

### Тест «Психологічна компетентність педагога»

Дайте відповідь «так» чи «ні» на питання.

1. Що старша дитина, то важливіші для неї слова, знаки уваги й підтримка дорослих.
2. У дітей зароджуються комплекси, коли їх з кимось порівнюють.
3. Емоції дорослих, незалежно від їхньої волі, бажань, впливають на стан дітей, передаються їм, викликаючи відповідну реакцію.
4. Підкреслюючи помилки дитини, ми тим самим рятуємо її від них.
5. Негативна оцінка не шкодить благополуччю дитини.
6. Дітей необхідно виховувати суворо, щоб вони вирости нормальними людьми.
7. Дитина ніколи не повинна забувати про те, що дорослі — старші, освіченіші, розумніші.
8. Дитина, оточена турботою й увагою, — не обтяжена неприємними переживаннями тривоги й страху.
9. Негативні реакції дітей необхідно зупиняти для їхнього ж блага.
10. Дітей не повинні цікавити емоції та внутрішні переживання дорослих.
11. Якщо дитина не хоче, її завжди можна змусити.
12. Дітей потрібно вчити, спираючись на приклади слухняності.
13. Дитині будь-якого віку для емоційного благополуччя необхідні дотик, жести, погляд, які виражають любов і схвалення дорослих.
14. Дитина постійно повинна бути предметом симпатії й уваги.
15. Якщо дитина щось робить, вона повинна постійно усвідомлювати, добре чи погано вона чинить з погляду дорослого.
16. Спільна діяльність із дітьми (спів, малювання, творча робота) — означає бути з ними «на рівних».
17. Неслухняними бувають діти, які не звикли до слова «треба».
18. Примусові методи примножують порушення прав особистості й небажані форми поведінки.
19. Я ніколи не примушую учнів робити щось проти їхньої волі.
20. Дитина не боїться помилок і невдач, якщо знає, що дорослі її розуміють.
21. Я ніколи не кричу на дітей.
22. Я ніколи не говорю дітям «Я не маю часу», «Відчепись», коли вони ставлять мені запитання.
23. Якщо в учня виникли труднощі в чомусь, його завжди можна переключити на інше.
24. У мене ніколи не виникає неприємного почуття, коли ставлю низький бал заслужено.
25. У мене ніколи не виникає почуття тривоги під час спілкування з учнями.
26. Не потрібно нав'язувати учням того, чого вони не хочуть, краще подумати, що сам робиш не так.
27. Учень завжди правий. Неправий може бути тільки дорослий.
28. Якщо учень не працює на уроці, то він або лінується, або погано почувається.
29. Я ніколи не роблю зауважень дітям у жорсткій і грубій формі.
30. В учнів ніколи не буває правильних або неправильних вчинків, вони завжди проявляють себе так, як можуть або хочуть.

#### **Інтерпретація результатів**

$$N = X : 30 \times 100,$$

де N — психологічна компетентність (норма),

X — кількість збігів із ключем. Показник норми — 80 % та більше.

Ключ
------

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
+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+

У педагогічній діяльності досить багато суб'єктивного. Вихідною клітинкою, одиницею вимірювання тут є особистість — особистість учителя й особистість учня, їх спільна діяльність і спілкування. Від взаємодії двох реальних виконавців навчально-виховного процесу — педагога й учня — істотно залежать його наслідки.

Ось чому все, пов'язане з діяльністю, етикою поведінки вчителя, його тактом у взаєминах із учнями, належить до суттєвих параметрів успішного навчання й виховання в ліцеї.

**Вправа «Модель компетентного керівника, вчителя та учня»**

**Матеріал:** аркуші паперу, ручки.

Завдання: учасники діляться на три групи: одна з них створює модель компетентного керівника, друга — вчителя, третя — учня. Представлення кожною групою учасників своєї моделі.

Обговорення

**Релаксація «Водоспад»**

Чому потрібно вміти розслабитися?

*Розслаблення* — це мистецтво й наука водночас.

*Релаксація* — це м'язове та психічне розслаблення для відновлення життєвих сил, і хто опанував цю техніку, зможе не лише ефективно відпочивати, а й плідно працювати. Техніку релаксації може легко засвоїти кожен, потрібні лише щоденні тренування впродовж 5-10 хв.

Виберіть зручну позу, закрийте очі. Дихайте рівномірно, спокійно. Звільніться від напруження. Глибоко вдихніть, повільно видихніть. Ви спокійні, ви задоволені.

Уявіть поле і себе на ньому. Ви стоїте босими ногами на теплій землі. Озирніться навкруги, зауважте все, що потрапляє вам на очі. Підніміть голову і подивіться на лагідне сонечко. Воно яскраво-золотисте, тепле. Відчуйте тепло й енергію сонця.

Поверніть голову вправо, знайдіть поглядом водоспад. Це лагідний гірський водоспад. Підійдіть до нього. Подивіться, яка прозора вода, відчуйте свіжість біля водоспаду. Станьте під водоспад та прийміть чистий гірський душ. Відчуйте, як гірська вода омиває ваше тіло з голови до ніг. Вода змиває все неприємне, очищає ваше тіло й душу.

Відчувши приємне очищення й задоволення, вийдіть із-під водоспаду. Поверніться на поле і станьте обличчям до сонця. Глибоко вдихніть і повільно видихніть. Ви змили з себе всі емоційні хвилювання, неприємні спогади й думки. Уявіть, що сонце вам посміхається. Посміхніться йому. Простягніть руки назустріч сонячному промінню, пориньте в нього. Прийміть «сонячний душ» з голови до ніг. Відчуйте, як промінь поступово торкається кожної частини вашого тіла, наповнюючи його сонячним світлом, сонячною енергією. Ви насичені чистою енергією здоров'я, вам приємно, добре. Вдихніть і, не видихаючи, розкрийте очі.