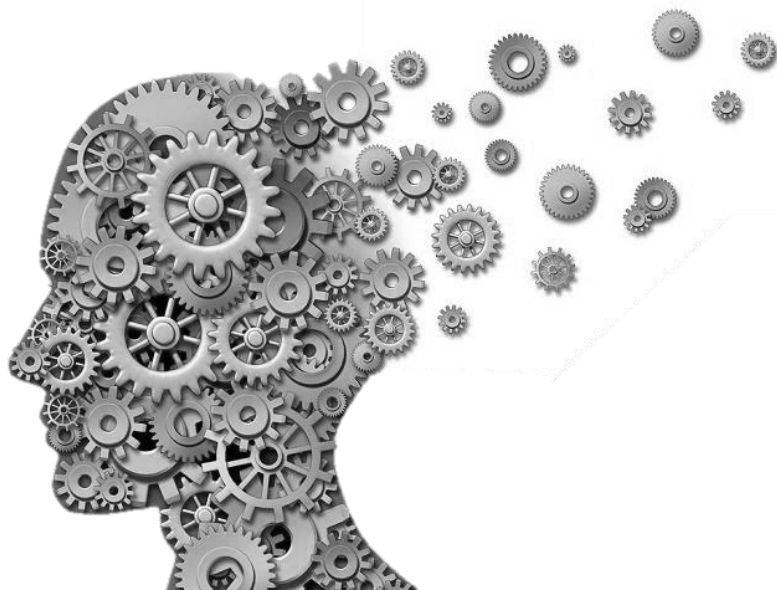


Л. И. Красноплахтова

Педагогическая техника
преподавателя высшей школы
как элемент педагогического
мастерства



МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего профессионального образования
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Л. И. Красноплахова

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ТЕХНИКА
ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ
КАК ЭЛЕМЕНТ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
МАСТЕРСТВА

Учебное пособие

Краснодар
КубГАУ
2015

УДК 378(078)
ББК 74.58
К78

Рецензенты:

Н. Б. Щетинская – заведующая кафедрой педагогики и психологии Краснодарского государственного университета культуры и искусств, канд. пед. наук;

М. Н. Кох – доцент кафедры педагогики и психологии Кубанского государственного аграрного университета, канд. психол. наук

Красноплахтова Л. И.

К78 Педагогическая техника преподавателя высшей школы как элемент педагогического мастерства: учеб. пособие / Л.И. Красноплахтова. – Краснодар: КубГАУ, 2015. – 97с.

ISBN 978-5-94672-937-6

В учебном пособии в соответствии с государственным образовательным стандартом рассматриваются основные проблемы педагогической психологии: педагогическое мастерство, педагогическая техника и ее структура. Содержится необходимый материал по совершенствованию педагогической техники, рекомендации по саморегуляции психоэмоциональными состояниями, развитию выразительности речи и формированию актерско-режиссерского мастерства как молодых, так и будущих преподавателей.

Учебное пособие предназначено для молодых преподавателей, аспирантов и магистрантов очного и заочного отделений всех факультетов.

УДК 378(078)
ББК74.58

© Красноплахтова Л. И., 2015
© ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный аграрный университет», 2015

ISBN 978-5-94672-937-6

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	4
Глава 1. Основы педагогического мастерства и педагогической техники преподавателей высших учебных заведений	6
1.1 Педагогическое мастерство, составляющие педагогического мастерства преподавателей	6
1.3 Элементы педагогической техники	18
1.4 Сущность и сферы проявления педагогического мастерства и педагогической техники	24
Глава 2. Совершенствование педагогической техники преподавателей высшего учебного заведения	29
2.1 Саморегуляция психических состояний как условие целостности профессионального развития преподавателей	29
2.2 Управление психоэмоциональными состояниями преподавателей	35
2.3 Развитие выразительности речи преподавателей	41
2.4 Формирование актерского и режиссерского мастерства преподавателя	47
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	52
ПРИЛОЖЕНИЯ	53
ГЛОССАРИЙ	85
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	92

ПРЕДИСЛОВИЕ

Результативность деятельности преподавателей высшей школы во многом зависит от профессиональной и психолого-педагогической подготовки. Специальные знания предмета и смежных с ним дисциплин, общая эрудиция – необходимые компоненты эффективной деятельности преподавателя высшей школы. Высокий профессионализм в конкретной области знаний всегда формировали авторитет и уважение преподавателей. Однако необходимым компонентом в структуре педагогической деятельности является педагогическая техника как элемент педагогического мастерства. Педагогическая деятельность требует развития определенных психофизических функций преподавателя – таких, как голос, фонационное дыхание, мимические и пантомимические возможности, пластичность движений, подвижность лицевых мышц, умение управлять своим психоэмоциональным состоянием и многих других.

Учебное пособие подготовлено в соответствии с требованиями повышения психолого-педагогической культуры молодых преподавателей высших учебных заведений, а также аспирантов и магистрантов. Особенностью учебного пособия является его комплексный характер, т.к. проблемы педагогики и психологии рассматриваются в тесном единстве. Это соответствует современным научным исследованиям в области обучения и воспитания. При создании учебного пособия использовался опыт ученых – педагогов и психологов, которые занимаются проблемами педагогической техники как элемента педагогического мастерства.

Содержание учебного пособия дополняет изданные учебники по формированию педагогического мастерства преподавателей высших учебных заведений. Оно содержит как теоретический материал по педагогическому мастерству и педагогической технике, так и материал для практического использования.

Представленное учебное пособие может использоваться молодыми преподавателями, магистрантами и аспирантами для формирования личностного и профессионального развития, для повышения эффективности учебно-воспитательного процесса и уровня педагогического мастерства.

Структура пособия соответствует требованиям повышения квалификации молодых преподавателей. Учебное пособие состоит из двух глав. В первой главе представлен теоретический материал по педагогическому мастерству и педагогической технике, а во второй – теоретический материал по психической саморегуляции и задания для формирования навыков управления психоэмоциональным состоянием, а также развитию выразительности речи и актерско-режиссерских умений преподавателей высших учебных заведений.

Формирование и развитие педагогической техники выступает неизменным условием профессионального и личностного становления молодого преподавателя.

Глава 1. ОСНОВЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА И ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНИКИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

1.1 Педагогическое мастерство, составляющие педагогического мастерства преподавателей

Качество учебно-воспитательного процесса в высшем учебном заведении в значительной степени зависит от преподавателей и их педагогического мастерства. В настоящее время усложнились характер и содержание педагогической деятельности преподавателей вузов. Это объясняется потребностями личности, общества и государства обеспечить высококвалифицированными конкурентоспособными специалистами все отрасли народного хозяйства. Для успешного решения этой задачи преподавателям необходимо не только владеть профессиональными знаниями и эрудицией в конкретных областях знаний, но и владеть приемами и технологиями передачи этих знаний студентам, обеспечить понимание и усвоение. Поэтому неотъемлемым компонентом профессиональной компетенции преподавателей высшей школы становится педагогическое мастерство, которое в значительной мере определяет уровень профессионализма и возможность успешного осуществления учебно-воспитательного процесса.

Проблемой формирования педагогического мастерства (в т.ч. и проблемой педагогической техники) занимались и занимаются ученые различных отраслей знаний – педагоги, психологи, социологи, философы и т.д. Различные аспекты педагогического мастерства разработаны в педагогике и психологии в трудах Азарова Ю. П., Гоноболина Ф. Н., Зязюна И. А., Кузьминой Н. В., Сластенина В. А., Щербакова А. Н. и др. Работы Абдулиной О. А., Александрова Н. В., Николенко

Д. Ф., Петровского А. В., Пиступова А. И., Розова В. К., Спирина В. Ф. и др. раскрывают пути совершенствования педагогического мастерства в системе существующей профессиональной подготовки педагогов.

По В. И. Далю, мастер – это особенно сведущий или искусный в своем деле. Педагог – мастер вдвойне: как глубокий знаток психологии личности и того, чему ее учить, и как человек, владеющий способами обучения и воспитания.

Внешне мастерство преподавателя выражается в успешном решении разнообразных педагогических задач, в высоком уровне организованного учебно-воспитательного процесса. Но суть его заключается в тех качествах личности педагога, которые порождают эту деятельность, обеспечивают ее успешность. И эти качества проявляются не только в умениях, но и в совокупности свойств и позиции личности, которые создают преподавателю возможность действовать продуктивно и творчески.

Педагогическое мастерство проявляется в педагогической деятельности, но к ней не сводится, оно характеризуется высоким уровнем развития специальных обобщенных умений, но это не главное. Чтобы выяснить, в чем сущность педагогического мастерства, необходимо интерпретировать понятие «педагогическое мастерство», выяснить требования к личности педагога, обеспечивающие высокую организацию педагогического процесса (а заодно и раскрывающие сущность педагогического мастерства). А. С. Макаренко подчеркивал, что мастерство педагога не является каким-то особым искусством, но это специальность, которой надо учить, как надо учить врача его мастерству, как надо учить музыканта.

Педагогическое мастерство, по мнению В. А. Сластенина, это «сплав» интуиции и знаний, подлинно научного, авторитетного руководства, способного преодолевать воспитательные трудности, и чувствовать состояние психики учащихся.

Системное представление о педагогическом мастерстве как об обязательном элементе профессиональной компетен-

ции учителей и как самостоятельной учебной дисциплине в педагогическом вузе сформулировал и ввел в практику подготовки специалистов И. А. Зязюн [28]. Многие его идеи вполне применимы и к сущности мастерства педагога высшей школы, поскольку предполагают наличие профессионального подхода и умения эффективно решать самые различные педагогические задачи. Это касается как успешной организации учебно-воспитательного процесса, так и рационального достижения планируемых результатов. Сущность педагогического мастерства состоит в гармоничном сочетании глубоких профессиональных знаний, понимания природы и психологии преподавательской деятельности и владения ее приемами и технологиями с определенными личностными качествами, которые порождаются и развиваются этой деятельностью и обеспечивают ее эффективность [19, 20]

Н. В. Кузьмина и Н. В. Кухарев понимают под педагогическим мастерством наивысший уровень педагогической деятельности, который проявляется в том, что за отведенное время педагог достигает оптимальных результатов [19].

А. И. Щербаков раскрывает сущность педагогического мастерства и подчеркивает, что оно предусматривает собой синтез научных знаний, умений и качеств методического искусства и личностных качеств педагога [47].

Важнейшими профессиональными качествами педагога, по мнению И. П. Подласого [34], являются трудолюбие, трудоспособность, дисциплинированность, ответственность, умение поставить цель, выбрать пути ее достижения, организованность, настойчивость, систематическое и планомерное повышение своего профессионального уровня, стремление постоянно повышать качество своей работы и другие.

К личностным качествам педагога он относит человечность, терпеливость, порядочность, честность, ответственность, справедливость, обязательность, объективность, щедрость, доброту, высокую нравственность, оптимизм, эмоциональную уравновешенность, потребность в общении, интерес к жизни воспитанников, доброжелательность, самокритич-

ность, дружелюбие, скромность, достоинство, патриотизм, религиозность, принципиальность, чуткость, эмоциональную культуру и многие другие [35].

Профессионализм, современного преподавателя высшей школы включает следующие основные составляющие:

- профессиональная компетенция в конкретной области знаний обеспечивает возможность качественного преподавания дисциплин с учетом последующих достижений науки и техники, а также использование результатов своих собственных исследований;
- нравственные принципы и убеждения способствуют выполнению преподавателем гражданского нравственного долга, выполнению обязательств по повышению престижа вуза;
- педагогическое мастерство преподавателей позволит готовить высококвалифицированных специалистов на основе комплексного личностно-, знаниево-, деятельностного, ориентирования учебно-воспитательного процесса;
- общая и профессиональная культура преподавателя предполагает уважительное отношение педагога к своей деятельности, повышенную ответственность за обеспечение ее качества и результатов;
- мировоззренческие позиции и философия современного образования означает четкое видение и понимание современных социальных требований к системе образования и основных тенденций их развития, которые определяются перспективными потребностями общественного производства.

Современный преподаватель высшего учебного заведения должен понимать основные психолого-педагогические проблемы, владеть педагогическими понятиями, основных составляющих педагогического процесса, т.е. постоянно повышать свое педагогическое мастерство.

Педагогическое мастерство, по мнению ученых, как целостное явление складывается из многих компонентов. Первый из них – *система целей, ориентиров и стимулов*. Цели делают осмысленной всю педагогическую деятельность и связывают все остальные ее компоненты в единое целое. Систему идей гуманистического воспитания определяет единый общечеловеческий и нравственно-эстетический идеал – всестороннее развитие личности и всех ее сущностных сил. Преподавателю необходимо четко представлять себе основные направления гражданского, мировоззренческого, политехнического, правового, трудового, умственного и экологического воспитания в их практическом взаимодействии.

Второй важнейший компонент педагогического мастерства – *глубокие знания о личности учащегося, накопленные педагогической психологией, социологией и физиологией*. Для успешной педагогической деятельности необходимы рекомендации смежных наук, разрабатываемые в этом направлении.

Третий компонент – *этико-эстетические принципы организации взаимоотношений с воспитанниками*. Общепедагогические принципы обучения и воспитания могут быть реализованы в практике педагогических отношений только личностью преподавателя через его этико-эстетические качества. Поэтому общечеловеческие нормальные свойства личности преподавателя необходимо дополнить, расширить и возвысить до уровня педагогической этики.

Четвертый компонент педагогического мастерства предполагает *знание педагогом социологических характеристик людей и их взаимоотношений в группе*.

Пятый компонент педагогического мастерства – *сведения из области искусствознания, сценического искусства и искусства звучащего слова*. Мастерство движения, жестов, интонаций, мимики и поведения, опирающееся на рекомендации сценического искусства, состоит в том, чтобы с учетом психологии восприятия жизни студентами, оказать на них эффективное педагогическое воздействие.

Сущность педагогического мастерства преподавателя высшей школы определяют качества и особенность его личности. Педагогическая деятельность требует развития следующих *волевых качеств*:

а) целеустремлённости, порождающей творческую активность

б) самообладания – умения владеть собой, преодолевать робость, страх, смущение

в) настойчивости, которая выражается, прежде всего, в неуклонной требовательности и умении последовательно добиваться точного выполнения своих требований

г) терпения, обеспечивающего готовность объяснить несколько раз, без раздражения

д) решительности, позволяющей находить наиболее эффективные способы воздействия, не теряться в сложной обстановке

е) инициативности, проявляющейся в стремлении совершенствовать содержание и формы своей деятельности

ж) организованности, являющейся условием планомерности воспитательного воздействия.

Кроме того, настоящий педагог-мастер должен проявлять следующие *способностей* в своей деятельности:

а) способность делать учебный материал доступным

б) творчество в работе

в) педагогически волевое влияние на студентов

г) способность организовывать коллектив студентов

д) уважение к студентам.

Педагогическое мастерство выражается в совершенном владении методами и приемами, всем арсеналом педагогических умений и навыков, обеспечивающих практическое воплощение педагогических способностей в процессе формирования личности студента. Педагогическая техника состоит из повторяющихся, применяемых в разнообразных ситуациях приемов мастерства, превращенных в привычные профессиональные действия, из способов организации деятельности, общения, воздействия. Организованная совокупность техни-

ческих приемов, их целенаправленное, систематическое и последовательное применение в учебно-воспитательном процессе в целях отработки у студентов прочных знаний, умений, навыков, а также личностных свойств и качеств условно может быть названа технологическим процессом.

Преподаватель высшего учебного заведения накапливает огромный личный опыт педагогической деятельности и должен пройти определенные ступени, уровни профессионального роста.

Первый уровень – педагогический профессионализм, подразумевает достаточную (соответствующую требованиям государственного образовательного стандарта) теоретическую и практическую подготовленность педагога к осуществлению учебно-воспитательной деятельности на должном профессиональном уровне.

Второй уровень – педагогическое мастерство характеризуется высоким уровнем самоорганизации и профессиональной деятельности, т.е. не что иное, как доведенный до высокой степени совершенства педагогический профессионализм. Высокая эффективность учебного процесса обеспечивается «отшлифованностью» методов и приемов применения психолого-педагогической теории на практике.

Третий уровень – педагогическое творчество содержит элемент определенной новизны, которая чаще всего связана не только с продуцированием новых идей, столько с видоизменением, модернизацией приемов учебно-воспитательной работы.

Четвертый уровень – педагогическое новаторство – высший уровень профессиональной деятельности педагога – органически включает в себя выдвижение и реализацию новых, прогрессивных идей, принципов, методов, приемов и т.д. в педагогический процесс. Новаторство носит отнюдь не частый характер, оно оказывает влияние на всю систему обучения и воспитания [43].

Педагогическое мастерство преподавателя высшей школы достаточно высокий уровень профессиональной деятель-

ности, позволяющий достигать самого высокого уровня – педагогическое новаторство.

Таким образом, значение педагогического и мастерства, техники и технологии заключается в том, что они являются тем единственным каналом, благодаря которому обеспечивается эффективное претворение в жизнь открытых педагогикой и психологией законов, принципов, правил, осуществляется действенное, целенаправленное обучение и воспитание студентов.

Вопросы для самоконтроля

1. От чего преимущественно зависит качество учебно-воспитательного процесса?
2. Что понимается под педагогическим мастерством преподавателя вуза?
3. Как внешне проявляется педагогическое мастерство преподавателя?
4. В чем заключается сущность педагогического мастерства преподавателя?
5. Что включает профессионализм преподавателя?
6. Из каких компонентов складывается педагогическое мастерство преподавателя?
7. Развитие каких волевых качеств требует педагогическая деятельность?
8. Назовите уровни профессионального роста преподавателя.
9. Дайте характеристику каждому уровню профессионального роста преподавателя.

1.2 Понятие и структура педагогической техники

Вникая в секреты успехов педагогов-мастеров, можно обнаружить отточенность приемов педагогического воздействия, искусную постановку и решение самых разнообразных

практических задач. Важная роль здесь принадлежит специальным умениям: мобилизовать студентов на интенсивную познавательную деятельность, ставить вопросы, общаться с коллективом и отдельной личностью, вести наблюдения, организовывать коллектив, владеть своим настроением, голосом, мимикой, движением. А. С. Макаренко говорил, что воспитанники воспринимают душу и мысли педагога не потому, что знают, что у него в душе, а потому, что видят, и слушают его.

Педагогическая техника способствует гармоническому единству внутреннего содержания деятельности преподавателя и внешнего его выражения. Мастерство педагога проявляется в синтезе духовной культуры и педагогически целесообразной внешней выразительности.

Отечественная педагогическая наука отводит педагогической технике служебную роль, и не сводит к ней сущность педагогического мастерства. Однако, пренебрежение техникой, а овладение ею превращает ее в тонкий инструмент решения важных педагогических задач.

Педагогическая техника – это тот комплекс умений, который позволяет преподавателю через то, что видят и слышат студенты, донести до них свои мысли и чувства. Педагогическая техника образуется комплексом общепедагогических умений, необходимых преподавателю как в учебной, так и во внеучебной деятельности. Какие же умения включает педагогическая техника? Какова их роль в педагогическом взаимодействии? Прежде всего, в качестве элемента педагогической техники следует назвать речевые умения преподавателя, т.е. умения говорить грамотно, красиво и понятно, выразительно интонировать свою речь, точно выражать в слове свои мысли и чувства. Другим элементом педагогической техники является мимическая и пантомимическая выразительность педагога. Точный жест, выразительный взгляд, поощряющая или ироническая улыбка нередко оказываются в педагогическом взаимодействии более эффектив-

ными средствами общения, чем многословные пояснения или замечания.

В понятие «педагогическая техника» принято включать две группы компонентов.

Первая группа компонентов связана с умением преподавателя управлять своим поведением: владение своим организмом (мимика, пантомимика); управление эмоциями, настроением (снятие излишнего психического напряжения, создание творческого самочувствия); социально-перцептивные способности (внимание, наблюдательность, воображение); техника речи (дыхание, постановка голоса, дикция, темп речи).

Вторая группа компонентов педагогической техники связана с умением воздействовать на личность и коллектив и раскрывает технологическую сторону процесса воспитания и обучения: дидактические, организаторские, конструктивные, коммуникативные умения; технологические приемы предъявления требований, управления педагогическим общением, организации коллективных творческих дел и пр.

Немаловажную роль в педагогическом взаимодействии играют умения преподавателя управлять своим психоэмоциональным состоянием, поддерживать у себя оптимальный уровень творческого напряжения и оптимистический, доброжелательный настрой, организовывать свой эмоциональный отдых. Эти умения обеспечивают педагогу профессиональный самоконтроль, помогают, в течение многих лет сохранять здоровую нервную систему, избегать нервных срывов, психоэмоциональных и интеллектуальных перегрузок.

Для организации эффективного педагогического взаимодействия педагогу необходимо овладеть элементами актерско-режиссерских умений, которые помогут ему в общении с воспитанниками производить впечатление не только на ум, но и на чувства студентов, наиболее полно передавать им опыт эмоционально-ценностного отношения к миру.

Таким образом, в непосредственном взаимодействии со студентами именно эти умения преподавателя (или их отсут-

ствие) проявляются в его поведении. Их имел в виду и А. С. Макаренко, когда писал, что воспитатель должен уметь так себя вести, чтобы каждое его движение воспитывало.

Неисчерпаемое разнообразие педагогических ситуаций требует от преподавателя творческого поведения. Педагогическая техника и есть тот комплекс умений преподавателя, который способствует его оптимальному творческому поведению, иначе говоря – эффективному взаимодействию со студентами в любых педагогических ситуациях.

Развитая педагогическая техника помогает преподавателю глубже и ярче выразить себя в педагогической деятельности, раскрыть во взаимодействии с учащимися все лучшее, профессионально значимое в его личности. Совершенная педагогическая техника освобождает время и силы преподавателя для творческой работы, позволяет в процессе педагогического взаимодействия не отвлекаться от общения со студентами на поиски нужного слова или объяснение неудачной интонации. Преподаватель, владеющий педагогической техникой, не мучается от потери голоса или неумения отвлечься от каких-то своих, не связанных с работой переживаний. Следовательно, овладение педагогической техникой может и должно привести к росту удовлетворенности преподавателя своей профессиональной деятельностью.

Умения педагогической техники необходимо рассматривать в комплексе. Каковы же общие особенности этих умений, которые обеспечивают их единство?

Прежде всего отметим общую для всех умений педагогической техники область применения – непосредственное взаимодействие преподавателя со студентами. Именно это делает проявление умений педагогической техники в значительной мере ситуативным, спонтанным, можно сказать – импровизационным. Развитая педагогическая техника позволяет преподавателю во взаимодействии со студентами быстро и точно найти нужное слово, интонацию, взгляд, жест, сохранять спокойствие и способность к ясному мышлению, анализу в самых острых и неожиданных педагогических ситуациях.

ях. Кроме того, в реальном педагогическом взаимодействии все умения преподавателя в области педагогической техники проявляются одновременно. Речь сопровождается жестами, мимикой, движением, непрерывное самонаблюдение дает возможность успешно корректировать отбор выразительных средств и т.д.

Другая важная особенность умений педагогической техники состоит в том, что все они носят выраженный индивидуально-личностный характер, т. е. формируются на основе индивидуальных психофизиологических особенностей преподавателя. Индивидуальная педагогическая техника существенно зависит от возраста, пола, темперамента, характера преподавателя, состояния здоровья, анатомо-физиологических особенностей.

Тесная связь умений педагогической техники с индивидуально-личностными особенностями преподавателя проявляется не только в индивидуальной окрашенности этих умений, но и в том, что их формирование и развитие оказывает прямое воздействие на личность преподавателя. Как уже было отмечено выше, умения педагогической техники ситуативно, сиюминутно проявляются в поведении преподавателя. В этом смысле овладение этими умениями может рассматриваться как одно из средств организации педагогически целесообразного поведения преподавателя. Формирование педагогической техники оказывает развивающее воздействие и на более глубинные качества личности. Так, работа над выразительностью, чистотой, грамотностью речи дисциплинирует мышление. Овладение приемами саморегуляции психической деятельности ведет к развитию эмоциональной уравновешенности как черты характера и т.п.

Третьей важной особенностью умений педагогической техники является то, что именно через эти умения в педагогическом взаимодействии наиболее полно раскрываются студентам нравственные и эстетические позиции преподавателя. Будет справедливым сказать, что уровень сформированности умений педагогической техники в значительной мере отра-

жает уровень общей культуры преподавателя, так сказать, педагогический потенциал его личности. Если речь преподавателя бедна и неряшлива, если он по всякому поводу дает волю своим эмоциям, отличается дурным вкусом, эстетической глухотой, то самые «правильные» слова и самые «нужные» мероприятия не окажут воздействия ни на ум, ни на чувства студентов.

Итак, накопленный учеными опыт о педагогической технике и современные требования к учебно-воспитательному процессу делают очевидной необходимость овладения составляющими ее умениями для каждого преподавателя высшей школы.

Вопросы для самоконтроля

1. Что понимается под педагогической техникой преподавателя вуза?
2. Чему способствует педагогическая техника?
3. Какие умения преподавателя включает педагогическая техника?
4. Какова роль педагогической техники в педагогическом взаимодействии преподавателя и студентов?
5. Какие группы компонентов принято включать в понятие «педагогическая техника»?
6. Каковы результаты овладения преподавателями педагогической техникой?
7. Что составляет общую особенность педагогической техники преподавателя?
8. Почему педагогическая техника преподавателя носит выраженный индивидуально-личностный характер?

1.3 Элементы педагогической техники

Педагогическая техника включает в себя комплекс умений, необходимых преподавателю в учебно-воспитательном

процессе. Основными элементами педагогической техники являются: управление своим психоэмоциональным состоянием, техника речи, мимическая и пантомимическая выразительность и т.д.

Один из элементов педагогической техники – это управление своим психоэмоциональным состоянием, поддержание оптимального уровня психоэмоционального напряжения, организация психоэмоционального отдыха в педагогическом взаимодействии.

У преподавателя, как и у всякого человека, главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настраиваться на совместную деятельность и общение. Замечательным, например, является тот факт, что люди, принадлежащие разным культурам, способны безошибочно воспринимать и оценивать выражения человеческого лица, определять по нему такие эмоциональные состояния, как радость, гнев, печаль, страх, отвращение, удивление.

Для преподавателя весьма важно не только владеть своими чувствами, внешне сдерживаться, но и уметь в какой-то мере управлять возникновением и течением различных психоэмоциональных состояний, добиваться положительной окраски переживаний. Ведь даже к конфликтным ситуациям можно относиться по-разному. Это во многом зависит от установок каждого конкретного человека.

Следующим элементом педагогической техники является мимическая и пантомимическая выразительность преподавателя. Выразительный взгляд, точный жест, улыбка часто оказываются наиболее эффективными в педагогическом взаимодействии.

Мимика – искусство выражать свои мысли, чувства, настроения, состояния движением мускулов лица. Нередко выражение лица и взгляда оказывает на студентов более сильное воздействие, чем слова. Жесты и мимика, повышая

эмоциональную значимость информации, способствуют лучшему ее усвоению.

Студенты «читают» лицо преподавателя, угадывая его отношение, настроение, поэтому лицо должно не только выражать, но и скрывать чувства. Не следует нести в аудиторию маску домашних забот, неурядиц. Нужно показать на лице и в жестах лишь то, что относится к делу, способствует осуществлению учебно-воспитательных задач.

Конечно, выражение лица должно соответствовать характеру речи, отношений. Оно, как и весь внешний облик, должно выражать уверенность, одобрение, осуждение, недовольство, радость, восхищение, безразличие, заинтересованность, возмущение в десятках вариантов. Широкий диапазон чувств выражает улыбка, свидетельствующая о духовном здоровье и нравственной силе человека. Выразительные детали мимики – брови и глаза. Поднятые брови выражают удивление, сдвинутые – сосредоточенность, неподвижные – спокойствие, равнодушие, находящиеся в движении – восторг.

Наиболее выразительны на лице человека глаза. К. С. Станиславский писал, что пустые глаза – зеркало пустой души. Преподавателю следует внимательно изучить возможности своего лица, уметь пользоваться выразительным взглядом, стремиться избегать чрезмерной динамичности лицевых мускулов и глаз («бегающих» глаз), а также и безжизненной статичности («каменное» лицо).

Для развития ориентировки в осознании собственного поведения и поведения студентов полезно знакомство с эталонами, представленными в работах психологов. Вот, например, эталон поведения в состоянии радости: улыбка, глаза сияют, чрезмерно жестикулирует, многословен, желание помочь другому. Эталон поведения в состоянии страха: глаза расширены, поза застывшая, брови приподняты, голос дрожит, лицо искажено, взгляд бегающий, движения резкие, тело дрожит.

Взгляд преподавателя должен быть обращен к студентам, создавая визуальный контакт. Надо избегать обращения к стенам, окнам, потолку. Визуальный контакт является техникой, которую необходимо сознательно развивать. Нужно стремиться держать в поле зрения всех студентов.

Пантомимика – это движение тела, рук, ног. Она помогает выделить главное, рисует образ. Посмотрим на преподавателя, вдохновенно объясняющего учебный материал. У него органически слиты движения головы, шеи, рук, всего корпуса.

Красивая, выразительная осанка преподавателя выражает внутреннее достоинство личности. Прямая походка, собранность говорят об уверенности педагога в своих силах, знаниях. В то же время сутулость, опущенная голова, вялые руки свидетельствуют о внутренней слабости человека, его неуверенности в себе.

Преподавателю необходимо выработать манеру правильно стоять перед студентами на лекции и практическом занятии (ноги на ширине 12-15 см, одна нога немного выдвинута вперед). Все движения и позы должны привлекать студентов своим изяществом и простотой. Эстетика позы не терпит плохих привычек: покачивания взад-вперед, переминания с ноги на ногу, привычки держаться за спинку стула, вертеть в руках посторонние предметы, чесывать голову, потирать нос, дергать себя за ухо. Жест преподавателя должен быть органичным и сдержанным, без резких широких взмахов и острых углов. Предпочтительны круглые жесты и скупая жестикуляция. Различают жесты описательные и психологические. Описательные жесты изображают, иллюстрируют ход мыслей. Они менее нужны, но встречаются часто. Гораздо важнее психологические жесты, выражающие чувства. Например, говоря: «Будьте добры», мы поднимаем кисть руки на уровень груди ладонью кверху, чуть подавая ее от себя.

Следует учесть, что жесты, как и другие движения корпуса, чаще всего предупреждают ход высказываемой мысли, а не следуют за ней.

Выработке правильной осанки помогают занятия спортом, специальные приемы: представить себя стоящим на цыпочках, постоять у стены и пр.; очень важен самоконтроль преподавателя, умение взглянуть на себя со стороны, глазами студентов в первую очередь.

Чтобы общение было активным, следует иметь открытую позу: не скрещивать руки, повернуться лицом к аудитории, уменьшить дистанцию, что создает эффект доверия. Рекомендуются движения вперед и назад по аудитории, а не в стороны. Шаг вперед усиливает значимость сообщения, помогает сосредоточить внимание аудитории. Отступая назад, говорящий как бы дает отдохнуть студентам.

В качестве элемента педагогической техники следует назвать речевые характеристики преподавателя, позволяющие ему грамотно, понятно и выразительно интонировать свою речь и точно выразить свои мысли.

Процесс восприятия и понимания речи преподавателя студентами тесно связан со сложным процессом учебного слушания, на которое, по подсчетам ученых, приходится приблизительно $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ часть учебного времени. Поэтому ясно, что процесс правильного восприятия студентами учебного материала зависит от совершенства речи преподавателя.

Студенты особенно чутки к речевым данным преподавателя. Неправильное произношение каких-либо звуков вызывает у них смех, монотонная речь нагоняет скуку, а неоправданная интонация, громкая патетика в задушевной беседе воспринимаются, как фальшь и вызывают недоверие к преподавателю.

Некоторые считают, что и голос, и его тембр – только природный дар человека. Но современная экспериментальная физиология утверждает, что качество голоса можно коренным образом улучшить. История также свидетельствует о поразительных последствиях самоусовершенствования человека в данном направлении. Вспомним о Демосфене и о том, как он, преодолев свои физические недостатки, стал выдающимся политическим оратором древней Греции. Таким же

образом готовил себя к публичным выступлениям и 20-летний В. В. Маяковский, который, набирая в рот камешки, произносил речи на берегу шумной реки Риони.

Но методика Демосфена не лучшая для выработки ораторской техники. Она пример для нас в том плане, насколько важную роль играют большое желание, сильная воля человека и регулярность занятий. Сегодня разработана система упражнений по технике речи, которая, опираясь главным образом на опыт театральной педагогики, и представляя собой комплекс навыков в речевом дыхании, голосообразовании и дикции, позволяет преподавателю донести до студента все богатство содержания своего слова.

Педагогическая техника способствует гармоническому единству деятельности преподавателя высшей школы и внешнего его восприятия.

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите основные элементы педагогической техники преподавателя вуза.
2. Раскройте содержание одного из элементов педагогической техники – «управление своим эмоциональным состоянием».
3. Дайте характеристику элемента педагогической техники «мимическая и пантомимическая выразительность преподавателя»
4. Каково содержание элемента педагогической техники – «речевые характеристики преподавателя»?
5. Чему способствует развитая педагогическая техника преподавателя вуза?

1.4 Сущность и сферы проявления педагогического мастерства и педагогической техники

Воплощение педагогического искусства в жизнь невозможно без овладения преподавателем педагогическим мастерством, техникой и технологией педагогического действия. Мастерство материализуется в умениях и навыках, через овладение способами и приемами педагогического труда. Они становятся неотъемлемой частью привычного педагогического сознания, отработанными, привычными действиями, гарантирующими положительный результат в воспитании и обучении студентов. Стремясь к мастерству, преподаватель практически отработывает навыки организации, общения, отношения и взаимодействия со студентами. Совершенствование мастерства требует от преподавателя сознательного контроля за своими психическими состояниями, поступками, тщательного анализа событий, развития педагогической интуиции, умения быстро оценивать ситуацию, чувствовать состояние студентов, принимать оперативные решения.

Преподаватель в учебно-воспитательном процессе проявляет, и реализует себя, по крайней мере, в 3-х сферах педагогической деятельности: организационной, сфере общения и взаимодействия со студентами и в воздействии на них. Поскольку каждый из этих видов педагогической деятельности, имеет свою специфику, педагогическое мастерство приобретает определенное своеобразие.

В педагогической деятельности приходится постоянно сталкиваться с организационными проблемами. Для того чтобы содержание совместной, преподавателя и студентов, деятельности воплотилось в жизнь и были достигнуты эффективные результаты, необходима четкая организация занятий. Педагогическая организация начинается с общего замысла, общего представления о целях, содержании, путях исполнения задуманного дела и его предполагаемых резуль-

татах. Преподаватель в воображении заранее «проигрывает», «прокручивает» сценарий занятий, предвидит основные события, и прогнозирует неожиданные повороты во время занятий. Словом, для того чтобы педагогическая организация содержания деятельности воспитанников была успешной, педагогу заранее необходимо иметь в своем сознании образ, своеобразную, идеальную модель ее реализации.

Другой важной сферой педагогического мастерства и воспитательной культуры является *мастерство общения*. Деятельность студентов и их общение – главные «рычаги» воспитания. Общение представляет собой основной канал содержательного взаимодействия студентов между собой и с преподавателями. Педагогическое общение существует как органическое единство содержания и его формы. Общение, чтобы быть воспитательно-полезным и действенным, должно быть содержательным. Содержательность всегда есть главное в общении. Педагогическое общение может быть деловым, осуществляющимся в ходе учебно-воспитательного процесса. Его содержание определяется различными учебно-воспитательными программами (например, отделений ФОП, секций, мероприятий и т.д.)

Третьей важнейшей сферой педагогического мастерства и культуры является *мастерство воздействия, взаимодействия, стимулирования и торможения деятельности студентов*. Практически всем своим поведением преподаватель воспитательно воздействует на студентов. Но когда преподаватель сознательно направляет и корректирует их поведение, стимулирует или тормозит деятельность с помощью методов и приемов, в отношении включается целенаправленное педагогическое воздействие, требующее огромного внимания, тонкости, культуры и подлинного мастерства.

Каждый из названных 3-х путей воздействия имеет множество нюансов и разновидностей способов и приемов. Например, приемом мастерства убеждения является педагогическое увещивание – опосредованное, косвенное обращение к сознанию студента в целях изменения образа мыслей,

мотивов поведения путем воздействия на чувство совести, возбуждения чувств ответственности, вины, жалости, отвращения, достоинства, чести. Или прием педагогического наставления – доброжелательный, заинтересованный рассказ студентам о жизненном опыте, нравственных правилах, мудрых советах, жизненных наблюдениях, помогающих в затруднительных для них положениях, ситуациях, случаях. Или педагогическое поучение – монологическое, типа проповеди, изложение студентам системы нравственных идей, направляющих поведение и деятельность в определенное русло. Или педагогическое привлечение – воздействие на насущные потребности студентов в пище, одежде, красоте, материальных и духовных ценностях, в целях побуждения их к жизненно необходимым делам, поступкам. Названные технические способы и приемы мастерства воздействия убеждением дают возможность понять всю многогранность мастерства преподавателя, недопустимость однообразия и формализации приемов стимулирования или торможения деятельности и поведения студентов.

Овладение педагогической культурой, техникой и мастерством, применение методов и форм воспитания, умением мастерского воздействия на студентов в самых разнообразных жизненных случаях и ситуациях требует от преподавателя развития в себе способности быстрого, глубокого и точного анализа возникшей ситуации. Воздействие становится эффективным, когда осуществляется с учетом сложившейся обстановки, обстоятельств и адекватно этим обстоятельствам. Важно также учитывать собственное психоэмоциональное состояние, состояние студентов, уметь выразить разнообразные чувства: радость, гнев, удивление, возмущение, осуждение, восхищение, восторг, а также проявить подлинную широту и гибкость мышления. Студенты всегда достаточно точно прогнозируют, как поведет себя преподаватель в той или иной ситуации, как он будет действовать и какими средствами воздействовать. Поэтому для успеха любого начинания педагог-мастер проявляет находчивость, творчество, неожиданно

данность и парадоксальность решений и действий. В арсенале педагога-мастера не только умелое сочетание убеждения с требованием, привлечения с наставлением, но и острое слово, ирония и сарказм, юмор и сатира. Преподаватель знает, что нередко короткий общий смех над плохим поступком студента действует гораздо более сильно и полезно для всех, чем многочисленные поучения, наставления и наказания.

Если педагогу-мастеру неясна ситуация, а ее первичный анализ не привел к точному выбору средств воздействия, он предпочитает «не заметить» проступка или показывает, что его обсуждение откладывается. Опытный преподаватель никогда не сосредотачивает слишком много внимания на конфликтах и ссорах, драках и детективных расследованиях, не принимает решений сгоряча и не наказывает под горячую руку. Завоевывая доверие студентов, он умеет вести доверительные беседы, привлекает их к оценке собственного поведения и, что особенно важно, умеет хранить тайны студентов, оправдывать их самое высокое доверие. Когда педагог в человеческих отношениях может стоять вровень с учащимися, с их миропониманием и чувствованием и вместе с тем умеет педагогически осмысливать, быть постоянно выше этого мира, тогда он правильно выбирает метод, способ воздействия и добивается наибольшего жизненного и педагогического эффекта.

Таким образом, педагогическое мастерство есть важная область педагогической науки, аккумулирующая энергию самой педагогики и смежных с ней наук о личности. Педагогическая культура и мастерство есть та область практической деятельности, ради которой и существует педагогика, в которой накопленная научная энергия получает эффективную, полезную для обучения и воспитания студентов разрядку.

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите сферы проявления педагогического мастерства и педагогической техники преподавателя вуза?

2. Раскройте сущность организационной сферы педагогического мастерства преподавателя.
3. Что понимается под сферой общения и взаимодействия преподавателя со студентами?
4. Дайте характеристику сферы взаимодействия преподавателя со студентами.
5. Почему педагогическое мастерство преподавателя вуза составляет важнейшую часть педагогической науки?

Литература

- 1.Дополнительное профессионально-педагогическое образование: практика, инновации//Учебник под ред. Семенова А.Л. М.; «Спутник+»,2013 – 344 с.
- 2.Ковылина Т.И. Работа преподавателя над собой. М.; «Спутник+»,2014 – 266 с.
- 3.Кухарев Н.В. Становление педагога-исследователя в профессиональной деятельности (учебное пособие) М.; «Экоперспектива»,2009 – 188 с.
- 4.Основы педагогического мастерства под ред. И.А. Зязюна М.; «Высшая школа»,2004 – 462 с.
- 5.Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности (учеб.пособие) М.; «Академия»,2001 – 304 с.

Глава 2. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ТЕХНИКИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

2.1 Саморегуляция психических состояний как условие целостности профессионального развития преподавателей

Проблема состояний преподавателей высших учебных заведений напрямую связана с эффективностью и совершенствованием их деятельности. Представители вузов постоянно испытывают увеличение информационной нагрузки, эмоциональное перенапряжение и необходимость решения разнообразных педагогических задач. Все это требует создания таких условий, при которых преподаватели могли бы управлять своими психическими состояниями, т.к. от них зависит продуктивность учебного процесса. Отсюда запросы высших учебных заведений стимулировать поиск научно обоснованных возможностей управления психическими состояниями и поведением преподавателей в процессе обучения и воспитания студентов посредством саморегуляции. Владение приемами и способами психической саморегуляции позволит преподавателям управлять собственными эмоциональными состояниями путем воздействия педагога на самого себя, что и является одним из условий успешного самосовершенствования.

Значительное внимание проблеме саморегуляции уделяли К. А. Альбуханова-Славская, Б. Г. Ананьев, М. И. Борщевский, Л. С. Выготский, А. А. Конопкин, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, В. И. Моросанова, В. Мясищев,

С. Л. Рубинштейн и др. Следует подчеркнуть, что на сегодняшний день нет единого мнения в трактовке понятия «психическая саморегуляция». В широком смысле слова термин «психическая саморегуляция» обозначается один из уровней регуляции живых систем, для которого характерно использование психических средств отражения и моделирования реальности [10,17,20,37].

Весомый вклад в изучение саморегуляции психических состояний внесла Л. Г. Дикая [10], которая считала, что психическая саморегуляция функционального состояния в напряженных и экстремальных условиях профессиональной деятельности представляет собой вид активности субъекта, включающий в себя следующие блоки психологической системы деятельности - мотивы, цели, программы и т.д.

О. А. Конопкин - один из первых основателей психологии саморегуляции, автор нормативной модели и теории осознанной саморегуляции, обосновал роль осознанной саморегуляции как критерия субъективности и подчеркивал, что «психическая осознанная саморегуляция раскрывается как наиболее системная и всеобщая форма субъектной психической активности, реализуемая всем арсеналом психического развития человека и являющаяся результатом и критерием общего психического развития человека, его развития как личности и как субъекта деятельности, общения, самосознания и поведения в целом»[17].

Взгляды А. О. Прохорова о механизмах саморегуляции психических состояний основываются на том, что возникновение психического состояния обусловлено взаимоотношениями психологических макросистем: ситуации, личности и смысла. По его мнению, достижение уравновешенности человека со средой становится возможным, благодаря функционированию целостного системно-организационного механизма, состоящего из связанных между собой личностных смыслов, субъектных особенностей и ситуаций [36].

«По существу, развитие индивидуальности как субъекта - это развитие целостной системы саморегуляции, а точнее, ее

проекций на все более высокие уровни индивидуальности человека. И в этом смысле важнейшим критерием является становление психической регуляции - сначала произвольной, а затем осознанной», - констатирует В. И. Моросанова. Далее она подчеркивает, что «возможно и необходимо использование показателей развития индивидуальной саморегуляции как интегральных показателей психического развития» [36, с.35].

Характеристика основных тенденций психологии саморегуляции позволяет сделать вывод о многообразии подходов и сближении позиций исследователей. Расширяется область прикладных проблем, в решении которых психология саморегуляции показала состоятельность и востребованность. Следует выделить, в контексте саморегуляции, решение проблем обучения, воспитания преподавателей высших учебных заведений.

Результативность деятельности преподавателей высшей школы во многом зависит от их целеустремленности, психолого-педагогической культуры и реализации профессиональных задач, а также их психического состояния. Содержание и условия деятельности преподавателей постоянно изменяются - современная высшая школа требует активных, коммуникативных, самостоятельных, творческих, способных принимать решения и добиваться соответствующих результатов. Преподаватели работают в условиях повышенной ответственности и свободы профессиональной деятельности при этом акцент переносится на его личностные качества. Профессиональное развитие преподавателя включает в себя построение карьерных планов, реальность профессиональных достижений, повышение педагогического мастерства, ощущение удовлетворенности от педагогической деятельности и стабильность занимаемой должности. Влияние профессии на формирование и развитие личности преподавателей носит дихотомический характер. С одной стороны, профессиональная деятельность оказывает положительное влияние на психику педагогов, задает направленность развития личности и формирует важ-

нейшие стороны их индивидуальности, а с другой - оказывает негативное влияние на личность, разрушая ее целостность, снижая ее аддиктивность и устойчивость. Это обусловлено тем, что осваивая педагогическую профессию, преподаватели интенсивно развивают те качества, которые приводят к продуктивному результату деятельности и способствуют успешному ее осуществлению. Однако, не участвующие в этом процессе структуры изменяются: подавляются, разрушаются и деформируются. Таким образом, можно констатировать, что на стадии профессионализации у субъекта труда неизбежно развиваются профессиональные деструкции (от англ. destruction - разрушение). Профессиональные деструкции преподавателей - это образующиеся в процессе осуществления педагогической деятельности негативные качества, меняющие профиль личности к дезинтеграции его профессионального и личностного развития, снижения продуктивности труда и эффективности взаимодействия с участниками педагогического процесса [23].

К профессиональным деструкциям относятся профессионально обусловленные деформации, акцентуации и профессиональное «выгорание». Профессиональное «выгорание» преподавателей обуславливается наличием рассогласования в ценностно-мотивационной сфере.

Необходимость саморегуляции возникает в различных педагогических ситуациях, среди которых следует выделить основные:

- трудноразрешимая, новая или необычная проблема
- дефицит времени на разрешение проблем
- наличие альтернативных вариантов решения проблем
- информационные перегрузки
- состояние повышенного эмоционального напряжения, побуждающего к импульсивным поступкам
- взаимоотношения с администрацией, коллегами и студентами

- оценивание педагогической деятельности с угрозой авторитету и престижу
- ожидание санкций за выполнение педагогической деятельности.

В этих ситуациях для преподавателей особое значение приобретает не только результативность профессиональной деятельности, но и личное удовлетворение от процесса и результата педагогической деятельности, сохранение работоспособности, психического и физического здоровья. Поэтому приоритетным становится создание условий, среди которых саморегуляция психических состояний является значимым условием личностно-профессионального совершенства преподавателей. Саморегуляция - это системный процесс, который имеет многоуровневую детерминацию. Особенностью профессиональной саморегуляции является то, что преподаватель выступает как субъект педагогической деятельности включенный в учебно-воспитательный процесс.

Для практического применения разработаны программы психологического сопровождения личностно-профессионального развития; подходы, методики и техники саморегуляции, с помощью которых можно получить психологическую помощь и самостоятельно сформировать навыки саморегуляции. Спектр использования психотехник саморегуляции весьма разнообразен и включает в себя организацию специализированных тренингов, аутогенную тренировку, рекомендации по составлению мультимедийных программ для сопровождения процесса обучения навыкам психической саморегуляции и др. Владение и систематическое использование преподавателями методов, приемов и способов саморегуляции помогут сформировать ценностные ориентации, снизить уровень профессионального «выгорания», ситуативной и личностной тревожности, уменьшить хроническое утомление, сознательно регулировать собственное эмоциональное состояние и поведение.

Успешность педагогической деятельности во многом зависит от сформированности системы психической саморегуляции. Отсутствие умений и навыков психической саморегуляции приводит к профессиональным деструкциям и, как следствие - к снижению результативности учебно-воспитательного процесса. Развитая саморегуляция способствует целенаправленности, профессиональному росту, концентрации внимания и усилий на решении педагогических задач.

Вопросы для самоконтроля

1. Что понимается под саморегуляцией психических состояний?
2. Почему саморегуляция психических состояний связана с эффективностью педагогической деятельностью?
3. От чего зависит эффективность педагогической деятельности?
4. Раскройте понятие профессиональное «выгорание».
5. Чем обусловлено профессиональное выгорание преподавателей?
6. В каких педагогических ситуациях возникает необходимость саморегуляции психических состояний?
7. Какие техники саморегуляции разработаны для практического применения преподавателями?
8. Какие имеются возможности для снижения уровня профессионального «выгорания», ситуативной и личной тревожности?
9. К чему приводит отсутствие умений и навыков самореализации психических состояний преподавателей?
10. Чему способствует развитая саморегуляция психических состояний преподавателей?

2.2 Управление психоэмоциональными состояниями преподавателей

Управление творческим самочувствием в процессе общения со студентами и непосредственно перед ними – важнейшее профессиональное требование к труду преподавателя, свободе и результативности его поведения в аудитории, к общению со студентами и т.д.

Эмоциональная настройка перед занятиями как важный компонент управления творческим самочувствием преподавателя многоканальна. Можно условно выделить и рекомендовать следующие основные направления этой настройки:

а) обращение к материалу предстоящей деятельности, поиск в нем нужных стимулов для творческого самочувствия;

б) обращение к аудитории, поиск в предстоящем общении с ней творческого подъема;

в) оба эти направления реализуются через поиск преподавателем в себе самом необходимых чувств и переживаний, направленных на предстоящую деятельность, иначе говоря, педагог должен глубоко лично опосредовать материал, заново увлечься давно знакомым и ощутить удовлетворение от предстоящей работы с аудиторией.

Несмотря на то, что этот процесс глубоко индивидуален, необходимо знать эти основные пути эмоциональной настройки педагога на деятельность, а следовательно, и вызова творческого самочувствия перед общением с учащимися. Одновременно, опираясь на определенную нами общую направленность этой работы, надо искать собственные индивидуальные пути коммуникативной настройки перед встречей с коллегами и учащимися. Преподавателю следует знать, что эмоциональное напряжение сопровождается напряжением мышц и регулировать самочувствие можно, снимая мышечное напряжение. Чтобы лучше ощутить состояние расслабления, следует предварительно потренироваться в

напряжении отдельных групп мышц и последующем их расслаблении.

1.Ознакомление преподавателей с методами и техникой регуляции своего самочувствия.

Упражнение 1.Расслабление и напряжение мышц руки. Встаньте прямо, поднимите руки вперед, пальцы сожмите в кулак, одновременно напрягая мышцы кисти, предплечья, плечи (3-4 с). Не забудьте о мысленном действии: при этом вы хотите быть сильным, крепким, ваши мышцы сильно напряжены. А теперь расслабьтесь: руки свободно падают вниз, совершая маятниково-образные движения.

Упражнение 2.Использование слова для релаксации. Концентрируем внимание и даем самоприказы: «Внимание на руки! Мои пальцы расслаблены. Мои пальцы и кисти расслаблены. Мои предплечья и плечи расслаблены. Мое лицо спокойно и неподвижно».

Нужно знать, напряжение каких мышц вызывает та или иная эмоциональная реакция. Так, при эмоции страха в наибольшей мере напрягаются артикулярные и затылочные мышцы, на расслабление их и нужно обратить внимание, испытывая это состояние.

Упражнение 3.Использование представлений для расслабления. Яркое представление о каком-либо объекте способно вызвать соответствующие объекту ощущения и реакцию организма. Например, сильное волнение можно снять, если представить себя (желательно несколько раз) отвечающим на экзамене без волнения. Конечно, это трудно и не всегда удается, в таком случае могут помочь сюжетные представления на цветном фоне: луг, речка, море, гладь воды.

Упражнение 4.Контроль тонуса мимических мышц. Это упражнение помогает не только придать лицу спокойный вид, но и добиться внутренней гармонии, успокоения. Текст может быть следующим: «Мое внимание останавливается на моем лице. Мое лицо спокойно. Мышцы лба расслаблены. Мышцы глаз расслаблены, Мышцы щек расслаблены. Губы и зубы разжаты. Рот растянут в улыбке. Мое лицо, как маска».

Вместе с улыбкой мы ощущаем, как уходит напряжение в лице и во всем теле.

Упражнение 5. Контроль и регуляция темпа движения и речи. Наряду с мышечной скованностью эмоциональное возбуждение может проявиться в возрастании темпа движений и речи, суетливости. Избежать этого помогут следующие упражнения:

а) плавно и медленно сжимать, и разжимать пальцы рук, плавно и медленно переводить взгляд с одного предмета на другой, так же писать, идти, говорить;

б) использовать в тренировке чередование быстрого и медленного, плавного и резкого темпа. Например, 2-3 мин делать все (собирать разбросанные книги, писать на доске и т. д.) замедленно и плавно, затем 1-2 мин – быстро и резко, имитируя суетливость и нервозность, далее опять медленно и т. д. Так же читать отрывки хорошо знакомых произведений.

Эти упражнения, построенные на темповом контрасте, помогают регулировать эмоциональное состояние, поскольку оно оптимизируется под влиянием размеренного и частого ритма.

Упражнение 6. Контроль и регуляция дыхания. Т.к. наше дыхание и эмоциональное состояние взаимосвязаны, то контроль и регуляция первого могут способствовать саморегуляции второго. Наблюдения показывают, как меняется дыхание в эмоциональных состояниях: ровное дыхание спящего, глубокое у задумавшегося, учащенное у волнующегося, «раздутые ноздри» у гневающегося. Вдох при диафрагмальном дыхании производится через нос. Вначале воздухом при расслаблении и слегка опущенных плечах наполняются нижние отделы легких, живот при этом все более и более выпячивается. Затем вдохом последовательно поднимаются грудная клетка, плечи и ключицы. Полный выдох выполняется в той же последовательности: постепенно втягивается живот, опускается грудная клетка, плечи, ключицы. Это стабилизирует эмоциональное состояние.

Упражнение 7. Использование библиотерапии. Прочитать стихотворение, прозу. Обсудить, какие чувства вызывает данное произведение.

Упражнение 8. Использование музыки в сочетании со зрительными образцами. Просмотреть слайдовую программу на музыкальном фоне. После просмотра описать свое состояние.

Упражнение 9. Имитационная игра. Войти в аудиторию в образе декана, ректора. Проследить, как меняется внутренний настрой.

II. Упражнения на снятие мышечного напряжения, внушение в состоянии релаксации

Упражнение 10. Поза релаксации (поза «кучера на дрожках»). Необходимо сесть на стул, наклонить туловище немного вперед, слегка согнуть спину, опустить голову на грудь, бедра расправить под прямым углом друг к другу. Предплечья свободно лежат на бедрах, кисти рук свободно свисают. Мышцы максимально расслаблены. Глаза закрыты. Поза напоминает положение уставшего кучера на дрожках. Мысленным взором «пробежаться» по всем мышцам тела, проверяя, достаточно ли они расслаблены. Начинать нужно с мышц лица, с освоения «маски» релаксации

Упражнение 11. «Маска» релаксации. Подаются команды (самоприказы): «мышцы лба расслаблены; все морщины на лбу разглажены (чтобы прочувствовать расслабление этой группы мышц, можно предварительно для контраста напрячь их, на вдохе подняв брови, как это бывает при удивлении, и на выдохе опустив); брови расслаблены (нахмурить брови и тут же расслабить); веки расслаблены; мышцы щек расслаблены; челюсти разжаты, нижняя челюсть свободно опущена вниз; губы расслаблены, на лице лежит печать глубокого сладкого сна».

Упражнение 12. Полный физический покой. Цель – максимально расслабить мышцы тела, снять все мышечные зажимы. Основные формулы: «Я расслабляюсь», «Полный физический покой». Подаются команды (самоприказы): «по-

кой, полный физический покой; я расслабляюсь; мышцы шеи расслаблены; плечи расслаблены (плечи опускаются); мышцы рук расслаблены: предплечья, кисти рук...; руки кажутся плетями, брошенными на колени; мышцы спины расслаблены; живот расслаблен». Круг внимания медленно скользит по телу, проверяя, все ли мышечные зажимы убраны, опускается по мышцам ног: «ноги расслаблены: расслабляются бедра, раскрепощаются коленные суставы, расслабляются мышцы голени, стопы...; каждый мой мускул расслаблен и вял; покой, полный физический покой».

В момент расслабления вообразите картину отдыха: вы отдыхаете на пляже (в саду): «Я отдыхаю, мне приятно состояние полного физического покоя».

Вывод: с помощью самоприказов и представлений вы можете внушить себе состояние полного физического покоя, воздействуя через сознание на подсознание.

Упражнение 13. Полный психический покой. Цель – максимально успокоиться, снять возбуждение и нервное напряжение. Основные формулы: «Полный психический покой», «Покой, как одеялом, укутывает меня». Подаются команды (самоприказы): «отдых»; все мысли ушли; только покой; покой, как мягкое одеяло, укутывает меня; я совершенно спокоен; полный психический покой».

Вывод: на фоне общего физического расслабления вы можете с помощью самоприказов и представлений внушить себе состояние полного психического покоя.

Упражнение 14. Тяжесть правой руки. Цель – добиться максимального расслабления мышц, а для этого необходимо научиться вызывать ощущение мышечной тяжести в правой руке (потом во всем теле). Основная формула: «Правая рука тяжелая». Подаются команды (самоприказы): «моя правая рука тяжелая; я чувствую тяжесть в правой руке; кончики пальцев тяжелые; кисть правой руки тяжелая». Можно использовать следующие образные представления: «рука наливается свинцом и постепенно тяжелеет; правая рука тяжело

давит на колено; я чувствую тяжесть в предплечье, в плече; вся правая рука тяжелая».

Вывод: это упражнение еще раз демонстрирует, как с помощью самоприказов и представлений можно внушить себе самые различные состояния.

Упражнение 15. Выход из состояния релаксации. Идет счет до 10, на каждый второй счет подаются команды (самоприказы): раз, два – вы хорошо отдохнули; три, четыре – тяжесть правой руки прошла; пять, шесть – бодрость во всем теле; семь, восемь – настроение бодрое; девять, десять – открыть глаза и улыбнуться». Энергично дается команда: «Потянитесь, сядьте прямо! Сплести пальцы рук перед собой! Выверните кисти ладонями наружу. С полным вдохом поднимите руки со сплетенными пальцами над головой. С резким выдохом опустите руки». Это упражнение повторяется 2-3 раза

Составление программы самовнушения. При составлении программы самовнушения следует руководствоваться следующими правилами:

а) формула должна быть четкой и лаконичной
б) формула не должна содержать отрицательной части
в) обязательно соблюдение последовательности формул: «хочу-могу-буду-есть» (Я хочу быть спокойным и уверенным, я могу быть спокойным и уверенным, я буду спокойным и уверенным, я спокоен и уверен!).

Рекомендуем примерные программы самовнушения.

1. Для оптимизации настроения: «я собран и уравновешен; у меня приподнятое, радостное настроение; я хочу быть активным и бодрым; я могу быть активным и бодрым; я активен и бодр; я хочу (могу, буду) чувствовать энергию и бодрость; я жизнерадостен и полон сил; я оптимист».

2. Для отдыха: «я спокоен; я совершенно спокоен; я хорошо отдыхаю и набираюсь сил; отдыхает каждая клеточка моего организма; отдыхает каждый мускул; отдыхает каждый нерв; свежесть и бодрость наполняют меня; я собран и внимателен; впереди плодотворный день; я отдыхаю».

3. Для самонастройки на предстоящий рабочий день: «чувствую себя уверенно; настроение приподнятое; голова ясная; я совершенно спокоен; я собран; мыслю четко; я хочу (могу, буду) работать легко и четко».

4. Для настройки на профессиональный стиль поведения на занятиях, преодоления неуверенности, скованности в общении с аудиторией: «я совершенно спокоен; я вхожу в аудиторию уверенно; чувствую себя на занятии свободно и раскованно; владею собой; мой голос звучит ровно, уверенно; я могу хорошо провести занятие; настроение бодрое; мне самому интересно на занятии; мне интересно учить студентов; мне есть что рассказать учащимся; я спокоен и уверен в себе».

Вопросы для самоконтроля

1. Каковы основные рекомендации эмоциональной настройки преподавателям перед занятиями?
2. Назовите методы регуляции самочувствия преподавателей?
3. Приведите пример упражнений для снятия мышечного напряжения.
4. Какими правилами следует руководствоваться при составлении программ самовнушения?
5. Назовите примерные программы самовнушения.

2.3 Развитие выразительности речи преподавателей

В самостоятельной работе преподавателей по совершенствованию своей речи можно выделить несколько направлений: самоконтроль и развитие культуры речи, создание у себя установки на владение правильной литературной речью во всех ситуациях речевого общения. Речь идет о воспитании у себя привычки и потребности в постоянном изучении и повышении своего уровня культуры речи.

Выразительность речи достигается за счет ее умелого интонирования соответственно содержанию, условиям произношения и за счет уместного использования изобразительных средств языка.

Известно, что условием продуктивного коммуникативного поведения преподавателя является его стиль общения. Важно изучить себя, разобравшись не только в своей технике общения, но и выяснив свою социальную позицию в общении.

Для того чтобы речь педагога была успешной, необходимо развитие общих психофизических особенностей личности, создающих предпосылки для успешного владения речевыми навыками и умениями. Имеется в виду развитие воображения (воссоздающего и творческого), ассоциативной и образной памяти, фантазии. Обязательным условием выразительности речи преподавателя является мысленное видение им тех предметов, событий, процессов, о которых он повествует.

Для развития выразительности речи преподавателей мы рекомендуем упражнения на развитие фонационного дыхания и упражнения на развитие голоса.

1. Упражнения на развитие фонационного дыхания.

Упражнение 1. «Егорки» (определение индивидуальных особенностей речевого выдоха). После произнесения известной детской считалочки «Как на горке на пригорке стоят 33 Егорки» – глубокий вдох и на выдохе считать: «раз Егорка, два Егорка...» и т. д. до полного использования воздуха. Последний счет – показатель распределения и емкости дыхания.

Упражнение 2. «Цветочный магазин». Исходное положение – стоя. Для контроля левую руку положите на живот, правую на ребра. Выдохните «п-фф». При этом живот втянется. Исполнение: делая вдох, представьте, что нюхаете цветок. При этом живот выдвигается вперед, ребра расширяются, закрепите вдох толчком живота, подтяните низ живота (кашель или позывы к кашлю). После этого начинайте выдох медленно и плавно на «п-фф», при этом живот постепенно

втягивается, ребра опускаются, вдох короткий, выдох длинный. Упражнение повторить 2-3 раза.

Упражнение 3. «Свеча» (ровный, интенсивный выдох). Возьмите узкую полоску бумаги (шириной 2-3 см, длиной 7-10 см) и, представив, что это свеча, дуйте на нее. Она отклоняется от вас – это отклонилось «пламя». Такая «свеча» позволяет наглядно следить за ровностью выдыхаемой струи воздуха; выдох ровный – бумажка находится в одном положении – отклонившись (положили «пламя» свечи и держите его в этом положении). Обратите внимание на небольшое напряжение в области диафрагмы и межреберных мышц. Крепкий «дыхательный поясок» сохраняет ровность выдыхаемой струи воздуха.

Упражнение 4. «Проколотый мяч» (плавный, энергичный выдох, не ослабевающий к концу). Представьте, что в руках у вас на уровне груди большой резиновый литой мяч. Он оказался проколотым. Если на него нажимать, то слышно, как выходит из него воздух. Имитируйте его звукоподражательным «сссс...». Нажимайте на «мяч» ладонями легко, без усилий, чтобы воздух выходил из ваших легких подольше. Руки сходятся медленно-медленно: они ощущают небольшое сопротивление «мяча». Наконец ладони сошлись. И с этим движением «выбросился» на последнем активном звуке с использованный при звучании воздух. Прodelайте несколько раз упражнение. Выполняйте его легко, без напряжения в руках.

Упражнение 5. «Звукоподражание» (различные виды выдыхания). Вспомните и воспроизведите различные звуки природы и жизни: свист ветра: сссс..., шум леса: шшш..., тончайший звук комара: зьзьзь..., жжжж..., жьжьжь..., крик и карканье вороны крккр..., крр! карр! карр!, трескотню сороки: тррр! тррр!, рокот мотора: ррррр!, звук электрического звонка: рьрьрь, возгласы кучера: тпру! тпру! тпру!, нно! нно! нно и т. д.

Обратите внимание на работу диафрагмы: то у нее минимальное напряжение (когда воздух как бы сам вытекает в

природу при шуме леса или тончайшем звуке комара, например), то напряжение усиливается (при рокоте мотора или звуке электрического звонка). Когда воздух как бы с силой выгоняется, диафрагма активно и энергично двигается, рывками выталкивая воздух (при крике вороны, трескотне сороки, при возгласе кучера)

Упражнение 6. «Пильщики». Возьмитесь вдвоем за руки крест-накрест. Правые руки – это ваша пила, левые – бревно. Первый из участников тянет на себя пилу правой рукой, имитируя звук: ззз... (счет раз), второй – своей правой рукой берет пилу на себя ссс... (счет два). Так, по очереди беря на себя пилу, тренируются пильщики. Пилить надо энергично, весело, не задерживая свою руку, когда партнер берет пилу на себя, как при настоящей пилке! дыхание должно быть равномерным, ритмичным: беря пилу на себя, делайте выдох со звуком, отпуская ее – вдох.

Упражнение 7. «Вежливый поклон». Позиция первая – поднимитесь на носки, руки в стороны (вход), позиция вторая – медленно склоняйтесь вперед, постепенно сводя руки и прижимая их по-восточному к груди. При поклоне произнесите растянутое на звуке «с» слово «здрасьте».

Упражнение 8. «Перекличка». Называйте фамилию студента, изучите его взглядом, постарайтесь запомнить его особенности, посадите на место. Перед каждой фамилией делать вдох. Затем ведите перекличку, распределяя выдох на 3-4 фамилии.

Упражнение 9. «Словарный диктант». Проведите словарный диктант, диктуйте по словам, следите за письмом студентов. Дыхание берите перед каждым словом. Слова произносите четко, не спеша. И главное – голосом и темпом руководите записями учащихся.

II. Упражнения на развитие голоса.

Упражнение № 1. «Стон». Для выполнения этого упражнения сядьте на стул не очень глубоко, сохраняя положение «тело на колокол», т. е. не откидывайтесь на спинку стула, держите привычно спину в прямом положении. Это помо-

гает правильной работе дыхательного аппарата. Вообразите, что у вас болит горло или голова. Негромко стоните, произнося звук «м» с целью «успокоить боль, отвлечься от нее». Не кричите! При кричании звук не тянущийся, а глухой, короткий, связки напряжены. Все должно быть свободно: мышцы лица, шеи, ног, рук. Плечи опущены. Шея настолько свободна, что голова слегка наклонилась вниз или в сторону. Медленно, проверяя свободу мышц, двигайте головой вниз, влево, вправо, продолжайте в то же время «стонать». Не зажимайте звуки. Стон свободный, на средней ноте, свойственной вашей разговорной речи. Рот закрыт, но губы сомкнуты не плотно, а лишь слегка соединены. Вы скоро почувствуете, как легко, без всяких напряжений голосовых связок, звук заполнит головные резонаторы, начнут вибрировать губы, вибрация отразится на твердом небе, в носоглоточной полости. Резонанс можно ощутить даже физически, прикладывая пальцы рук попеременно к губам, ко лбу, к темени, к затылку. Укрепите звук «м», постепенно присоединяйте к нему гласные звуки: «а», «о», «у», «э», «ы», «и».

Сохраняя предыдущее положение и продолжая «стонать», медленно, без напряжения опускайте слегка нижнюю челюсть «Мма...» и сейчас же закрывайте рот, продолжая «стонать»: «мммаммамма...». Гласный «а» произносится мягко, без толчков, мышцы нижней челюсти и губ свободные. Выдох ровный, не ослабевающий в момент открытия рта на гласном «а». Прodelайте несколько раз это упражнение. Затем на «стоне» произнесите фразу: «Ммаммедунамм». Главное – мышечная свобода. Работает только дыхательный аппарат. Можно усложнить это упражнение, осуществляя тренировку голоса путем добавления к звуку «м» других гласных. При проведении этого упражнения нужно следить, чтобы гласные не «заваливались» в полость рта.

Упражнение № 2. «Колыбельная». Вспомните, как, укачивая ребенка, мягко и свободно напевают знакомую фразу колыбельной песни. Вот и напевайте эту мелодию на всех гласных, добиваясь мягкой атаки звука. Запомните это состо-

яние мышечной свободы в области глотки и ощущение того, что «качаешь» гласные диафрагмой.

Упражнение № 3. «Маляр». Представьте, что красите раму окна, сопровождая движения руки (движения по вертикали) словами «и вверх, и вниз, и вверх, и вниз, и вверх, и вниз». Не закрепощайте кисть руки, она должна быть свободной, движения ее легкие, мягкие. Сначала маленькие мазки только кистью руки. За нею идут слова – такие же короткие. Движения становятся увереннее, шире (от локтя) и слова крупнее, а голос поднимается все выше, вместе с движением руки. Затем руки заработали от плеча. Широкий мазок вверх и вниз. Гласный в слове еще шире, голос поднимается еще выше и опускается еще ниже.

Постепенность повышения и понижения голоса – важное достоинство речи. Оно свидетельствует о выдержке, владении собой, своими чувствами, голосом.

Упражнение № 4. «Летающие шарики» (развитие диапазона голоса). Представьте, что высоко в воздухе летают воздушные шарики, подсчитайте их количество.

Упражнение № 5. «Этажи» (развитие диапазона голоса). Представьте, что шагаете по этажам с группой ребят. Они устали. Вы своим голосом как бы подбадриваете их, говоря о том, что скоро дойдем: и 1-й этаж, и 2-й этаж и т.д. Звук направляется не вперед, а как бы вверх – в голову! Слова «кладите» все выше и выше (это фиксирует движение руки), от грудного в средний, затем в головной регистр. Помогайте рукой. Смелее подъем – шире движение руки. Трудно сразу спустить голос в «подвал»? Вновь помогите рукой. Опуская руку, расслабьте объем глотки. Повышая голос, ничего не меняйте в речевом аппарате. Та же свобода. Никаких изменений. Голос поднимается и «кладет» воздушный «столб» «выше», на следующий «этаж». Мысленно шагайте по «этажам».

Упражнение № 6. «Зов» (развитие полетности голоса). Чтобы развить полетность голоса, надо уметь и на негромком звучании посылать звук вдаль. Надо выработать ощущение

того, что говорить следует, как бы посылая звук «к себе», а не «от себя». Действуйте с задачей привлечь внимание аудитории к себе. Перед тем как начать говорить, скажите мысленно: «Внимание! Начинаю». И голос звучит спокойно, зазвонно, приковывая внимание аудитории к вашей речи.

Представьте себе, что идут занятия. Вы в коридоре, не желая мешать педагогам, должны срочно позвать дежурного, сидящего у входа. Можете позвать его по фамилии. А теперь начался перерыв и вы не боитесь, что помешаете, и зовете громче. То же задание, но условие – занятия, в аудитории тишина.

Упражнение № 7. Сверните из бумаги трубку диаметром 3-4 см. Приложите ее к губам. Произносите звуки, стараясь, чтобы они звучали в трубке.

Использование предложенных упражнений позволит преподавателям развивать выразительность речи.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие направления можно выделить в самостоятельной работе преподавателя по совершенствованию своей речи?
2. Почему для развития речи необходимо развитие общих психофизических особенностей личности?
3. Приведите примеры упражнений на развитие фонационного дыхания.
4. Приведите примеры упражнений на развитие голоса.
5. Какие возможности может использовать преподаватель для совершенствования своей речи?

2.4 Формирование актерского и режиссерского мастерства преподавателя

Преподаватели знают, как трудно бывает удержать на занятиях внимание студентов, побудить их к активному,

осмысленному действию. Сегодня преподавателю особенно трудно: у него в аудитории сидят учащиеся космической эры и скоростей, они пресыщены телевизионными передачами, фильмами, музыкой, обильной информацией. А преподавателю один на один с аудиторией надо удержать внимание студентов в течение пары и не только удержать, а еще проконтролировать усвоение, осуществить обучение и воспитание.

Без гаммы эстетических чувств не совершается таинство перехода опыта преподавателя в опыт учащегося. Как добиться этого перехода практически? Учение К.С. Станиславского и его знаменитая система открывают возможность для решения многих проблем в подготовке преподавателя.

Предлагаем преподавателям упражнения на формирование умений коллективной творческой работы и упражнения на развитие восприятия, наблюдательности, смелости и непосредственности.

1. Упражнения на формирование умений коллективной творческой работы.

Упражнение 1. «Приветствие преподавателя». При появлении преподавателя в аудитории студенты встают, чтобы его приветствовать. Как правило, делается это шумно и не организовано. Надо повторять приветствие до тех пор, пока не будет достигнута одновременность, быстрота, бесшумность, мягкость и изящество в выполнении этого простейшего действия.

Упражнение 2. «Смена обстановки». Бесшумно перейти с места на место, переставить мебель в комнате, сесть в полукруг или в два ряда, поменяться местами вместе со своими стульями, проделать то же самое с закрытыми глазами.

Упражнение 3. «Пишущая машинка». За каждым участником упражнения закрепляется какая-нибудь определенная буква, цифра или знак препинания, которые отмечаются или хлопком в ладоши, или каким-либо условным способом при чтении заданного текста.

Варианты игры:

а) по ходу упражнения меняется ритм или каждая пятая или седьмая буква произносится вслух и т. п. Преподавателям предлагается сесть в круг и по очереди произносить цифры по порядку в определенном ритме. Некоторые цифры или комбинации их объявляются запретными и заменяются каким-либо условным знаком. Кто по ошибке произнесет эту цифру – выбывает из игры;

б) каждому предлагается мысленно петь песню по собственному выбору. По одному сигналу петь ее вслух, по другому – продолжать ее петь про себя. Задача упражнения – не сбиться со своей мелодии в тот момент, когда другие участники поют другие песни;

в) одна и та же песня поется хором, а затем по сигналу поется мысленно, по другому сигналу выделяются отдельные голоса.

Упражнение 4. «Игры индейцев». Все участники – племя индейцев, им самим решать, чем заниматься. Условие одно: «индейцы» говорят на «первобытном» языке.

Упражнение 5. «Сиамские близнецы». 2 участника становятся друг к другу боком, ухватившись за пояс друг друга, ноги со стороны касания связываются. Единственное условие – нельзя разговаривать. Им предлагается выполнить какое-нибудь действие. Один из «близнецов» выполняет действие левой рукой, другой – правой. В упражнении проявляются склонность к лидерству, самостоятельности или зависимости, расположенность к роли ведомого или ведущего.

II. Упражнения на развитие восприятия, наблюдательности, смелости и непосредственности.

Упражнение 1. «Переключение внимания». Подаются команды: «Зрительное внимание – объект далеко (дверь), слуховое внимание – объект близко (комната)»; «зрительное внимание «объект далеко (улица в окне), осязательное внимание – объект близко (ткань собственного костюма), слуховое внимание – объект далеко (звуки улицы)»; «зрительное внимание – объект близко (карандаш), обонятельное внима-

ние – объект близко (запах в аудитории), внутреннее внимание – объект далеко (тема: «карандаш – любой предмет»); «зрительное внимание – объект близко (пуговица)».

Упражнение 2. «Оправдание действия». По сигналу преподавателя все мгновенно принимают какую-нибудь неожиданную для самих себя позу. Каждый должен найти для нее убедительное оправдание. Искать оправдание в области физических действий, а не психологического состояния. Например, преподаватель принял такую позу: тело откинута назад, правая рука над головой. Оправдание – приготовился писать мелом на доске.

Упражнение 3. «Поиск приспособления». Польсти коллеге – лесть в действии. Одолжи деньги у коллеги. Прибедняюсь, заговариваю зубы. Оправдываю свое опоздание (на занятия, собрание и т.д.).

Использование предложенных упражнений позволит преподавателям сформировать хорошие навыки актерско-режиссерского мастерства в педагогической деятельности.

Вопросы для самоконтроля

1. Почему преподавателю высшей школы необходимо формировать актерское и режиссерское мастерство?
2. Приведите примеры упражнений на формирование умений коллективной работы.
3. Приведите примеры упражнений на развитие восприятия, наблюдательности.

Литература

1. Дикая Л.Г. Психологическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход) М.; ИП РАН, 2003 – 318 с.
2. Ковылина Т. И. Работа преподавателя над собой. М.; «Спутник+», 2014 – 266 с.

3. Лобанова А.В. Тетрадь роста (учебно-методическое пособие) – Краснодар, 2014 – 134 с.
4. Михальская А.К. Педагогическая риторика. Учебное пособие Ростов-н/Д; «Феникс»,2013 – 380 с.
5. Основы педагогического мастерства под ред. И.А. Зязюна М.; «Высшая школа»,2004 – 462 с.
6. Психология саморегуляции в XXI веке под ред. Моросановой В.И. – М.-СПб.; «Нестор-история»,2011 – 468 с.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Неотъемлемым компонентом в структуре профессиональной компетенции преподавателя высшей школы становится педагогическая техника как элемент педагогического мастерства. Педагогическое мастерство в значительной мере определяет уровень профессионализма и успешность осуществления педагогической деятельности. В общей структуре педагогического мастерства преподавателя высшей школы выделяют следующие основные составляющие гуманистическую направленность педагогической деятельности, профессиональную компетентность, педагогические способности и педагогическую технику.

Представленное учебное пособие позволит молодым преподавателям, а также будущим преподавателям – выпускникам магистратуры и аспирантуры познакомиться с основными элементами педагогической техники: управлением психоэмоциональным состоянием, а также развитием выразительности речи и актерско-режиссерских умений преподавателей высших учебных заведений.

Полученные знания помогут преподавателям оттачивать свое педагогическое мастерство, овладевая педагогической техникой. В этом плане определенное значение приобретает предложенное пособие, главной задачей которого является осознание молодыми педагогами необходимости использования педагогической техники. Техником педагогического мастерства необходимо владеть, и этому можно научиться: изучать теоретический материал, наблюдать, сопоставлять, анализировать, впитывать все лучшее и избавляться от недостатков.

Автор рассматривает в качестве важнейшей своей задачи дальнейшую работу по совершенствованию учебного пособия. При этом будут учтены пожелания и критические замечания.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Диагностика эмоционального выгорания личности (В.В. Бойко)

По мнению В.В. Бойко, эмоциональное выгорание — это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. Эмоциональное выгорание представляет собой стереотип эмоционального, чаще всего профессионального проведения. «Выгорание» отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время могут возникать и дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с субъектами профессиональной деятельности.

Методика «Диагностика эмоционального выгорания личности» (В.В. Бойко) позволяет диагностировать ведущие симптомы «эмоционального выгорания» и определить, к какой фазе развития стресса они относятся: «напряжения», «резистенции», «истощения». Оценивая смысловым содержанием и количественными показателями, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома «выгорания», можно дать достаточно объемную характеристику личности, оценить адекватность эмоционального реагирования в конфликтной ситуации, наметить индивидуальные меры

Методика состоит из 84 суждений, позволяющих диагностировать три симптома «эмоционального выгорания»: напряжение, резистенция и истощение. Каждая фаза стресса, диагностируется на основе четырех, характерных для нее симптомов.

Инструкция:

Прочитайте суждения и ответьте «да» или «нет». Примите во внимание, что, если в формулировках опросника идет речь о партнерах, то имеются в виду субъекты вашей профессиональной деятельности, с которыми вы ежедневно работаете, общаетесь.

1. Организационные недостатки на работе постоянно заставляют нервничать, переживать, напрягаться.

2. Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры.

3. Я ошибся в выборе профессии или профиля деятельности (занимаю не свое место).

4. Меня беспокоит то, что я стал хуже работать (менее продуктивно, качественно, медленнее).

5. Теплота взаимодействия с партнерами зависит от моего настроения — хорошего или плохого.

6. От меня как профессионала мало зависит благополучие партнеров.

7. Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2-3) мне хочется побыть наедине, чтобы со мной никто не общался.

8. Когда я чувствую усталость или напряжение, то стараюсь поскорее решить проблемы партнера (свернуть взаимодействие).

9. Мне кажется, что эмоционально я не могу дать партнерам того, что требует профессиональный долг.

10. Моя работа притупляет эмоции.

11. Я откровенно устал от человеческих проблем, с которыми приходится иметь дело на работе.

12. Бывает, я плохо засыпаю (сплю) из-за переживаний, связанных с работой.

13. Взаимодействие с партнерами требует от меня большого напряжения.

14. Работа с людьми приносит все меньше удовлетворения.

15. Я бы сменил место работы, если бы представилась возможность.

16. Меня часто расстраивает то, что я не могу должным образом оказать партнеру профессиональную поддержку, услугу, помощь.

17. Мне всегда удается предотвратить влияние плохого настроения на деловые контакты.

18. Меня очень огорчает, если что-то не ладится в отношениях с деловым партнером.

19. Я настолько устаю на работе, что дома стараюсь общаться как можно меньше.

20. Из-за нехватки времени, усталости или напряжения часто уделяю внимание партнеру меньше, чем положено.

21. Иногда самые обычные ситуации общения на работе вызывают раздражение.

22. Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии партнеров.

23. Общение с партнерами побудило меня сторониться людей.

24. При воспоминании о некоторых коллегах по работе или партнерах у меня портится настроение.

25. Конфликты или разногласия с коллегами отнимают много сил и эмоций.

26. Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты с деловыми партнерами.

27. Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной.

28. У меня часто возникают тревожные ожидания, связанные с работой: что-то должно случиться, как бы не допустить ошибки, смогу ли сделать все, как надо, не сократят ли и т. п.

29. Если партнер мне не приятен, я стараюсь ограничить время общения с ним или меньше уделять ему внимания.

30. В общении на работе я придерживаюсь принципа: «не делай людям добра, не получишь зла».

31. Я охотно рассказываю домашним о своей работе.

32. Бывают дни, когда мое эмоциональное состояние плохо сказывается на результатах работы (меньше делаю, снижается качество, случаются конфликты).

33. Порой я чувствую, что надо проявить к партнеру эмоциональную отзывчивость, но не могу.

34. Я очень переживаю за свою работу.

35. Партнерам по работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности.

36. При мысли о работе мне обычно становится не по себе, начинает колоть в области сердца, повышается давление, появляется головная боль.

37. У меня хорошие (вполне удовлетворительные) отношения с непосредственным руководителем.

38. Я часто радуюсь, видя, что моя работа приносит пользу людям.

39. Последнее время меня преследуют неудачи в работе.

40. Некоторые стороны моей работы вызывают глубокое разочарование, повергают в уныние.

41. Бывают дни, когда контакты с партнерами складываются хуже, чем обычно.

42. Я разделяю деловых партнеров (субъектов деятельности) на «хороших» и «плохих».

43. Усталость от работы приводит к тому, что я стараюсь сократить общение с друзьями и знакомыми.

44. Я обычно проявляю интерес к личности партнера помимо того, что касается дела.

45. Обычно я прихожу на работу отдохнувшим, со свежими силами, в хорошем настроении.

46. Я иногда ловлю себя на том, что работаю с партнерами автоматически, без души.

47. По работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого.

48. После общения с неприятными партнерами у меня бывает ухудшение физического или психического самочувствия.

49. На работе я испытываю постоянные физические или психологические перегрузки.

50. Успехи в работе вдохновляют меня.

51. Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (или почти безысходной).

52. Я потерял покой из-за работы.

53. На протяжении последнего года были жалобы в мой адрес со стороны партнеров.

54. Мне удастся беречь нервы благодаря тому, что многое из происходящего с партнерами я не принимаю близко к сердцу.

55. Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции.

56. Я часто работаю через силу.

57. Прежде я был более отзывчивым и внимательным к партнерам, чем теперь.

58. В работе с людьми руководствуюсь принципом, не трать нервы, береги здоровье.

59. Иногда иду на работу с тяжелым чувством — как все надоело, никого бы не видеть и не слышать.

60. После напряженного рабочего дня я чувствую недомогание.

61. Контингент партнеров, с которым я работаю, очень трудный.

62. Иногда мне кажется, что результаты моей работы не стоят тех усилий, которые я затрачиваю.

63. Если бы мне повезло с работой, я был бы более счастлив.

64. Я в отчаянии из-за того, что на работе у меня серьезные проблемы.

65. Иногда я поступаю со своими партнерами так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной.

66. Я осуждаю партнеров, которые рассчитывают на особое снисхождение, внимание.

67. Чаще всего после рабочего дня у меня нет сил заниматься домашними делами.

68. Обычно я тороплю время: скорей бы рабочий день кончился.

69. Состояния, просьбы, потребности партнеров обычно меня искренне волнуют.

70. Работая с людьми, я обычно как бы «ставлю экран», защищающий от чужих страданий и отрицательных эмоций.

71. Работа с людьми (партнерами) очень разочаровала меня.

72. Чтобы восстановить силы, я часто принимаю лекарства.

73. Как правило, мой рабочий день проходит спокойно и легко.

74. Мои требования к выполняемой работе выше, чем то, чего я достигаю в силу обстоятельств.

75. Моя карьера сложилась удачно.

76. Я очень нервничаю из-за всего, что связано с работой.

77. Некоторых из своих постоянных партнеров я не хотел бы видеть и слышать.

78. Я одобряю коллег, которые полностью посвящают себя людям (партнерам), забывая о собственных интересах.

79. Моя усталость на работе обычно мало сказывается в общении с домашними и друзьями.

80. Если предоставляется случай, я уделяю партнеру меньше внимания, но так, чтобы он этого не заметил.

81. Меня часто подводят нервы в общении с людьми на работе.

82. Почти ко всему, что происходит на работе, я утратил интерес, живое чувство.

83. Работа с людьми плохо повлияла на меня как профессионала — обозлила, сделала нервным, притупила эмоции.

84. Работа с людьми явно подрывает мое здоровье.

Обработка и интерпретация результатов теста:

определяется сумма баллов отдельно для каждого из 12 симптомов «выгорания»,

подсчитывается сумма показателей симптомов для каждой из трех фаз формирования «выгорания», находится итоговый показатель синдрома эмоционального «выгорания» — сумма показателей всех 12 симптомов.

Напряжение

1. Переживание психотравмирующих обстоятельств: +1(2), +13(3), +25(2), -37(3), +49(10), +61(5), -73(5)

2. Неудовлетворенность собой: -2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74(3),

3. «Загнанность в клетку»: +3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75(5)

4. Тревога и депрессия: +4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), +64(2), +76(3)

Резистенция

1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование: +5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77(5)

2. Эмоционально-нравственная дезориентация: +6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78(5)

3. Расширение сферы экономии эмоции: +7(2), +19(10), -31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79(5)

4. Редукция профессиональных обязанностей: +8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80(10)

Истощение

1. Эмоциональный дефицит: +9(3), +21(2), +33(5), -45(5), +57(3), -69(10), +81(2)

2. Эмоциональная отстраненность: +10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82(10)

3. Личностная отстраненность (деперсонализация): +11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +72(2), +83(10)

4. Психосоматические и психовегетативные нарушения: +12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +72(10), +84(5)

Предложенная методика дает подробную картину синдрома эмоционального «выгорания». Прежде всего надо обратить внимание на отдельно взятые симптомы. Показатель выраженности каждого симптома колеблется в пределах от 0 до 30 баллов:

- 9 и менее баллов — не сложившийся симптом,
- 10-15 баллов — складывающийся симптом,
- 16 и более — сложившийся.

Симптомы с показателями 20 и более баллов относятся к доминирующим в фазе или во всем синдроме эмоционального «выгорания».

Методика позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания». Существенно важно отметить, к какой фазе формирования стресса относятся доминирующие симптомы и в какой фазе их наибольшее число.

Дальнейший шаг в интерпретации результатов опроса — осмысление показателей фаз развития стресса — напряжение, резистенция и истощение. В каждой из них оценка возможна в пределах от 0 до 120 баллов. Однако сопоставление баллов, полученных для фаз, неправомерно, ибо не свидетельствует об их относительной роли или вкладе в синдром. Дело в том, что измеряемые в них явления существенно разные — реакция на внешние и внутренние факторы, приемы психологической защиты, состояние нервной системы. По количественным показателям правомерно судить только о том, насколько каждая фаза сформировалась, какая фаза сформировалась в большей или меньшей степени:

- 36 и менее баллов — фаза не сформировалась;
- 37-60 баллов — фаза в стадии формирования;
- 61 и более баллов — сформировавшаяся фаза.

Опирируя смысловым содержанием и количественными показателями, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома «выгорания», можно дать достаточно объемную характеристику личности и, что не менее важно, наметить

индивидуальные меры профилактики и психокоррекции. Освещаются следующие вопросы:

какие симптомы доминируют;

какими сложившимися и доминирующими симптомами сопровождается истощение;

объяснимо ли истощение (если оно выявлено) факторами профессиональной деятельности, вошедшими в симптоматику «выгорания», или субъективными факторами;

какой симптом (какие симптомы) более всего отягощают эмоциональное состояние личности;

в каких направлениях надо влиять на производственную обстановку, чтобы снизить нервное напряжение;

какие признаки и аспекты поведения самой личности подлежат коррекции, чтобы эмоциональное «выгорание» не наносило ущерба ей, профессиональной деятельности и партнерам.

Источник: Диагностика эмоционального выгорания личности (В.В.Бойко) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., Изд-во Института Психотерапии. 2002.

Диагностика основных акцентуаций характера (по Леонгарду)

Акцентуация характера представляет собой крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, вследствие чего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психологических воздействий при хорошей или даже повышенной устойчивости к другим. В зависимости от степени выраженности выделяются две степени акцентуации характера: явная и скрытая.

Настоящая методика позволяет выявить десять типов акцентуаций: 1) гипертимность; 2) застреваемость; 3) эмотивность; 4) педантичность; 5) тревожность; 6) циклотимичность; 7) демонстративность; 8) возбудимость; 9) дистимность; 10) экзальтированность.

Инструкция. Отвечая на каждый вопрос, в соответствии с его номером отметьте в бланке ответов Ваше мнение: «да, согласен», которое обозначается знаком «+», или «нет, не согласен», которое обозначается знаком «-». Ваши ответы не будут расцениваться как хорошие или плохие, поэтому просим проявить откровенность. Над утверждениями не следует долго раздумывать. Достоверны те ответы, которые первыми пришли в голову.

Запишите ответы в бланк и проанализируйте согласно ключу свои результаты.

Опросник

1. Ваше настроение бывает в основном ясным, неомраченным?
2. Чувствительны ли Вы к огорчениям, обидам?

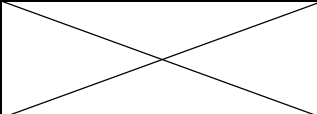
3. Легко ли у Вас вызвать слезы?
4. Возникает ли у Вас по окончании какой-либо работы сомнение в качестве ее исполнения и стремление проверить, правильно ли все было сделано?
5. Были ли Вы в детстве таким же смелым, как Ваши сверстники?
6. Бывают ли у Вас колебания настроения: от очень веселого к очень тоскливому?
7. Находясь в обществе, Вы любите быть в центре внимания?
8. Бывают ли дни, когда у Вас без всякого повода возникает недовольно-раздражительное настроение?
9. Серьезный ли Вы человек?
10. Способны ли Вы восторгаться, восхищаться?
11. Предприимчивы ли Вы?
12. Быстро ли Вы забываете о причиненной кому-либо обиде?
13. Мягкосердечны ли вы?
14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, что оно упало, а не застряло в щели?
15. Стараетесь ли Вы на работе из честолюбия быть одним из лучших?
16. Боялись ли Вы в детстве грозы или собак?
17. Считают ли Вас люди несколько педантичным?
18. Зависит ли Ваше настроение от внешних причин?
19. Любят ли Вас все Ваши знакомые?
20. Склонны ли Вы иногда к душевным порывам, внутреннему беспокойству?
21. Ваше настроение несколько подавлено?
22. Случалось ли Вам рыдать, переживать тяжелое нервное потрясение?
23. Трудно ли Вам длительное время находиться на одном месте?
24. Отстаиваете ли Вы энергично свои интересы, когда по отношению к Вам проявили несправедливость?
25. Можете ли Вы зарезать птицу?

26. Раздражает ли Вас, если занавеска или скатерть на столе висят неровно, стремитесь ли Вы тотчас их поправить?
27. Боялись ли Вы в детстве оставаться дома одни?
28. Бывают ли у Вас беспричинные колебания настроения?
29. Являетесь ли Вы по своим личным качествам или учебе одним из лучших?
30. Легко ли Вы впадаете в гнев?
31. Способны ли Вы быть шаловливо-веселым?
32. Бывают ли у Вас состояния, когда Вы преисполнены счастья?
33. Можете ли Вы напрямую высказать кому-либо свое мнение о нем?
34. Можете ли Вы развлекать общество, быть душой компании?
35. Пугает ли Вас вид крови?
36. Охотно ли Вы беретесь за дело, требующее от вас большой личной ответственности?
37. Заступаетесь ли Вы за людей, по отношению к которым допущена несправедливость?
38. Беспokoитесь ли Вы, когда нужно спуститься в темный подвал, войти в пустую, неосвещенную комнату?
39. Предпочитаете ли Вы работу, требующую неторопливости и усидчивости, работе быстрой и с несложными результатами?
40. Общительный ли Вы человек?
41. Охотно ли Вы в школе декламировали стихи?
42. Кажется ли Вам жизнь тяжелой?
43. Убегали ли Вы в детстве из дома?
44. Случалось ли Вам так расстраиваться из-за какого-нибудь конфликта, ссоры, что после этого Вы чувствовали себя не в состоянии пойти на работу, учебу?
45. Можете ли Вы сказать, что даже при неудаче не теряете чувство юмора?
46. Стараетесь ли Вы помириться с тем, кого обидели?
47. Предпримете ли Вы первым шагами к примирению?

48. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы, закрыт ли газ, заперты ли двери?
49. Беспokoили ли Вас мысли, что с Вами или Вашими родными что-нибудь может случиться?
50. Ваше настроение меняется в зависимости от погоды?
51. Вам трудно выступать на сцене или с кафедры перед большой аудиторией?
52. Можете ли Вы, если на кого-нибудь сердитесь, дать волю рукам?
53. Нравится ли Вам бывать в обществе?
54. Можете ли Вы под влиянием разочарования впасть в отчаяние?
55. Нравится ли Вам организаторская работа?
56. Упорствуете ли Вы в достижении цели, если на пути встречается много препятствий?
57. Может ли трагический фильм так взволновать Вас, что на глазах выступят слезы?
58. Вам часто бывает трудно уснуть, когда Вы задумываетесь о проблемах дня или мечтаете о будущем?
59. Подсказывали ли Вы или давали списывать в школьные годы?
60. Приходится ли Вам преодолевать страх, чтобы одному ночью пройти через кладбище?
61. Следите ли Вы за тем, чтобы каждая вещь у Вас дома лежала на своем месте?
62. Случается ли с Вами, что, ложась спать в отменном настроении, следующим утром Вы встаете в плохом расположении духа, которое длится несколько часов?
63. Легко ли Вы приспосабливаетесь к новым условиям?
64. Страдаете ли Вы головными болями?
65. Часто ли Вы смеетесь?
66. Сможете ли Вы обратиться к человеку, которого недолюбливаете, столь дружески, что он и не заподозрит о Вашем настоящем отношении к нему?
67. Считаете ли Вы себя энергичным, предприимчивым человеком?

68. Очень ли Вы переживаете от несправедливости?
69. Любите ли Вы по-настоящему природу?
70. Случалось ли Вам, уйдя из дома, возвращаться, чтобы проверить, не произошло ли что-нибудь?
71. Боязливы ли Вы?
72. Часто ли меняется Ваше настроение?
73. Участвовали ли Вы или участвуете сейчас в любительских спектаклях, в драмкружке?
74. Испытываете ли Вы иногда влечение к чему-нибудь заманчивому, неведомому?
75. Относите ли Вы к будущему пессимистически?
76. Бывают ли у Вас резкие переходы настроения от большой радости к глубокой тоске?
77. Удастся ли Вам при общении с людьми создавать определенное настроение?
78. Долго ли Вы храните чувство гнева, досады?
79. Переживаете ли Вы долгое время горести других людей?
80. Могли ли Вы в школьные годы переписать из-за кляксы страницу в тетради?
81. Можно ли сказать, что Вы относитесь к людям скорее настороженно, недоверчиво, чем доверительно?
82. Часто ли у Вас бывают страшные сновидения?
83. Приходят ли Вам иногда в голову такие мысли, что Вы можете броситься под колеса мчащегося поезда или выпрыгнуть из открытого окна?
84. Становитесь ли Вы веселей в окружении веселых людей?
85. Удастся ли Вам отвлечься от гнетущих проблем, чтобы не думать о них постоянно?
86. Совершаете ли Вы внезапные, импульсивные поступки?
87. В беседе Вы скорее немногословны, чем говорливы?
88. Смогли бы Вы, играя в спектакле, так вжиться в роль, чтобы при этом забыть, что Вы другой человек?

Бланк ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88								

Обработка и интерпретация результатов

Полученные показатели по каждому типу акцентуации уравниваются при помощи определенных коэффициентов, которые указаны после названия вида акцентуации. Максимальный показатель по каждому виду акцентуации - 24 балла. Признаком акцентуации считается показатель, превосходящий 12 баллов. Можно подсчитать и средний показатель акцентуации конкретного лица. В таком случае признаком акцентуации можно считать показатели, превышающие среднее число.

1. Гипертимный тип (ответы «да» на вопросы 1,11,23,34, 45,55,67,77). Главная черта гипертимных людей – почти всегда очень хорошее, даже приподнятое настроение, которое гармонично сочетается с хорошим самочувствием, высоким жизненным тонусом, нередко цветущим внешним видом. У них всегда хороший аппетит и здоровый сон. Ярко выраженное стремление к самостоятельности часто может быть следствием конфликтов, в детстве приводит к побегам, отлучкам. Характерны вспышки гнева и раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачи.

2. Застреваемый тип (ответы «да» на вопросы 2,15,24,33,37,56,68, 78,81 и «нет» на вопросы 12,46,59). Застреваемые люди особо чувствительны к обидам и огорчениям, долго переживают происшедшее, отличаются мстительностью, отсутствием способности легко отходить от обид. Сильно развитое честолюбие часто приводит к настойчивому отстаиванию своих интересов. Иногда такие люди вступают в конфликт, отстаивая интересы других. Обладают великим упорством в достижении своих целей, часто страдают от мнимой несправедливости по отношению к ним. В связи с этим проявляют настороженность и недоверчивость по отношению к людям.

3. Эмотивный тип (ответы «да» на вопросы 3,13,35,47,57,69,79 и «нет» на вопрос 25). Наиболее сильно выраженная черта эмотивного типа – сопереживание другим людям или животным. Это мягкосердечные люди, которые легко прощают недостатки других и сами часто идут на примирение в конфликтах. Они особо относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными. Про таких говорят: «Мухи не обидит».

4. Педантичный тип (ответы «да» на вопросы 4,14,17,26,39,48, 58,61,70,80,83 и ответ «нет» на вопрос 36). Педантичный тип характеризуется постоянным сомнением в правильности выполненной работы, частыми самопроверками. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку. Педантичный тип сильно реагирует на любое нарушение порядка, вследствие чего могут возникать конфликты. В выполнении каких-либо действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность. От излишней педантичности иногда может быть заниженная самооценка, неуверенность в том, что выполнит работу.

5. Тревожный тип (ответы «да» на вопросы 16, 27, 38, 49,60, 71, 82 и ответ «нет» на вопрос 5). У лиц этого типа обычно с детства проявляются пугливость и боязливость. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях.

6. Циклотимический тип (ответы «да» на вопросы 6,18,28,40,50, 62,72,84).Люди этого типа на замечания и укоры обычно отвечают раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадают при этом в уныние, глубокую депрессию, что может закончиться суицидными попытками. У типичных циклоидов фазы изменения состояния обычно длятся 3 недели. В студенческие годы учатся неровно, часто упущения наверстывают с трудом, рождая в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. «Плохие» дни более наполнены дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, войти в компанию. Самооценка формируется по мере того, как накапливается опыт переживания хороших и плохих фаз. Пока такого опыта нет, самооценка подвержена настроению.

7. Демонстративный тип (ответы «да» на вопросы 7,19,22,29,41, 44,63,66,73,85,88 и ответ «нет» на вопрос 51).Главная черта этого типа – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Особенно отягощает перспектива быть незамеченным. Лживость и фантазирование целиком направлены на приукрашивание своей персоны. Кажущаяся эмоциональность в действительности оборачивается отсутствием глубоких чувств при большой экспрессии эмоций, театральности, склонности к рисовке и позерству. Обычно похвала других в

их присутствии вызывает особо неприятное ощущение, они этого не выносят. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка далека от объективности. Обладая патологической способностью к вытеснению, они могут полностью забыть то, о чем не желают знать. Это расковывает их во лжи. Обычно они лгут с невинной миной; то, что они говорят, в данный момент для них является правдой, поскольку, по-видимому, внутренне они не осознают свою ложь или же осознают очень неглубоко, без совестливых переживаний.

8. Возбудимый тип (ответы «да» на вопросы 8,20,30,43,52,64,74, 86). Возбудимый тип часто отличается непослушанием в детстве, трудностью регулирования своего поведения. Возможно, это связано с отставанием в развитии второй сигнальной системы, поскольку этот тип легко диагностируется пробой на название предметов за короткий отрезок времени. Обычно люди за 3 минуты могут назвать более 60 предметов. Лица с возбудимой акцентуацией в этой пробе значительно отстают. Они не способны сами занять себя, плохо переносят одиночество. Могут быть властными, выбирая для общения наиболее слабых. Недостаточная инициативность не позволяет им занять место лидера. Никакой труд не становится привлекательным, работают они лишь по мере крайней необходимости. Равнодушны к будущему, целиком живут настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Реакция возбуждения гасится с трудом, может быть опасна для окружающих.

9. Дистимный тип (ответы «да» на вопросы 9,21,42,75,87 и «нет» на вопросы 31,53,65). Отличается серьезностью, даже подавленностью настроения, пессимистичным отношением к будущему; в беседе обычно немногословны либо молчаливы; у них очень редко бывает беспечно-веселое настроение.

Обычно избегают общества, шумной компании. Отличительная черта – угрюмость.

10. Экзальтированный тип (ответы «да» на вопросы 10,32,54,76). Яркая черта представителей этого типа - способность восторгаться, восхищаться, а также улыбочивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Это чувство часто может возникнуть у них по причине, которая у других не вызывает большого подъема. В то же время такие личности могут легко впасть в отчаяние, разочароваться. Эти состояния могут внезапно сменяться большой радостью, приливом восторга.

Общая норма равна половине шкалы, т.е. 12 (вся шкала равна 24). Индивидуальная норма определяется путем деления суммы всех полученных баллов на 10. Если полученная сумма превышает 12 баллов, то можно говорить о наличии у Вас акцентуации характера [23].

Профессионально важные качества педагогического общения

- интерес к учащимся и работе с ними, наличие потребности и умения общения, общительность, коммуникативные качества
 - способность к эмоциональной эмпатии и пониманию учащихся
 - гибкость, оперативно-творческое мышление, обеспечивающее умение быстро и правильно ориентироваться в меняющихся условиях общения, быстро изменять речевое воздействие зависимости от ситуации общения, индивидуальных особенностей студентов
 - умение ощущать и поддерживать обратную связь в общении
 - умение управлять собой, управлять своими психическими состояниями, своим телом, голосом, мимикой, умение управлять настроением, мыслями, чувствами, умение снимать мышечные зажимы
 - способность к спонтанности (неподготовленной) коммуникации
 - умение прогнозировать возможные педагогические ситуации, последствия своих воздействий
 - хорошие вербальные способности: культура, развитость речи, богатый лексический запас, правильный отбор языковых средств
- владение искусством педагогических переживаний, которые представляют сплав жизненных, естественных переживаний педагога и педагогически целесообразных переживаний, способных повлиять на студентов в требуемом направлении
- способность к педагогической импровизации, умение применять все разнообразие средств воздействия (убеждение, внушение, заражение, применение различных приемов воздействия, «приспособлений» и «пристроек») [31].

Средства повышения эффективности педагогического воздействия

- приспособления – система приемов (мимических, речевых, психологических): одобрение, совет, недовольство, намек, просьба, осуждение, юмор, насмешка, приказ, доверие, пожелание и пр. (до 160 видов)
- пристройки – приспособление своего тела, интонации и стиля общения к студентам для того, чтобы затем приспособить его поведение к целям педагога
- усиление воздействия через: повышение голоса в начале фразы по сравнению с предыдущей; смена способов словесного воздействия: переход от сложного к простому, от простого к сложному; рельефное выделение фраз; резкая смена способов общения.

В условиях импровизации вследствие возникновения неожиданной ситуации возможны следующие основные типы поведения преподавателей:

- естественный (плодотворные импровизационные действия не вызывают у педагогов психологических эмоциональных затруднений)
- напряженно-преобразовательный (происходит мобилизация всех ресурсов личности на преодоление возникшей трудности)
- преднамеренно-уклончивый (сознательное уклонение педагога от преодоления неожиданной педагогической ситуации)
- произвольно-тормозной (растерянность и полная заторможенность действий педагога)
- эмоциональный срыв (педагог действует бесконтрольно, бессистемно, усугубляя конфликт, не умея управлять или скрывать свои чувства)

– неадекватный (педагог скрывает свои чувства, но не способен их преобразовать в педагогически целесообразные переживания и действия) [31].

Разрешение педагогических ситуаций

Представленные психолого-педагогические ситуации часто возникают в профессиональной деятельности преподавателя. Вам необходимо выбрать их оптимальное решение

Инструкция. Перед Вами – ряд затруднительных педагогических ситуаций. Познакомившись с содержанием каждой из них необходимо выбрать из числа предложенных вариантов реагирования на данную ситуацию такой, который с педагогической точки зрения наиболее правилен, по Вашему мнению. Если ни один из предложенных вариантов ответов Вас не устраивает – указать свой, оригинальный, в двух нижних строках после перечисленных для выбора альтернатив.

Ситуация 1

В самом начале занятий или уже после того, как Вы провели несколько занятий, учащийся заявляет Вам: «Я не думаю, что Вы как педагог сможете нас чему-то научить». Ваша реакция:

- 1.«Твое дело – учиться, а не учить преподавателя»
- 2.«Таких, как ты, я, конечно, ничему не смогу научить»
- 3.«Может быть, тебе лучше учиться у другого преподавателя?»
- 4.«Тебе просто не хочется учиться»
- 5.«Мне интересно знать, почему ты так думаешь».
- 6.«Давай поговорим об этом подробнее. В моем поведении, наверное, есть что-то такое, что наводит тебя на подобную мысль?»
7. _____

Ситуация 2

Вы приступили к проведению занятия, все учащиеся успокоились, настала тишина, и вдруг в аудитории кто-то громко засмеялся. Когда Вы, не успев ничего сказать, вопросительно и удивленно посмотрели на студента, который засмеялся, он заявил: «Мне всегда смешно смотреть на Вас и хочется смеяться, когда Вы начинаете вести занятия». Как Вы отреагируете на это? Выберите и отметьте подходящий вариант словесной реакции из числа предложенных далее.

1. «Вот тебе и на!»
 2. «А что тебе смешно?»
 3. «Ну, и ради бога!»
 4. «Ты что, «умник»?»
 5. «Люблю веселых людей».
 6. «Я рад(а), что создаю у тебя веселое настроение».
 7. _____
-
-

Ситуация 3

Педагог дает учащемуся задание, а тот не хочет его выполнять и при этом заявляет: «Я не хочу это делать!». Какой должна быть реакция педагога?

1. «Не хочешь – заставим!»
 2. «Для чего же ты тогда пришел учиться?»
 3. «Тем хуже для тебя, оставайся неучем. Твое поведение похоже на поведение человека, который назло своему лицу хотел бы отрезать себе нос»
 4. «Ты отдаешь себе отчет в том, чем это может для тебя окончиться?»
 5. «Не мог бы ты объяснить, почему?»
 6. «Давай сядем и обсудим – может быть, ты и прав»
 7. _____
-
-

Ситуация 4

Студент разочарован своими учебными успехами, сомневается в своих способностях и в том, что ему когда-либо удастся как следует понять и усвоить материал, и говорит преподавателю: «Как Вы думаете, удастся ли мне когда-нибудь учиться на отлично и не отставать от остальных ребят в группе?». Что должен на это ему ответить преподаватель?

1. «Если честно сказать – сомневаюсь»
 2. «Конечно, в этом ты можешь не сомневаться»
 3. «У тебя прекрасные способности и я связываю с тобой большие надежды»
 4. «Почему ты сомневаешься в себе?»
 5. «Давай поговорим и выясним проблемы»
 6. «Многое зависит от того, как мы с тобой будем работать»
 7. _____
-
-

Ситуация 5

Студент говорит преподавателю: «На последнюю пару, которую Вы проводите, я не смогу прийти – у меня билет на концерт молодежного ансамбля, который я с трудом достал». Как нужно ответить ему?

1. «Попробуй только!»
2. «Это твое дело, тебе же сдавать экзамен (зачет). Придется все равно отчитываться за пропущенные занятия, я потом тебя обязательно спрошу»
3. «Ты, мне кажется, очень несерьезно относишься к занятиям»
4. «Может быть, тебе вообще лучше оставить вуз?»
5. «А что ты собираешься делать дальше?»
6. «Мне интересно знать, почему посещение концерта для тебя интереснее, чем занятия в вузе»
7. «Я тебя понимаю: отдыхать, ходить на концерты, бывать на соревнованиях и общаться с друзьями – действительно

интереснее, чем учиться. Но я, тем не менее, хотел(а) бы знать, почему это так важно именно для тебя?»

8. _____

Ситуация 6

Студент, увидев преподавателя, когда тот вошел в аудиторию, говорит ему: «Вы выглядите очень усталым и утомленным». Как на это должен отреагировать педагог?

1.«Я думаю, что с твоей стороны не очень прилично делать мне такие замечания».

2.«Да, я плохо себя чувствую».

3.«Не волнуйся обо мне, лучше на себя посмотри».

4.«Я сегодня плохо спала, у меня много работы».

5.«Не беспокойся, это не мешает нашим занятиям».

6.«Ты – очень внимательный, спасибо за заботу!»

7. _____

–

Ситуация 7

«Я чувствую, что занятия, которые Вы ведете, не помогают мне, – говорит студент преподавателю и добавляет: – Я вообще думаю бросить занятия». Как на это должен отреагировать педагог?

1.«Перестань говорить глупости!»

2.«Ничего себе, додумался!»

3.«Может быть, тебе найти другого преподавателя?»

4.«Я хотел бы подробнее знать, почему у тебя возникло такое желание?»

5.«А что, если нам поработать вместе над решением твоей проблемы?»

6.«Может быть, твою проблему можно решить как-то иначе?»

7. _____

Ситуация 8.

Студент говорит преподавателю, демонстрируя излишнюю самоуверенность: «Нет ничего такого, что я не сумел бы сделать, если бы захотел. В том числе мне ничего не стоит усвоить и преподаваемый Вами предмет». Какой должна быть на это реплика педагога?

- 1.«Ты слишком хорошо думаешь о себе»
- 2.«С твоими-то способностями? Сомневаюсь»
- 3.«Ты, наверное, чувствуешь себя уверенно, если заявляешь так?»
- 4.«Не сомневаюсь в этом, т.к. знаю, что если ты захочешь, то у тебя все получится»
- 5.«Это, наверное, потребует от тебя большего напряжения»
- 6.«Излишняя самоуверенность вредит делу».

7. _____

Ситуация 9

В ответ на замечание преподавателя студент говорит: «Для того, чтобы усвоить учебный предмет, мне не нужно много работать. Меня считают достаточно способным человеком». Что должен ответить ему на это педагог?

- 1.«Это мнение, которому ты вряд ли соответствуешь»
- 2.«Те трудности, которые ты до сих пор испытывал и твои знания отнюдь не свидетельствуют об этом»
- 3.«Многие люди считают себя достаточно способными, но далеко не все на деле таковыми являются»
- 4.«Я рад(а), что ты такого высокого мнения о себе»
- 5.«Это тем более должно заставить тебя прилагать больше усилий в учении»

6.«Это звучит так, как будто ты сам не очень веришь в свои способности»

7. _____

Ситуация 10

Учащийся говорит педагогу: «Я снова забыл принести тетрадь (выполнить домашнее задание и т.п.)». Как следует на это отреагировать педагогу?

- 1.«Ну вот, опять!»
- 2.«Не кажется ли тебе это проявлением безответственности?»
- 3.«Думаю, что тебе пора начать относиться к делу серьезнее»
- 4.«Я хотел(а) бы знать, почему?»
- 5.«У тебя, вероятно, не было для этого возможности?»
- 6.«Как ты думаешь, почему я каждый раз напоминаю об этом?»
7. _____

Ситуация 11

Учащийся в разговоре с педагогом говорит ему: «Я хотел бы, чтобы Вы относились ко мне лучше, чем к другим ребятам». Как должен ответить преподаватель на такую просьбу студента?

- 1.«Почему это я должен относиться к тебе лучше, чем ко всем остальным?»
- 2.«Я вовсе не собираюсь играть в любимчиков и фаворитов!»
- 3.«Мне не нравятся люди, которые заявляют так, как ты.»
- 4.«Я хотел(а) бы знать, почему я должен(на) особо выделять тебя среди остальных?»
- 5.«Если бы я тебе сказал(а), что люблю тебя больше, чем других, то ты чувствовал бы себя от этого лучше?»

6. _____

Ситуация 12

Студент, выразив преподавателю свои сомнения по поводу возможности хорошего усвоения преподаваемого им предмета, говорит: «Я сказал Вам о том, что меня беспокоит. Теперь Вы скажите, в чем причина этого и как мне быть дальше?». Что должен на это ответить педагог?

- 1.«У тебя, как мне кажется, комплекс неполноценности»
- 2.«У тебя нет никаких оснований для беспокойства»
- 3.«Прежде, чем я смогу высказать обоснованное мнение, необходимо лучше разобраться в сути проблемы»
- 4.«Давай подождем, поработаем и вернемся к обсуждению этой проблемы через некоторое время. Я думаю, что нам удастся ее решить»
- 5.«Я не готов(а) сейчас дать тебе точный ответ, мне надо подумать»
- 6.«Не волнуйся, и у меня в свое время ничего не получалось»
7. _____

Ситуация 13

Студент говорит преподавателю: «Мне не нравится то, что Вы говорите и защищаете на занятиях». Каким должен быть ответ педагога?

- 1.«Это плохо»
- 2.«Ты, наверное, в этом не разбираешься»
- 3.«Я надеюсь, что в дальнейшем, в процессе наших занятий твое мнение изменится»
- 4.«Почему?»
- 5.«А что ты сам любишь и готов защищать?»
- 6.«На вкус и цвет товарищей нет»
- 7.«Как ты думаешь, почему я это говорю и защищаю?»

8. _____

Ситуация 14

Студент, явно демонстрируя свое плохое отношение к кому-либо из товарищей по группе, говорит: «Я не хочу работать вместе с ним». Как на это должен отреагировать педагог?

- 1.«Ну и что?»
- 2.«Никуда не денешься, все равно придется»
- 3.«Это глупо с твоей стороны»
- 4.«Но он тоже не захочет после этого работать (учиться) с тобой»
- 5.«Почему?»
- 6.«Я думаю, что ты не прав»
7. _____

Оценка результатов и выводы

Каждый ответ испытуемого (выбор им того или иного из предложенных вариантов) оценивается в баллах в соответствии с ключом, представленным в таблице. Слева по вертикали в этой таблице порядковыми номерами указаны педагогические ситуации, а справа сверху также по порядку их следования представлены альтернативные ответы на эти ситуации. В самой же таблице приведены баллы, которыми оцениваются различные варианты ответов на разные педагогические ситуации.

Примечание. Свободные ответы оцениваются отдельно, и соответствующие оценки добавляются к общей сумме баллов. Способность правильно решать педагогические проблемы определяется по сумме баллов, набранной

испытуемым по всем 14 педагогическим ситуациям, деленной на 14.

Если Вы получили среднюю оценку выше 4,5 балла, то Ваши педагогические способности (по данной методике) считаются высокоразвитыми. Если средняя оценка находится в интервале от 3,5 до 4,4 балла, то педагогические способности считаются среднеразвитыми. Наконец, если средняя оценка оказалась меньше 3,4 балла, то педагогические способности испытуемого рассматриваются как слаборазвитые [23].

Ключ к методике «Педагогические ситуации». Оценка различных вариантов ответов на разные ситуации

Порядковый номер педагогической ситуации	Выбранный вариант ответа и его оценка (в баллах)							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1	4	3	4	2	5	5	–	–
2	2	2	3	3	5	5	–	–
3	2	3	4	4	5	5	–	–
4	2	3	3	4	5	5	–	–
5	2	2	3	3	2	4	5	5
6	2	3	2	4	5	5	–	–
7	2	2	3	4	5	5	–	–
8	2	2	4	5	4	3	–	–
9	2	4	3	4	5	4	–	–
10	2	3	4	4	5	5	–	–
11	2	2	3	4	5	5	–	–
12	2	3	4	5	4	5	–	–
13	3	2	4	4	5	4	5	–
14	2	2	3	4	4	5	–	–

ГЛОССАРИЙ

Адаптация педагога – процесс и результат приспособления педагогического работника к профессиональной деятельности, педагогическому коллективу

Академический университет – первое в России светское высшее учебное заведение, основанное Петром I в 1724 г.

Апперцепция – зависимость восприятия от прошлого опыта, запаса знаний и общей направленности личности

Аудиовизуальное восприятие – одновременное восприятие слухом и зрением

Аутсайдер – термин из зарубежной социальной психологии, обозначающий члена группы, отвергаемого ею по причине психологической несовместимости

Барьер психологический – мотив, препятствующий выполнению определенной деятельности или действия, в частности общению с определенным человеком или группой людей

Внимание – направленность и сосредоточенность психической деятельности на одном предмете или явлении при одновременном отвлечении от других

Взаимодействие – непосредственные, прямые связи между людьми и явлениями; это видимая, внешняя часть взаимоотношений людей

Взаимоотношение – более глубокая потребностно-мотивационная часть отношений: ожидания, интересы, симпатии и антипатии людей, другие характеристики их отношений

Воспитание – относительно осмысленное и целенаправленное возвращение человека в соответствии со спецификой целей, групп и организаций, в которых оно осуществляется

Восприятие – психическое отражение предметов и явлений действительности в совокупности их свойств и частей, связанный с пониманием целостности отражаемого

Гуманизация образования – процесс создания условий для самореализации, самоопределения личности студента в пространстве современной культуры, создания в ВУЗе гуманитарной сферы, способствующей раскрытию творческого потенциала личности

Денотатный граф (от лат. *denoto* – обозначаю и греч. *γραφο* – пишу) – способ вычисления из текста существенных признаков ключевого понятия

Дидактика высшей школы – наука о высшем образовании и обучении в высшей школе – интенсивно развивающаяся отрасль педагогического знания

Задача педагогическая – результат осознания субъектом деятельности целей, условий и проблемы деятельности

Задача ситуативная (педагогическая) – задача, имеющая своей целью непосредственное изменение хода действий (поступка, поведения, отношений и т.д.) воспитуемых в процессе взаимодействия педагога-психолога с ними

Задача стратегическая (педагогическая) – задача, имеющая своей целью существенное изменение воспитуемых, достижение некоторого педагогического идеала в течение длительного времени

Задача тактическая (педагогическая) – задача, являющаяся составной частью стратегической задачи и имеющая своей целью значительное продвижение по пути формирования необходимых качеств у воспитуемых в специально для этого организованной деятельности

ЗХУ – стратегия американского педагога Д. Огл – «знаю – хочу знать – узнал» – способ организации материала с помощью таблицы

Инсерт – способ работы с текстом с помощью маркировки

Квалификация (работника) – официальное признание и документальное подтверждение освоения определенного вида профессиональной деятельности

Коммуникация (в психологии) – передача информации посредством языка и других знаковых средств

Компетентность – наличие у человека компетенций для успешного осуществления трудовой деятельности

Монологическая речь – высказывание, объединенное одной сложной мыслью

Мышление – опосредованное отражение внешнего мира, которое опирается на впечатление от реальности и дает возможность человеку в зависимости от усвоенных им знаний, умений и навыков правильно оперировать информацией, строить свои планы и программы поведения.

Национальная система квалификаций Российской Федерации (НСК РФ) – комплекс взаимосвязанных нормативно-правовых документов, обеспечивающих взаимодействие сфер профессионального образования и труда в целях повышения качества подготовки специалистов и их конкурентоспособности на российском и международном рынке труда. Основой НСК РФ является Национальная рамка квалификаций

Непрерывное образование – единая система государственных и общественных образовательных учреждений, обеспечивающая организационное, содержательное единство и преемственную взаимосвязь всех звеньев, совместно решающих задачи воспитания, общеобразовательной, политехнической и профессиональной подготовки каждого человека с учетом актуальных и перспективных общественных потребностей, и удовлетворяющих его стремление к самообразованию, всестороннему и гармоничному развитию на протяжении всей жизни

Объект (предмет) профессиональной деятельности – явление, предмет, процесс, на которые направлено воздействие в процессе трудовой деятельности. Термины «объект» и «предмет» профессиональной деятельности рассматриваются как синонимы в профессиональной деятельности, связанной с материальным производством, следует развести эти понятия в нематериальной сфере, связанной с научными исследованиями

ми, творчеством и т. п. В этом случае понятие предмета уже понятия объекта и связано со свойствами или отношениями объекта, познание которых важно для решения профессиональных задач.

Область профессиональной деятельности – совокупность видов профессиональной деятельности, имеющая общую основу (аналогичные или близкие назначение, объекты, технологии, в т.ч. средства труда) и предполагающая схожий набор трудовых функций и соответствующих компетенций для их выполнения

Обучаемость – индивидуальные показатели скорости и качества усвоения человеком содержания обучения

Обучение – совместная целенаправленная деятельность педагога и учащихся, в ходе которой осуществляется развитие личности, её образование и воспитание

Общая компетенция – способность успешно действовать на основе практического опыта, умений и знаний при решении задач, общих для многих видов профессиональной деятельности

Общение – взаимодействие двух или более людей, состоящее в обмене между ними информацией познавательного или аффективно-оценочного характера

Педагогика высшей школы – отрасль педагогической науки, изучающая теоретические и практические проблемы высшего профессионального образования

Педагогический анализ – раскрытие сущности конкретных воспитательно-образовательных фактов (явлений и процессов) с целью получения информации для решения практических задач и исследования хода и результатов их решения

Педагогическая власть – организационное и регулятивно-контрольное начало педагогического процесса

Педагогический контроль – процесс выявления и сравнения знаний, умений и навыков учащихся с требованиями образовательных программ

Педагогическое мастерство – уровень совершенного владения педагогической деятельностью

Педагогическое новаторство – высший уровень профессиональной деятельности педагога - органически включает в себя выдвижение и реализацию новых, прогрессивных идей, принципов, методов, приемов и т.д. в педагогический процесс. Новаторство носит отнюдь не частный характер, оно оказывает влияние на всю систему обучения и воспитания

Педагогический профессионализм – соответствующая требованиям государственного образовательного стандарта) теоретическая и практическая подготовленность педагога к осуществлению учебно-воспитательной деятельности на должном профессиональном уровне

Педагогический процесс – процесс, реализующий во взаимосвязи цели образования и воспитания в условиях педагогических систем, в которых организовано взаимодействие воспитатели и воспитуемые

Педагогическая психология – отрасль психологии, изучающая психологические проблемы обучения и воспитания

Педагогическое творчество – элемент определенной новизны, которая чаще всего связана не столько с продуцированием новых идей, сколько с видоизменением, модернизацией приемов учебно-воспитательной работы

Педагогическая техника – комплекс умений, который позволяет педагогу через то, что видят и слышат учащиеся, донести до них свои мысли

Педагогическая технология – система приемов и способов, последовательность выполнения которых обеспечивает решение задач воспитания, обучения и развития личности

Предвидение педагогическое – определение, описание тех или иных педагогических явлений, отсутствующих в данный момент, которые могут возникнуть и быть изученными в будущем

Проблема решения педагогической задачи – результат осознания субъектом решения задачи противоречия между из-

вестной целью задачи и неизвестными путями ее решения (отсутствие определенных знаний или средств для организации деятельности воспитателей и воспитуемых)

Профессия (специальность) – общественно признанный относительно устойчивый вид профессиональной деятельности человека, который определен разделением труда в обществе. Термин «специальность» может использоваться и в более узком значении – «вид занятий в рамках одной профессии» (инженер-строитель, слесарь-инструментальщик, врач-терапевт).

Профессиональная компетенция – способность успешно действовать на основе умений, знаний и практического опыта при выполнении задания, решении задачи профессиональной деятельности

Профессиональная подготовка – организация обучения профессиональных кадров, различные формы получения профессионального образования

Профессионально-педагогическая деятельность: 1) один из видов человеческого труда, в котором в единстве и взаимосвязи проявляются социально-педагогический, нормативно-содержательный и функционально-психологический аспекты; 2) совокупность решаемых друг за другом профессиональных задач

Профессиональный модуль – часть программы профессионального образования (обучения), предусматривающая подготовку обучающихся к осуществлению определенной совокупности трудовых функций, имеющих самостоятельное значение для трудового процесса

Психолого-педагогическое взаимодействие – категория, характеризующая педагогическое общение, этико-профессиональную направленность, личностно-эмоциональный фон, непосредственное содержание педагогической деятельности

Саморегуляция – способность личности управлять собственным психическим состоянием и поведением

Синдром психоэмоционального «выгорания» – форма психической перегрузки, при которой наблюдаются устойчивые явно выраженные нарушения психоэмоциональной сферы (например, появляется «злой» юмор). У педагогов синдром психоэмоционального «выгорания» обуславливается наличием рассогласования в ценностно-мотивационной сфере

Система педагогическая – совокупность взаимосвязанных элементов деятельности социальных институтов образования и воспитания: субъектов и объектов, содержания, форм, методов и средств педагогического взаимодействия, отношений связей в субъектно-объектной сфере, целевых и результативных компонентов, имеющих своей целью целостное и эффективное решение образовательно-воспитательных задач

Эмпатия – способность понимания психических состояний других людей и сопереживание им

Язык (в психологии) – система словесных знаков, опосредствующих психическую (прежде всего интеллектуальную) деятельность, а также средство общения, реализуемое в речи

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тесты М.; «Владос»,2006 – 208 с.
2. Безрукова В.С. Педагогика. Учебное пособие для ВУЗов Ростов-н/Д; «Феникс»,2013 – 381 с.
3. Беляков С.А., Клячко Т.Л. Российское высшее образование: модели и сценарии развития М.; «Дело», 2013 – 316 с.
4. Беспалько В.П. Основы теории педагогических систем Воронеж; изд-во Воронеж.ун-та, 1977 – 204 с.
5. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии М.; «Педагогика», 1989 – 192 с.
6. Волкова А., Руденко А.М. и Самыгин С.И. Педагогика. Конспект лекций. Ростов-н/Д; «Феникс»,2015 – 224 с.
7. Гончаренко С.У. Педагогические исследования: методологические советы молодым учителям Киев, 2011
8. Гордон Т. Курс эффективного преподавателя. Как раскрыть в школьниках самое лучшее М.; «Ломоносов»,2010 – 432 с.
9. Гребенюк О.С., Рожков М.И. Общие основы педагогики (учебник для вузов) М.; «Владос»,2004 – 160 с.
10. Дикая Л.Г. Психологическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход) М.; ИП РАН,2003 – 318 с.
11. Дополнительное профессионально-педагогическое образование: практика, инновации//Учебник под ред. Семенова А.Л. М.; «Спутник+»,2013 – 344 с.
12. Зимняя И.А. Педагогическая психология (учебник для вузов) М.; «Логос»,2001 – 384 с.
13. Ингенкамп К. Педагогическая диагностика/Пер. с нем. М.; «Педагогика», 1991 – 240 с.
14. Кан-Калик В.А. Педагогическое творчество М.; «Педагогика»,1990 – 144 с.

15. Кларин М.В. Педагогическая технология в учебном процессе//Педагогика и психология № 6 за 1989 г. – 77 с.
16. Ковылина Т.И. Работа преподавателя над собой. М.; «Спутник+»,2014 – 266 с.
17. Конопкин, О.А. Осознанная саморегуляция как критерий субъективности//Вопросы психологии № 3 за 2008 г., с.22-34
18. Конопкин О.А. Механизмы осознанной саморегуляции произвольной активности человека//Субъект и личность в психологии саморегуляции: сб. науч. тр./под ред. В.И. Моросановой. – М.-Ставрополь: ПИ РАО, СевКавГТУ,2007 – с.12-31
19. Кузьмина Н.В. Педагогическое мастерство как фактор развития способностей учащихся//Вопросы психологии № 1 за 1984 г., с.20-26
20. Кухарев Н.В. Становление педагога-исследователя в профессиональной деятельности (учебное пособие) М.; «Экоперспектива»,2009 – 188 с.
21. Леонова А.Б. и Кузнецова, А.С. Психологические технологии управления состоянием человека М.; «Смысл»,2009 – 311 с.
22. Леонтьев А.А. Педагогическое общение Нальчик; Издатцентр «Эльфа»,1996 – 160 с.
23. Лихачев Б.Т. Педагогика: курс лекций М.; «Владос»,2010 – 647 с.
24. Лобанова А.В. Тетрадь роста (учебно-методическое пособие) – Краснодар, 2014 – 134 с.
25. Методика преподавания в вузе. Учебное пособие//Под ред. Федякиной Л.В. Изд-во РГСУ,2014 – 257 с.
26. Митин А.Н. Основы педагогической психологии высшей школы. Учебное пособие М.; «Прспект», 2015 – 192 с.
27. Михальская А.К. Педагогическая риторика. Учебное пособие Ростов-н/Д; «Феникс»,2013 – 380 с.

28. Основы педагогики и психологии высшей школы//Под ред. Петровского А.В. Изд-во МГУ,1986 – 304 с.
29. Основы педагогического мастерства под ред. И.А. Зязюна М.; «Высшая школа»,2004 – 462 с.
30. Педагогика (учебное пособие)/В.А. Слостенин, И.Ф. Исаев, А.И. Мищенко, Е.Н. Шиянов М.; «Школа-пресс»,1997 – 512 с.
31. Педагогика. Учебник для вузов. Стандарт 3-го поколения//Учебник под ред. Тряпицыной А.П. СПб; «Питер»,2013 – 304 с.
32. Педагогика и психология высшей школы (учебное пособие)/Под ред. Самыгина С.И. Ростов-н/Д; «Феникс»,1998 – 544 с.
33. Пидкасистый П.И. Педагогика: Учебник для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей М.; Изд-во педагогического общества России, 2009 – 576 с.
34. Пидкасистый П.И. Организация учебно-познавательной деятельности студентов М.; Изд-во педагогического общества России, 2005 – 144 с.
35. Питюков В.Ю. Основы педагогической технологии (учебно-практическое пособие) М.; «Роспедагентство»,1997 – 176 с.
36. Подласый И.П. Педагогика: успешный экзамен. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений М.; «Дата-сквер»,2010 – 464 с.
37. Профессиональные педагогические сообщества – стратегический ресурс повышения качества образования//Учебник под ред. Чураковой Р.Г. М.; «Академкнига»,2013 – 184 с.
38. Психология саморегуляции в XXI веке под ред. Моросановой В.И. – М.-СПб.; «Нестор-история»,2011 – 468 с.
39. Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности (учеб.пособие) М.; «Академия»,2001 – 304 с.

40. Столяренко Л.Д. Педагогическая психология Ростов-н/Д; «Феникс»,2003 – 544 с.
41. Сурженко Л.В. Реализуемость личностных ценностей преподавателей высшей школы в аспекте профессионального выгорания / Л.В. Сурженко // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер.: Педагогика и психология. – 2013. – Вып. 2. – С.90–96
42. Суртаева Н.Н. Проектирование педагогических технологий в профессиональной подготовке учителя: дис. д-ра пед. наук М.; 1995 – 341 с.
43. Фокин Ю.Г. Краткий справочник по обучению в высшей школе. Деятельный подход Ростов-н/Д; «Феникс»,2015 – 94 с.
44. Фрадкин Ф.А. Педагогическая технология в исторической перспективе//История педагогической технологии: Сб. науч. тр. М.; Изд-во НИИТП, 1992 – С.3–12
45. Харламов И.Ф. О педагогическом мастерстве, творчестве и новаторстве//Педагогика № 7–8 за 1992 г.,с.11–15
46. Хон Роберт Л. Педагогическая психология: принципы обучения М.; «Академический проект»,2005 – 736 с.
47. Целуйко В.М. Психологические основы педагогического общения М.; «Владос»,2007 – 296 с.
48. Штайнер Р. Принципы вальдорфской педагогики. Методика обучения М.; «Лонгин»,2012 – 160 с.
49. Щербаков А.И. Практикум по возрастной и педагогической психологии М.; «Просвещение»,1987 – 255 с.

Учебное издание

Красноплахтова Людмила Ивановна

**Педагогическая техника преподавателя
высшей школы как элемент
педагогического мастерства**

Учебное пособие

В авторской редакции

Подписана в печать 2015. Формат
Усл.печ.л. - 5,6. Уч.-изд.л. – 4,4.
Тираж экз. заказ №

Типография Кубанского государственного
аграрного университета.
350044, г. Краснодар, ул. Калинина, 13