



## Памятка «Саморазвитие педагога»

Профессиональное саморазвитие педагога во многом зависит от его желания и стремления достичь определенных высот в карьере и формировании себя как личности. Однако от уровня профессионализма зависит размер дохода, а это требует развития определенных качеств и навыков. В первую очередь у специалиста должна быть способность к самообразованию, саморазвитию.

### Профессиональное саморазвитие педагога

Профессиональное саморазвитие педагога – это осознанный процесс, нацеленный на повышение и развитие педагогических качеств в соответствии с социальными требованиями и программой личного развития. ПС педагога предполагает использование специально разработанных методик, применение которых позволяет повысить уровень педагогической компетентности. Педагог работает с людьми и его собственная личность – главный рабочий инструмент. Поэтому, чтобы стать профессионалом, педагогу нужно стремиться личностному росту.

### Личностный рост

Рост личности, личностное развитие, рост и развитие личности, это позитивные изменения в личности человека, укрепление стержня и увеличение потенциала личности. Не всегда понятно, что с человеком происходило, но в некоторых случаях можно сказать: личностный рост с человеком произошел. Человек стал другим, он стал лучше управлять своей жизнью, стал сильнее, глубже и богаче, как внутренне, так и внешне. Основные характеристики личностного роста и развития – его направленность, активность и масштаб. Возможно ли прожить жизнь и без него? Конечно, возможно. Но благодаря личностному росту можно добиться уверенности в себе, силы, успехов, проработать внутренние страхи, благодаря нему открывается совсем другой вид на этот мир.

Как добиваться результатов в личностном росте?

В первую очередь, человек должен поставить себе цель. Чтобы добиваться результатов, нужно действовать поэтапно:

1. Понять, для чего он хочет начать личностный рост. Затем ему нужно будет понять, какие недостатки у него есть, что конкретно в жизни его не устраивает. Одним словом, этот шаг – определение проблем и недостатков. Также здесь стоит выписать/проработать страхи, которые могут остановить на пути к цели.
2. Решить, кем он хочет стать. Человеку нужно будет понять, чего он хочет от своего развития, какой навык или способность хочет наработать, чего в жизни хочет достичь. Здесь нужна конкретика – не бойтесь прописывать планы.
3. Найти способы реализации целей. Чтобы вы не допускали ошибок, вам нужно определить самый эффективный из способов достижения цели в вашем личностном росте и саморазвитии.
4. Начните движение. Этот пункт является обязательным. Здесь можно прибегнуть к помощи опытных наставников, вообще крупные цели надо разбить на подцели и добиваться их, так вы станете с каждым днем ближе к крупной цели.
5. Обратная связь. При личностном росте важно наблюдать за собой, общаться с наставниками, спрашивать друзей, чтобы качественнее и лучше скорректировать свое развитие. Если вы «застрянете», помощь опытного педагога или психолога даст возможность сдвинуться с «мертвой точки» и убрать внутренние препятствия.

Подготовила Наталья Медведь, педагог-психолог 25.01.21г

