

## Програма підвищення кваліфікації

### Складові успіху

Навчальний тренінг для педагогів та керівників

**Напрямок:** Управління закладом дошкільної освіти

**Розробник програми:** Ольга Пентій, завідувач ДНЗ №18 м. Умані, тета-коуч, голова Уманського міського осередку ВГО Асоціація працівників дошкільної освіти, тренер міжнародного психолого-педагогічного фестивалю «Перспектива», спікер міжнародних онлайн конференцій.

### Мета даної програми:

підвищення професійної конкурентоздатності особистості, підвищення впевненості в собі, розвиток навичок конструктивного цілевизначення та розвиток здатності до ефективної професійної самопрезентації.

### Завдання:

- Підвищити рівень самоприйняття та самоусвідомлення, сформувати навички конструктивного ставлення до власних помилок, розвинути навички релаксації.
- Підвищити особистісну самооцінку, сформувати здатність до адекватного та ефективного цілевизначення.
- Дослідити власні якості та ресурси, стратегії досягнення цілей, підвищити толерантність до невизначеності та ризику.
- Розширити усвідомлення передумов та чинників успішності/неуспішності, проаналізувати власну професійну Я-концепцію.
- Формувати в учасників навички самокоучингу, мотивацію до самовдосконалення;
- Розвинути навички ефективної професійної самопрезентації та конкурентної поведінки в ситуації професійної взаємодії.

### Методологічні засади проведення тренінгу:

1. Принцип активності: члени групи постійно залучаються до ігор, дискусій, вправ.
2. Принцип партнерської взаємодії: рівність психологічних позицій учасників, визнання цінності особистості іншої людини, прагнення до співпереживання та розуміння інтересів співрозмовника.
3. Чергування теоретичного і практичного матеріалу. Програма тренінгу, складається з невеликих теоретичних блоків, підкріплених практичними вправами.

4. Принцип безумовного прийняття учасників полягає у безоцінному сприйнятті учасниками та тренером одне одного.

5. Обмін досвідом учасників групи між собою на принципі добровільності. Створення довірчої атмосфери в групі, яка дозволить кожному висловлюватися вільно, без насильницького включення в дискусію або критики від ведучого або членів групи.

**Обсяг підвищення кваліфікації** — 15 год / 0,5 кредита ЄКТС.

**Форма підвищення кваліфікації:** дистанційна.

**Вид підвищення кваліфікації:** практикум

**Цільові аудиторії:**

- керівники закладів освіти, управлінці
- усі педагогічні працівники,

#### **Очікувані результати**

- Підвищення рівня самооцінки, самоприйняття, розвиток адекватного ставлення до помилок та невдач.
- Формування навичок впевненої поведінки, розвиток здатності конструктивного використання негативної енергетики.
- підвищення професійної конкурентноздатності, мотивації на успіх та толерантності до невизначеності
- Формування навичок ефективного цілевизначення, протидії самосаботажу, прокрастинації.
- Розвиток навичок ефективної самопрезентації та конкурентної взаємодії у професійному житті.
- Формування ідентифікації себе з образом успішної людини

**Основні етапи:**

**Тренінг включає в себе 3 смислових блоки - 5 модулів**

1. Установчий, діагностичний блок - формування уявлень учасників про такі явища як успіх, самооцінка, постановка цілей, впевненість, конкурентоздатність, ресурси, та діагностику впевненості на початковому етапі.

2. Практичний, корекційно-розвивальний блок - Освоєння основних стратегій і навиків успішної поведінки, мотивації на успіх . Формування навичок самокоучингу, мотивації до самовдосконалення.

3. Заключний блок: наповнення ресурсом, аналіз і підведення підсумків курсу, заключна діагностика. Зворотній зв'язок.

## Зміст програми

№	Модулі	Зміст	Кількість годин
1	Усвідомлення понять про	Прийняття правил Вправа «Очікування»	2
		Розбір понять: успіх, ресурси, мрія, бажання, мета, ціль, завдання,	
		Вправа «Перешкоди і можливості»	
		Мозковий штурм «Що для мене означає успіх?» Самооцінка і успіх	
2	Діагностичний блок	Точка відліку. Цілі і цінності Вправа «Чого я хочу?» Вправа «Цінності мого життя» Вправа 5 «Моє професійне Я» Арт-вправа «Я в образі будівлі» Тест «Страх змін» Точка відліку. Точка мети.	3
3	Практична частина. Успішні стратегії у формуванні власної впевненості	Самокоучинг Піраміда Ділса	5
		Вправа «Успіх і зона комфорту» Навички успішних людей.	
		Вправа «Досвід впевненості» Цілі по SMART Проблеми вибору. Квадрат Декарта Мистецтво маленьких кроків Рефлексія	
4	Що гальмує успіх?	Страх змін, страх успіху, внутрішній критик, прокрастинація і самосаботаж. Вправа «Мені в житті щастить» Арт-вправа «Внутрішній критик».	2
5	Наповнення ресурсом Підведення підсумків роботи.	Види ресурсів. Мозковий штурм «Куди стікає наша енергія?», Де брати ресурси? Арт- вправа «Руки підтримки» Візуалізація «Сила гори» Вправа «Мої ресурси», Щоденник успіху Вправа-візуалізація «Чарівний ковпак» Зворотній зв'язок	3
			15 год