



Комунальний заклад «Полтавський Палац дитячої та юнацької
творчості Полтавської міської ради»

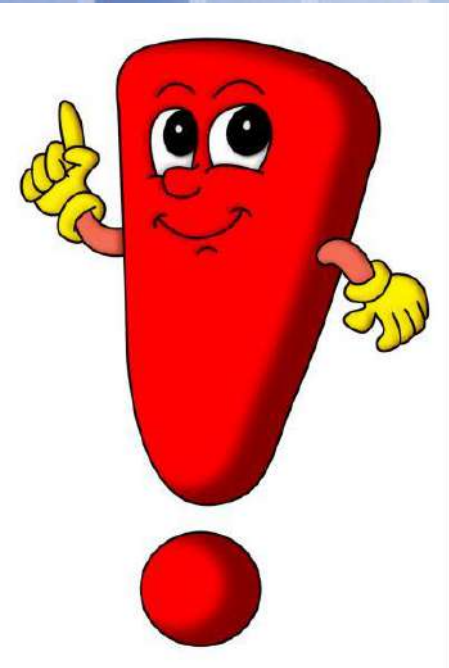
Селф-коучинг як ефективна технологія професійного розвитку педагога

Підготувала:
методист
Оксана Швець

- **Наставник** – це особа, яка передає знання та досвід.
- **Коуч** – це той, хто надихає, мотивує і підтримує відповідальність за досягнення бажаних результатів на необхідному рівні до моменту їх здійснення.
- **Тьютор** (від англ. tutor – наставник) – це педагог та персональний наставник, який допомагає не тільки краще засвоїти важку тему, але й краще зрозуміти свої інтереси, грамотно розставити пріоритети, обрати спеціальність та навчитися вчитися.
- **Модератор** - це наставник, керівник, який здійснює підтримку і організацію активної роботи групи.
- **Педагог-фасилітатор** – це організатор процесу колективного розв'язання проблем у мікрогрупах.

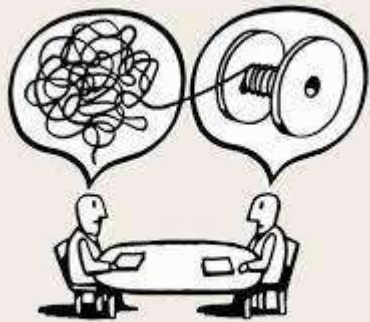


Самоосвіта



- самостійний спосіб отримання знань в певній галузі науки, мистецтва, техніки, політичного життя, культури, ремесла;
- процес добровільної та усвідомленої пізнавальної діяльності, яка проводиться за індивідуальним бажанням і мотивується особистими мотивами;
- вища форма самовираження особистості, в якій адекватно беруть участь всі фізичні і духовні сили людини; це вид творчої діяльності, в процесі якої людина, саморозвиваючись і самозмінюючись, створює не тільки духовні, але й матеріальні цінності, що володіють як об'єктивної громадської, так і суб'єктивною значимістю;
- придбання нових знань і умінь шляхом самостійної роботи над матеріалами і, відповідно, собою.

Коучинг (від англ.
coaching — тренерство)



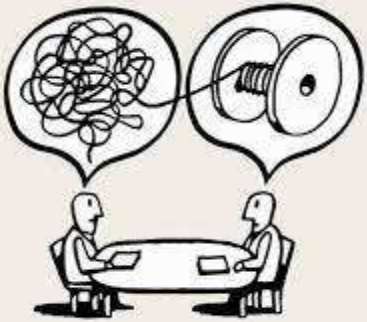
Коучинг дозволяє



Селф-коучинг (від англ. *self-coaching*) – це самонаставництво, особистісне тренування, програма професійного й особистісного розвитку.

Coaching

Педагогічний коучинг (від англ. *coaching* – наставляти, надихати, тренувати для спеціальних цілей, готувати до вирішення певних завдань) як система андрагогічних, акме-синергетичних, праксеологічних принципів і прийомів, які сприяють розвитку потенціалу особистості та групи спільно працюючих людей (команди, організації), а також забезпечують максимальне розкриття та ефективну реалізацію цього потенціалу.



Селф-коучинг (від англ. self-coaching) – технологія самонаставництва, професійної самореалізації і самовдосконалення, що ґрунтується на прийнятті відповідальності за власні думки, дії, звички і за розвиток власного професіоналізму, педагогічної творчості й майстерності.

Вікторія Сидоренко визначає такі основні завдання селф-коучингу:

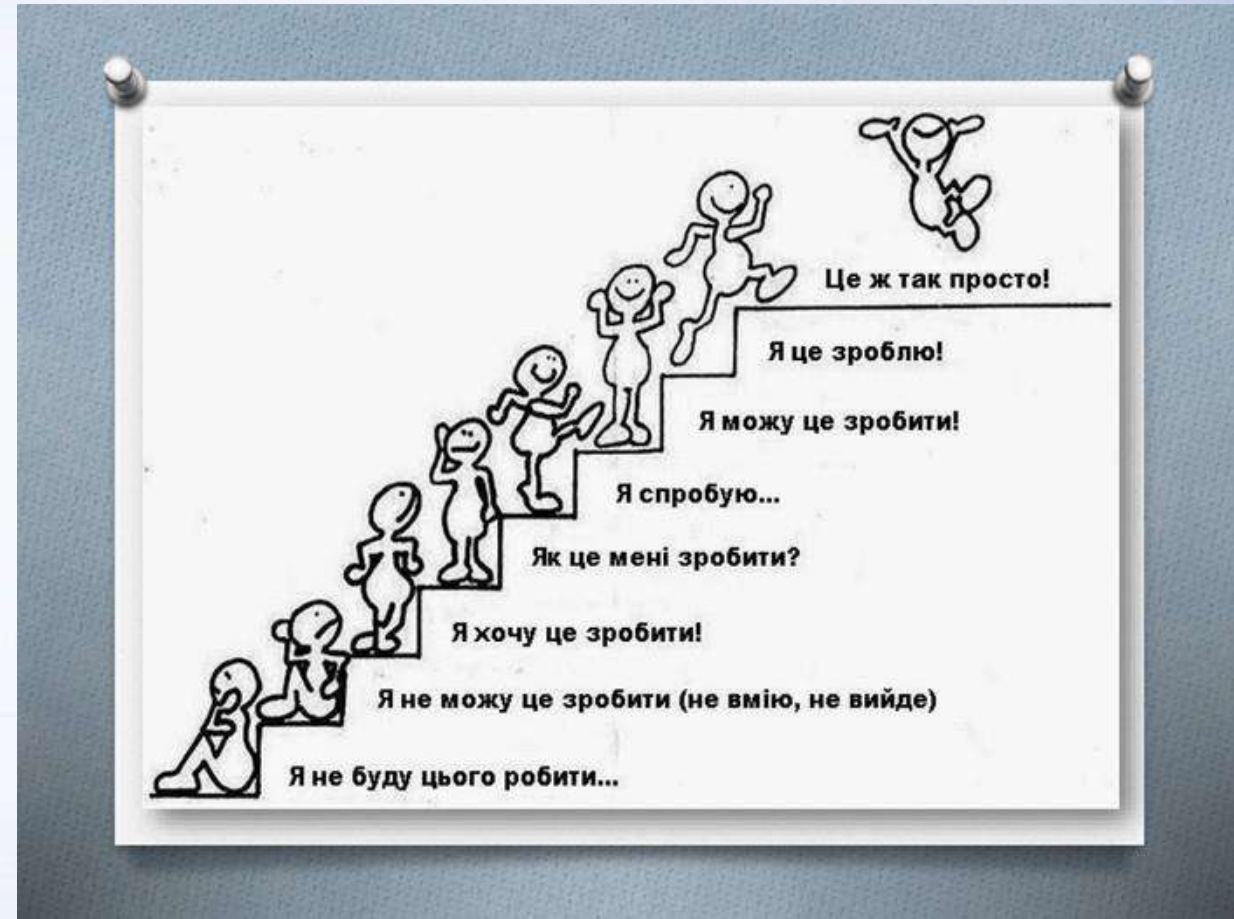
- 1) максимізація потенційних можливостей керівника;
- 2) переклад природного потенціалу в активний стан: на рівень активних творчих інноваційних дій;
- 3) усунення перешкод, у першу чергу, внутрішніх чинників (страхів, припущень, професійних стереотипів, фрустрації тощо).



Ознайомитися з курсом
можливо за QR-кодом

Переваги селф-коучингу:

- ✓ Повністю сам контролюєш коучинговий процес.
- ✓ Змінюєш свій майдсет (від англ. – mindset – склад розуму, тип мислення, образ мислення).
- ✓ Перед собою завжди чесний, відкритий.
- ✓ Безкоштовна участь.
- ✓ Сам відповідаєш за власний результат.



Знадіть себе...

МЕТОДИ СЕЛФ-КОУЧИНГУ

Метод
конкретних
ситуацій

Метод
емоційного
стимулювання

Метод створення
ситуації
пізнавальної
дискусії

«Мозаїка»

Метод проєктів

РІВНІ ПРОФЕСІЙНИХ ЗМІН ПРИ ВИКОРИСТАННІ ТЕХНОЛОГІЇ СЕЛФ-КОУЧИНГУ



*Селф-коучинг – це підхід, коли Ви є коучем,
учителем і наставником для самого себе.
Адже нікто не знає, який шлях для Вас
найвірніший.*



Джек Макані – відомий датський коуч-тренер,
автор семикрокової стратегії самокоучингу.

Сім кроків до професійного самонаставництва й успіху (за Джеком Макані)

Крок 1: авторська
позиція

- Візьміть відповідальність за своє життя на себе. Ніхто, крім вас, не винен в тому, що відбувається, і ніхто, крім вас, не змінить ваше життя.

Крок 2:
самопізнання

- Хто я, де я, про що мрію, куди прагну ... В рутині повсякденності часто виявляється, що ви - незнайома для себе людина.

Крок 3: тут і зараз

- Живіть сьогоднішнім. Не майбутнім, не минулим. Подивіться на свою реальність, що в ній хорошого і що вже зараз можна зробити / виправити покращити.

Крок 4: очищення

- Очистіть своє минуле від незавершених справ, думок, почуттів.

Крок 5: включене
серце

- Скласти свій кодекс честі і слідувати йому.

Крок 6: місія

- Сформулюйте свою місію. Опишіть своє бачення життя і його сенс.

Крок 7: посилення
Себе!

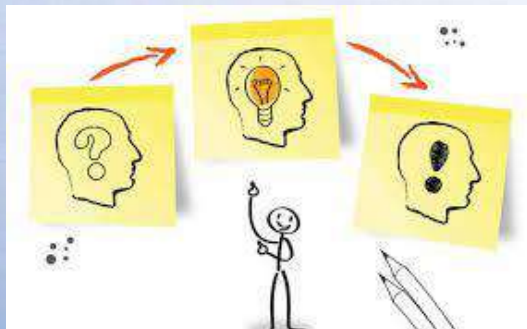
- Підсильте себе, поставте цілі, опишіть, як ви їх досягнете, усвідомте, ким ви хочете стати і яких завдань досягти.

Селф-коучинг

- потужний набір інструментів для роботи над собою, своїми завданнями та цілями, своїм майбутнім



Технологія самокоучингу – це технологія розкриття власного потенціалу та усунення внутрішніх бар'єрів за допомогою ефективних питань і виробленої стратегії педагогічних дій; засіб для визначення мети і завдань (вектора подальшого професійно-особистісного розвитку) і формування бажання (мотивації) рухатися в обраному напрямку. Самокоучинг гарантує усвідомлення, самостійність, відповідальність.



Піраміда селф-коучингу



Тест

«Оцінка реалізації потреб педагога у розвитку й саморозвитку»

Шановні колеги!

Відповідаючи на питання тесту, поставте, будь ласка, бали, що відповідають
Вашій думці:

5 – якщо дане твердження повністю відповідає дійсності

4 – скоріше відповідає, ніж ні

3 – і так, і ні

2 – скоріше не відповідає

1 – не відповідає

№	Перелік професійних знань, умінь і установок педагога	Оцінна шкала				
		1	2	3	4	5
1.	Я прагну вивчити себе					
2.	Я залишаю час для розвитку, як би не був (була) завантажений(а) справами					
3.	Перешкоди, які виникають у професійній діяльності, стимулюють мою активність					
4.	Я шукаю зворотний зв'язок із суб'єктами освітнього процесу, оскільки це допомагає пізнати й оцінити себе					
5.	Я аналізую свою діяльність, виділяючи для цього спеціальний час					
6.	Я аналізую свої почуття і досвід					
7.	Я багато читаю					
8.	Я широко дискутую з питань, що мене цікавлять					
9.	Я вірю у свої можливості					
10.	Я прагну бути більш відкритою людиною					
11.	Я усвідомлюю той вплив, що справляють на мене вихованці, колеги, батьки, адміністрація					
12.	Я керую своїм професійним розвитком і одержую позитивні результати					
13.	Я одержую задоволення від освоєння нового					
14.	Відповідальність не лякає мене					
15.	Я позитивно ставлюсь щодо просування по службі					

Підрахуйте суму балів

Від 55 балів і більше – Ви активно реалізуєте потреби у саморозвитку і самореалізації. Так тримати!

Від 36 до 54 балів – у Вас відсутня сформована система у саморозвитку і самореалізації. Під лежачий камінь вода не тече! Почніть із найпростішого: проаналізуйте, що заважає Вам рухатись вперед, що залежить від Вас, а що від вихованців, колег, адміністрації. Продумайте, як нейтралізувати ці бар'єри у своїй професійній діяльності. Заплануйте конкретні шляхи, що допоможуть побачити динаміку зростання Вашої педагогічної майстерності: відвідайте майстер-клас колеги, критично проаналізуйте своє заняття, оберіть пролонговану інноваційну модель курсової підготовки.

Від 15 до 35 балів – Ви перебуваєте в стадії зупиненого саморозвитку. Згадайте загальновідоме: «Учитель живе доти, доки він вчиться». Спробуйте виявити ті бар'єри, які заважають Вам саморозвиватись і самореалізовуватись. Дайте відповідь на запитання, чому у Вас настає педагогічне старіння? Зробіть перший крок: проведіть за новою формою, освітньою технологією заняття, виберіть інноваційну методичну тему, актуальну для Вашого гуртка, закладу і дітей, попрацюйте над плануванням розвитку самоосвітньої, методичної, комунікативної компетентності. Усе залежить тільки від Вас і Вашого бажання не зупинятися на досягнутому, А РУХАТИСЬ ТІЛЬКИ ВПЕРЕД!

Думки, що надихають

Єдиний спосіб робити свою роботу добре — це любити її. Якщо ти ще не знайшов свою улюблену справу, продовжуй шукати.

Стів Джобс

Ти повинен займатися тим, що робить тебе щасливим. Забудь про гроші або інші пастки, які заведено вважати успіхом. У тебе всього одне життя.

Карл Лагерфельд

Гарна ідея без дій - ніщо.

Будь-яка справжня освіта здобувається тільки шляхом самоосвіти.

Микола Рубакін

Формальна освіта допоможе вам вижити, а самоосвіта приведе вас до успіху.

Джимі Рон

Селф-коучинг – це інструмент для зацікавлених, енергійних, творчих, таких, що прагнуть розвиватися, вчитися, думати і діяти.

Візьміть відповідальність за
своє життя на себе. Ніхто,
крім вас, не винен в тому, що
відбувається, і ніхто, крім вас,
не змінить ваше життя.





**Дякую за
співпрацю!**