

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад
компенсирующего вида № 266**
620072, г. Екатеринбург, ул. Рассветная, 13а,
тел.: 8(343)347-26-20, тел./факс: 348-41-15,
e-mail: mdou266@eduekb.ru

**Доклад на тему «Педагогические страхи как барьеры
профессионального развития»**

Педагог-психолог 1 кв.категории:
Лаврова Александра Александровна

Екатеринбург, декабрь 2024

-Уважаемые коллеги сегодня мы поговорим с вами о барьерах профессионального развития, а в частности о педагогических страхах. Ускорение темпа жизни, появление огромного количества информации, необходимость быстрого принятия решений связаны со значительным психическим напряжением. Страх в профессиональной деятельности педагога – это распространенное явление, которое может оказывать негативное влияние на работу и эмоциональное состояние в целом.

В качестве барьеров профессионального развития и становления педагогов могут выступать:

- ✓ Низкий уровень профессиональной компетенции
- ✓ Отсутствие или недостаточное развитие профессионально важных качеств
- ✓ Психологическая неготовность
- ✓ Небольшой опыт (но не сам по себе, а если сопряжен с другими причинами)
- ✓ Страхи педагогов

Виды педагогических страхов

1. Страх критики

Педагог с опаской или враждебно относится к критике в свой адрес, даже к доброжелательной, считая, что его репутация будет испорчена. Это негативно влияет на общение с коллегами, затрудняет коррекцию собственной деятельности, лишает возможности роста.

2. Страх ошибок и неудач. Страх несостоятельности. Страх потери авторитета.

В этом случае мы боимся не самой ошибки, больше всего мы боимся реакции окружающих, потери уверенности и боимся не оправдать чьих-то надежд, оказаться недостаточно хорошими.

3. Страх превосходства коллег

Страх быть не конкурентноспособным в педагогическом сообществе, педагог считает, что другие умнее, более опытные.

4. Страх новизны

Любые перемены, даже позитивные наша психика воспринимает как стресс. Педагога в случае с конкурсным движением пугает всё, поэтому он отказывается от инноваций.

Что делать?

✓ Настройтесь психологически.

Успехи или неуспех выступления определяется вашим психологическим настроением до и во время конкурса. Если до начала конкурса вас начнут одолевать мысли типа: "Что будет, если...", или "Я не так хорош, как соперники", - ждите провала. Учитесь программировать свои мысли только на позитивные результаты, и успех будет сопутствовать вам. Используйте формулу: «даже если...., в любом случае....».

✓ Смотрите на вещи позитивно.

Когда вы смотрите на вещи негативно или подвергаетесь унынию при неудачах, вы снижаете ваш энергетический уровень и ослабляете вашу уверенность. Независимо ни от чего будьте благорасположены к самому себе. Положительное отношение поможет вам преодолеть трудности и неудачи и продолжать совершенствоваться. Все победители всегда мыслят позитивно.

Для этого можно использовать положительные установки и аффирмации.

✓ Формируйте конструктивное отношение к успеху-неуспеху.

Формируйте позитивное отношение к выигрышу, проигрышу – к любому результату, он должен восприниматься прежде всего, как ориентир на пути овладения знаниями, умениями и навыками. Именно такое отношение позволяет снять ориентацию только на результат, сделать конкурсанта более свободным по отношению к собственным успехам и неудачам, сориентировать внимание на самой деятельности.

✓ **Отреагируйте страхи и негативные эмоции.**

Применяйте метод отреагирования, например, возьмите на вооружение приёмы «рисование страхов», причём акцентироваться должна тематика конкуренции, конкурса. В ходе этой работы приветствуются попытки юмористического, карикатурного изображения ситуации.

✓ **Нарабатывайте опыт.**

Чем чаще Вы попадаете в ситуации, связанные с областью, вызывающей тревогу и страх, тем менее Вы подвержены этим самым страхам.

Итог: «Помните, то как работаете в профессии **Вы**, не сможет работать никто другой. У кого-то, может быть больше опыта, кто-то лучше в чем-то разбирается, каждый обладает своими преимуществами, но никто не обладает Вашими.

Вы уникальны как человек и как профессионал! А значит, Вам есть, что показать и чему научить! Дерзайте!»