялись, какие проблемы возникли, что получилось, а что нет)

## Обратная связь

- Предоставление сотруднику своего видения ситуации, выражение своей идеи, мнения или предложения относительно проблемы

## Создание плана действий


- Выработка совместно с сотрудником плана действий по преодолению проблемной ситуации

# Как выстроить эффективный алгоритм решения проблемы?

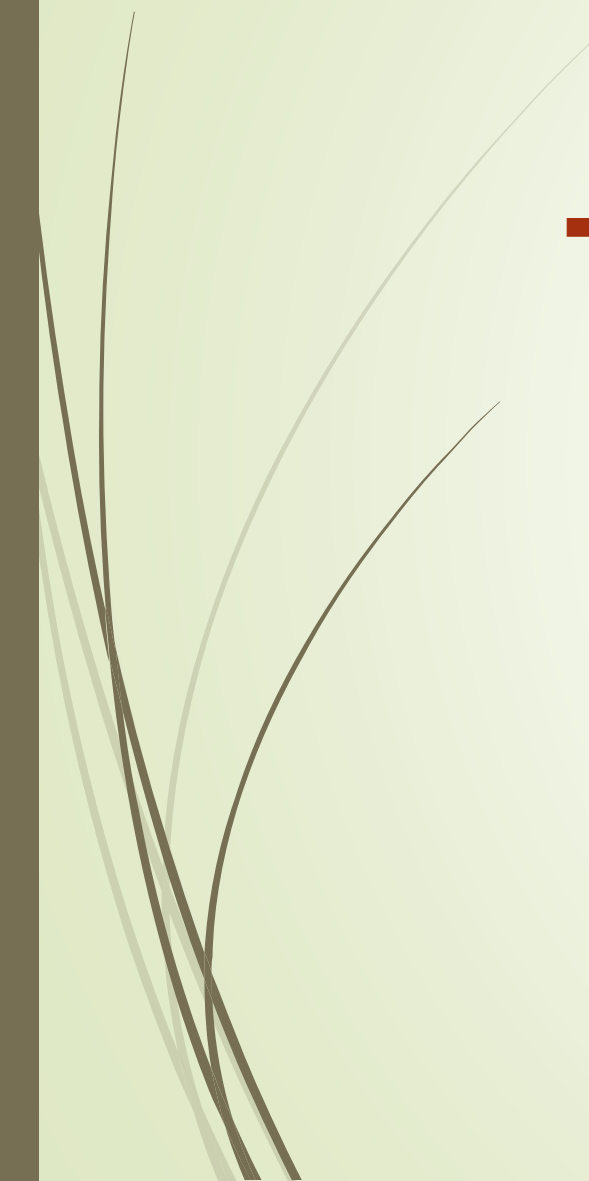
- **Попробуйте вместе определить стратегию решения проблемы: выявить необходимые пошаговые действия.**
- **Сочувствуйте (позиция не ментора, а товарища) – высказывайте сочувствие в сложных ситуациях, приводите примеры преодоления трудностей из собственной жизни. Важно объяснить, что неудача – это новый опыт, который поможет стать сильнее. Чтобы стать успешным, важно владеть надпрофессиональными компетенциями (Четыре «К»).**

## Как выстроить эффективный алгоритм решения проблемы?

- Правило зелёной ручки: при разборе сложных ситуаций обращать внимание не на промахи (красная ручка), а акцентировать внимание на достижениях, даже если они минимальны.
- Использовать приём «Зато я...» - приём переключения с негативного фактора на позитивный.



## Как выстроить эффективный алгоритм решения проблемы?

- ▶ **Правильная цель- мощный положительный фактор, стимул движения и смыслообразования. Если есть мощный отрицательный фактор (проблема), преобразуем его в цель (пример Ландау: физик Ландау был физически слабым подростком, чтобы избавиться от насмешек, он поставил цель – стать физически сильным и морально стойким, как герой романа Стендаля «Красное и черное». Наличие четкой цели помогло ему добиться больших жизненных высот.).**
- 



## Кейс №4

Мама тихого безучастного ребёнка на предложение классного руководителя обратиться за помощью к психологу отвечает, что семья самостоятельно справится с ситуацией.



# Личностная система самоподдержки

## Стратегия № 3

Наличие цели (техника СМАРТ)

**Правильная цель- мощный положительный фактор, стимул движения и смысла образования. Если есть мощный отрицательный фактор, преобразуем его в цель (пример Ландау)**

# Методики SMART

В переводе с английского «smart» означает «умный» с оттенком «хитрый», «смекалистый». Это слово является аббревиатурой, которую ввел Питер Друкер в 1954 г.

SMART содержит в себе 5 критериев постановки целей:

<b>S</b>	Specific <b>Конкретная</b>	Конкретность означает, что при постановке цели точно определен результат, который необходимо достичь.
<b>M</b>	Measurable <b>Измеримая</b>	Измеримость означает подбор критериев оценки успеха: в рублях, штуках, удачах, попугаях – как вам удобнее.
<b>A</b>	Achievable <b>Достижимая</b>	Достижимость – не значит «синица в руках», скорее, вера в достижимость цели, анализ ресурсов ее достижения.
<b>R</b>	Relevant <b>Актуальная</b>	Каждая цель должна обладать актуальностью в отношении ваших желаний. Ее не должны вам навязывать родители, супруги или друзья.
<b>T</b>	Time-bound <b>Ограниченная во времени</b>	Ограниченность по времени предполагает наличие срока реализации цели, графика этапов ее реализации.

WWW.SMARTPROGRESS.DO – СЕРВИС ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ

# Личностная система самоподдержки

## Стратегия № 4

### Умение расположить к себе оппонента

**Джек Шафер «Включаем обаяние по методике спецслужб»**

- **Совершите ошибку**
- **Поговорите с людьми о них самих**
- **Сделайте комплимент от третьего лица**
- **Не забудьте посочувствовать**
- **Попросите об одолжении**
- **Сделайте так, чтобы человек сам себя похвалил**



## Кейс №5

Учитель литературы не может справиться с семиклассником, который каждый урок поднимает руку и задаёт один и тот же вопрос: «А вы какие пельмени любите?».

## • *Подростковый возраст*

### *Социализация*

- **принятие ценностей культуры и общественных норм;**

### *Индивидуализация*

- **самоутверждение (от подвига до правонарушения);**

## ✓ *Ведущий мотив подростка:*

«Чем бы ни выделиться, лишь бы выделиться»;

«запечатлеться в другом (взрослом) мире»;

поиск пределов допустимого оказывает негативное воздействие на самосознание, порождает честолюбие, неадекватность самооценки, провоцируя конфликты в отношениях с окружающими.



## Речевая компетентность – умение строить конструктивный диалог

- Интересуйтесь мнением оппонента: «Мне интересно Ваше мнение. Что Вы об этом думаете?»
- Поощряйте поиск аргументов в разговоре: «Интересно услышать Ваши аргументы»
- Проявляйте терпимость, не прерывайте высказывание говорящего
- Не характеризуйте личность оппонента, обсуждайте и комментируйте поступки

## **Речевая компетентность – умение строить конструктивный диалог**

- Не обобщайте, говорите о конкретном случае**
- Определите зоны ответственности, давайте право выбора**
- Используйте технику «Я-высказывания» и приемы активного слушания, чтобы показать оппоненту, что вы его поняли: «Я правильно поняла? Вы считаете, что ...»**

# ТЫ-ВЫСКАЗЫВАНИЯ Я- ВЫСКАЗЫВАНИЯ

- Ты никогда меня не слушаешь!
- Что ты все время разговариваешь параллельно со мной?
- Вечно ты хамишь!
- Ты всегда ужасно себя ведешь!
- Ты всегда без спросу берешь мои вещи!
- Каждый раз на кухне беспорядок!
- Когда я вижу, что собеседник меня не слушает, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи.
- Мне сложно говорить, когда кто-то еще разговаривает одновременно со мной.
- Когда ко мне некорректно обращаются, я раздражаюсь и не хочу больше общаться.
- В данной ситуации меня расстроило такое поведение.
- Когда без спросу берут вещи, мне неприятно.
- Мне неприятно садиться за





## Кейс №6

После вызова родителей в школу  
неуспевающего по всем  
предметам младшего  
школьника отец жестоко  
избивает сына.



# Успешное наставничество

Однажды один профессор физико-математического факультета, с намерением преподать студентам запоминающийся на всю жизнь урок, написал на доске большую цифру 1 и, посмотрев на студентов, объяснил : "Это ваша человечность. Самое необходимое в жизни качество." Затем, рядом с цифрой 1 написал 0, и сказал : " А это ваши достижения, которые с человечностью увеличили вас в 10 раз."

Ещё один 0 - опыт ,с которым человек стал "100." И так, добавлял 0 за 0 - осторожность, любовь, успех...Каждый добавленный 0 в 10 раз облагораживает человека, сказал профессор.

Вдруг он стёр цифру 1, стоящую в начале ряда цифр.

На доске остались никчёмные, ничего не значащие нули...

Профессор сказал: "Если у вас не будет человечности, остальное - ничего не стоит"

# Я – НАСТАВНИК

выберите свою эмблему  
наставника, укажите номер в чате,  
дайте краткое пояснение своего  
выбора по поднятой руке



# Рефлексия

---

**Выберите любое высказывание и закончите его:  
(в чате или по поднятой руке)**

- Сегодня я узнала о себе.....
- Главные секреты наставничества – это.....
- Мне понравилось, что .....
- Больше всего оказалось трудным.....
- Я желаю вам .....
- Я желаю себе.....