



Посысоев Н. Н.
Posysoev N. N.



Серафимович И. В.
Serafimovich I. V.

Особенности психологического сопровождения участников конкурсов профессионального мастерства

Аннотация. В статье рассматриваются основные подходы к психологическому сопровождению участников конкурсов профессионального мастерства. На основе анализа регионального опыта авторами определены цели, содержание и направления психологического сопровождения конкурсного движения. Охарактеризована специфика оказания психологической помощи при подготовке к конкурсным испытаниям. Описаны основные технологии формирования психологической готовности конкурсников, определено место супervизии как формы профессионального консультирования.

Ключевые слова: психологическое сопровождение, конкурсы профессионального мастерства, личностный потенциал, тренинг, супervизия, футуропрактика, мицени воздействия, психологическая готовность, самопредъявление.

The Specific Features of Psychological Support of Contestants of Professional Skills Competitions

Abstract. The article discusses the main approaches to the psychological support of participants in professional competitions of pedagogical skills. Basing on the analysis of regional experience, the authors have identified the goals, content and activities of psychological support. The main technologies of work on the formation of the psychological readiness of the contestants are described, the place of supervision is determined as a form of professional counseling. The specificity of the provision of psychological assistance in preparation for competitive tests for preschool teachers is presented.

Keywords: psychological support, professional skills competition, personal potential, training, supervision, futuropractice, impact targets, psychological readiness, self-presentation.

Российская система образования, как и образовательные системы других стран, характеризуется постоянными изменениями, которые диктуют необходимость выхода на новый, более высокий уровень личностной и профессиональной готовности учителя к деятельности, требующей творческого подхода, профессионального общения с участниками образовательных отношений, непрерывного повышения компетенций, нового мышления для решения задач, выдвигаемых обновленным ФГОС [5, 7, 8].

Современная тенденция динамично развивающегося мира обуславливает поиск новых форматов интеграции формального и неформального образования педагогических работников. Одной из форм непрерывного образования, развивающей необходимые компетенции, выступает конкурсное движение, включающее в себя как сами конкурсы профессионального мастерства, так и сопутствующие образовательные мероприятия различных форматов. Вместе с тем наблюдается противоречие между запросами и потребностями в развитии конкурсного движения, с одной стороны, а с другой — пониманием конкурсного движения и его сопровождения как инструментов развития кадрового потенциала. Это понимание находится в стадии становления и требует особого изучения.

Одна из задач любого конкурса (от лат. *concursus* — столкновение, стече-
ние) состоит в том, чтобы в условиях конкуренции выявить наиболее выдающегося конкурсанта — претендента на победу, который по итогам конкурсных испытаний может считаться самым успешным в данный промежуток времени в той или иной области и демонстрирующим основные достижения российской системы образования. На школьном, муниципальном и региональном уровнях важно выбрать педагога, владеющего лучшими практиками, потенциально готового в рамках конкурса на более высоком уровне позиционировать свое образовательное учреждение, муниципали-

тет, регион. На каждом уровне психологическое сопровождение имеет свои особенности и требует преемственности, выполнения общих правил сопровождения, а также осмысления новых позиций, ролей и статусов. Конкурсы профессионального мастерства, как и конкурсное движение в целом, понимаются нами как мета-деятельность и включают:

- 1) линейку конкурсов для различных категорий педагогических работников (с учетом их специализации, опыта и уровня профессиональных компетенций);
- 2) информационно-образовательные, развивающие, мотивационные мероприятия доконкурсного и постконкурсного сопровождения, объединенные общей целью;
- 3) информационно-образовательное, научно-методическое, социально-психологическое сопровождение конкурсантов на разных этапах конкурсного движения;
- 4) интеграционно-медийные события (старт и финиш конкурсов профессионального мастерства) и работу профессионального (общественного) жюри по развитию компетенций в области экспертной деятельности.

Более детальное описание каждого из компонентов конкурсного движения представлено в наших публикациях [11, 12, 13].

Участие в конкурсе, как в соревновании особого рода — за право быть лучшим, у большинства педагогов актуализирует целый ряд психологических состояний, как позитивных, стенических, повышающих уровень продуктивности, так и негативных, приводящих к снижению активности, вплоть до отказа от участия, желания «сойти с маршрута». Психологическая составляющая деятельности конкурсантов проявляется не только в эмоциональной устойчивости и готовности к конкурсным испытаниям, но и в содержании их образовательного проекта, в организации и проведении урока, в коммуникативных стратегиях, в способах самопредъявления. В связи с этим возникает необходимость в оказании конкурсантам

особой психологической помощи, которая предполагает не только точечное, ситуативно обусловленное воздействие, но и развернутое во времени сопровождение. Несмотря на то, что данный вид деятельности уже довольно широко практикуется психологами при проведении разнообразных конкурсов профессионального мастерства, его содержание трактуется по-разному и требует, на наш взгляд, дополнительного осмысления.

Обратимся к семантике слова. В «Толковом словаре русского языка» (под редакцией Д. Н. Ушакова) читаем: *сопровождать* – ‘производить одновременно с чем-нибудь, сопутствовать чему-нибудь, следовать вместе с кем-нибудь, находясь рядом, ведя куданибудь или идя за кем-нибудь’ [15]. В «Новом словаре русского языка» Т. Ф. Ефремовой *сопровождение* понимается как 1) «процесс, сопровождающий какое-либо явление, действие»; как 2) «игра на музыкальном инструменте, пение, сопровождающее чью-либо игру или пение; аккомпанемент»; как 3) «группа военнослужащих или боевых машин, самолетов, сопровождающая или конвоирующая кого-либо» [4].

На наш взгляд, понимание сути психологического сопровождения участников конкурсов в наибольшей степени ориентируется на идею ведения, находления рядом, тактичного присутствия («аккомпанемента»), и в меньшей степени деятельность по сопровождению должна носить жесткий, директивный характер. Сопровождение первого вида позволяет интегрировать внешнюю и внутреннюю мотивацию, творческую направленность мышления; позволяет субъектам деятельности находить ресурсы, устранять профессиональные дефициты, сохраняя конгруэнтность, профессиональную и личностную идентичность, низкий уровень психологических защит.

В зависимости от того, на чем сфокусированы усилия и действия сопровождающего, каковы цели сопровождения, можно

выделить несколько вариантов содержания деятельности по психологическому сопровождению участников профессиональных конкурсов («Учитель года», «Воспитатель года», «Педагог-психолог года», «Сердце отдаю детям», «Мастер года», «Дефектолог года»).

1. Психологическая помощь в выявлении и преодолении психологических барьеров. Конкурс — это соревновательная деятельность, особенности которой охарактеризовал Е. П. Ильин применительно к спортивным соревнованиям. Среди этих особенностей отметим публичность; оценку зрителями, средствами массовой информации и членами жюри; значимость для участника; ограниченное число зачетных попыток (нет возможности исправить неудачное действие, выступление); ограничение по времени (для оценки ситуации, принятия решения); непривычные условия осуществления (вариативность мест проведения соревнований) [6]. Все эти особенности отличают и конкурсы профессионального мастерства, поэтому важно организовать психологическую работу по преодолению этих барьеров. Кроме этого, необходимо оказывать конкурсанту психологическую помощь в выявлении и преодолении психологических барьеров, обусловленных спецификой именно профессиональных конкурсов психолого-педагогической направленности: страхом публичного самопредъявления в конкурентной среде; страхом внешнего негативного оценивания, представляющего угрозу для самооценки и профессиональной репутации в случае проигрыша. Помощь конкурсантам может реализовываться как в формате индивидуального консультирования, так и в формате специальных тематических групповых занятий. Можно, например, провести групповой тренинг публичного выступления. Известный отечественный специалист в области психологии общения Е. Л. Михайлова отмечает, что, к сожалению, базовой моделью публичной речи все еще остаётся *ответ*

у доски на оценку — с привычкой говорить деревянным голосом, со статичной позой, с пустым, отстраненным взглядом. Эта привычка (с небольшими изменениями) «служит верой и правдой» в аналогичных ситуациях взрослой жизни: на семинарах в институте, на собрании трудового коллектива, во время защиты дипломного исследования или даже диссертации [9]. Программа тренинга публичного выступления предполагает создание особого игрового пространства, необходимого для упражнений, направленных на осознание и преодоление стереотипов, на освобождение от «школьной модели» выступления, на формирование потребности в импровизации, в свободе при сколь угодно жесткой структуре выступления, заданной регламентом и ситуацией. Нам импонирует точка зрения М. Т. Боттинга, считающего, что цель психологической работы со спортсменами состоит в преодолении страха неуспеха и радости от успеха. Автор выделяет три направления психологической работы спортивного психолога с командой: укрепление навыков межличностного общения, психической устойчивости перед лицом трудностей; повышение уровня эмоциональной саморегуляции [1].

В процессе подготовки к конкурсу у ряда участников может проявиться так называемый *синдром самозванца*. Это психологический феномен, при котором человек не может ассилировать, присваивать успешный опыт своих достижений и признавать себя их автором. Несмотря на внешнее подтверждение его компетенций, у человека остается ощущение, что он не заслуживает тех успехов, которых добился, и его ждет разоблачение. Свой успех человек объясняет везением, случайнym совпадением, а также тем, что окружающие люди просто заблуждаются. Любое собственное достижение обесценивается, а поражение присваивается. Эта одна из важных проблем в работе психологов с отдельными участниками конкурса на всех этапах сопровождения. Для ее решения целесооб-

разно предоставлять конкурсанту возможность для получения супервизии. Это должна быть не только экспертная супервизия, указывающая на дефициты, но и поддерживающая, позволяющая обрести уверенность, устойчивость, свободу от невротического обесценивания своих сильных сторон. В данном контексте супервизию мы определяем как специально организованный диалог психолога и конкурсанта, в рамках которого происходит выявление профессиональных и личностных затруднений в ситуациях, требующих самопредъявления и презентации. Супервизия может быть организована более опытным, специально подготовленным коллегой как особая форма профессионального консультирования в ходе демонстрации педагогом своей профессиональной практики (или какого-то ее фрагмента). Эта форма позволяет супервизируемому видеть, осознавать, понимать и анализировать свои профессиональные действия и свое профессиональное поведение.

2. *Психологическая помощь в развитии навыков саморегуляции и целеполагания*. Исследования В. И. Моросановой показывают, что осознанная саморегуляция может играть роль психологического ресурса при достижении поставленных целей [10]. Автор подчеркивает ресурсную роль различного рода знаний, умений и навыков, а кроме того отмечает, что к саморегуляции применим принцип дополнительности, согласно которому растрата внутренних ресурсов компенсируется за счет внешних ресурсов и наоборот. Исследователь отмечает интересный факт: при высокой степени развития осознанной саморегуляции психологические ресурсы достижения целей, по мере накопления опыта, могут трансформироваться в ресурсы саморазвития. Это, несомненно, важно для оценки отсроченных результатов конкурсного движения.

Психологическое сопровождение может быть также нацелено на формирование психологической готовности к конкретному

конкурсу или конкурсному испытанию. Такая деятельность аналогична (по содержанию и последовательности этапов) психологической подготовке спортсменов к соревнованию. Она предполагает формирование установки на реализацию всех возможностей участника соревнований для достижения победы. Главная мишень для приложения сил психолога — поддержание необходимого уровня эмоционального возбуждения и общей активности конкурсантов за счет обучения навыкам саморегуляции неблагоприятных психических состояний (например, снижения предстартовой тревожности). Однако есть и отличия конкурсов профессионального мастерства от спортивных соревнований. Основополагающим принципом в спорте является результат, победа на любом уровне (если победа не важна, такие спортсмены, как правило, уходят из спорта). Вместе с тем в ряде исследований отмечено, что чрезмерная установка на победу приводит к низким результатам, так как связана со стрессом, выгоранием, страхом неудачи [1, 16]. В конкурсах профессионального мастерства важны не столько внешняя победа и получение звания победителя или лауреата конкурса, сколько изменение в развитии профессиональных компетенций, расширение когнитивной сложности и гибкости поведения, приобретение навыков стрессоустойчивости и проявление лидерских позиций. При сопровождении такой категории конкурсантов, как воспитатели дошкольных образовательных учреждений, необходимо учитывать ряд особенностей, обусловленных спецификой их деятельности, в частности — постоянными контактами с детьми: высокую потребность в общении, эмоциональность, нормативность, чувствительность к неудачам, осторожность, склонность к усложнению любой ситуации. Об этих личностных качествах, характерных для воспитателей ДОУ, говорит, например, Л. Б. Вяткина [2]. Наши наблюдения позволяют высказать предположение, что в ситуации вынужден-

ной конкуренции, самопредъявления при взаимодействии со взрослой аудиторией у воспитателей с большой вероятностью может актуализироваться детское эго-состояние (по терминологии Э. Берна, «внутренний ребенок»). И хорошо, если во время конкурсных испытаний у воспитателей в этом состоянии будет проявляться свобода, творчество, спонтанность, непосредственность, что так позитивно воспринимается экспертами. Однако у некоторых участников актуализация детского эго-состояния может провоцировать подавленность, зажатость, страх оценивания и шаблонность поведения (из-за желания соответствовать нормативным ожиданиям). В этом случае психологическая подготовка конкурсантов предполагает индивидуальную или групповую тренинговую работу, сфокусированную на проживании данных состояний с использованием техник транзактного анализа, арт-терапии, гештальт-терапии и психодрамы.

3. *Психологическое сопровождение личностного роста и развития.* Это направление может рассматриваться в более широком аспекте, как особый тип деятельности, ориентированный не только и не столько на достижение результата (на победу), сколько на развитие личностного потенциала конкурсантов. Иначе говоря, стратегической задачей сопровождения является личностный рост участников конкурса. По Д. А. Леонтьеву, личностный потенциал — это интегральная системная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности человека в своей жизнедеятельности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров, сохраняя стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давления и изменяющихся внешних условий [8]. В структуру личностного потенциала, помимо автономной каузальной ориентации как проявления феномена самодетерминации, входят жизнестойкость, толерантность

к неопределенности, наличие временной перспективы, способность осуществлять личностный выбор. Д. А. Леонтьев подчеркивает, что к личностному потенциалу относятся не знания, умения, компетенции, интеллект; его характеризуют не сами способности, а способность использовать свои способности. Следовательно, стратегической задачей сопровождения в данном случае является оказание помощи конкурсантам в развитии и актуализации такого рода способности. В своей практике мы стремились, прежде всего, оказывать психологическую помощь в самоопределении и нахождении личностного смысла. Идти на конкурс не только для того, чтобы победить других, но и для того, чтобы приобрести новый опыт использования (выявления, распределения и перераспределения) всего диапазона личностных ресурсов, почувствовать себя автором своей жизни. Подготовка к конкурсу, проживание эмоционально значимых конкурсных событий — особая практика, обогащающая личность. При этом навыки эмоционального интеллекта играют ключевую роль в формировании в целом личностного потенциала. В наших публикациях мы уже отмечали, что эмоциональный интеллект не только может, но и должен рассматриваться в качестве предиктора професионализма современного педагога [14].

В практике психологического сопровождения конкурсантов мы используем формат проведения психологического тренинга с элементами групповой супervизии. Каждому из присутствующих предоставляется возможность показать фрагмент своей работы в центре группового пространства и получить обратную связь. При проведении групповой супervизии психолог, как ведущий, помогает установить правила работы в группе, проверяет, комфортно ли участникам, если разбор их ситуации происходит в присутствии других людей, которые могут реагировать эмоционально. Речь идет о необходимости создания условий, обеспечива-

ющих психологическую безопасность для участников, позволяющую им увидеть себя со стороны, осознать свои слабые и сильные стороны, наметить точки роста и проверить степень готовности предъявлять себя и свой творческий продукт в ситуации внешнего публичного оценивания. Одним из результатов такого тренинга является проработка своих страхов и барьеров, мешающих творческому самопредъявлению. Примеривание на себя позиции эксперта позволяет участникам почувствовать большую психологическую устойчивость и снизить тревогу от предстоящих конкурсных мероприятий. Помимо супervизии, содержание тренинга включает в себя техники футуропрактики, особого психологического направления, разработанного Н. Б. Долгополовым [3]. Цель футуропрактики — исследование возможности контакта человека с ближайшим и более отдаленным будущим. Участники тренинга стремятся визуализировать успешный вариант будущего (*я — победитель*), определить свои реальные потребности, актуальные мотиваторы для участия в конкурсе, присвоить на когнитивном, эмоциональном и телесном уровне положительные эмоции из будущего и ресурсы. Дополнительной задачей тренинга является формирование поддерживающей среды, позволяющей конкурсантам ощутить себя частью профессионального сообщества, творческой группы, объединяющей учителей, готовых поделиться своими идеями.

Обобщая сказанное, хотим отметить, что перед психологами, сопровождающими участников конкурса профессионального мастерства, стоят следующие приоритетные задачи:

- 1) сформировать и поддерживать необходимый для участия в конкурсе уровень активности, психологической готовности, мотивации на всех этапах его прохождения;
- 2) оказывать помощь педагогу в самоопределении и нахождении личностного

смысла при принятии осознанного решения участвовать в конкурсе;

3) создавать условия для формирования и развития психологической устойчивости, позволяющие конкурсантам справляться со стрессовыми ситуациями, вызванными публичным самопредъявлением, экспертным оцениванием, вероятностью проигрыша, необходимостью действовать в условиях конкуренции и т. п.;

4) оказывать помочь в асимиляции позитивного опыта, полученного при завершении конкурса, независимо от результатов конкурсанта.

Список литературы

1. Боттинг М. Т. От позитивного мышления к осознанности и управлению вниманием: философия и опыт работы спортивного психолога // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2021. Т. 1. № 1–2. С. 115–124.

2. Вяткина Л. Б. Индивидуальные особенности воспитателя ДОУ в зависимости от этапа деятельности / Вестник ПГГПУ. 2014. Серия Психологические и педагогические науки. № 1. С. 199–207.

3. Долгополов Н. Б. Футуропрактика: танцы с будущим. Москва : Буки Веди, 2016. 615 с.

4. Ефремова Т. Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный. Москва : Русский язык, 2000. 811 с.

5. Золотарева А. В. Обеспечение непрерывности и преемственности в подготовке и профессиональном развитии педагогических кадров // Непрерывное образование. 2020. № 1. С. 44–49.

6. Ильин Е. П. Психология спорта. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 352 с.

7. Кашапов М. М. Ресурсные основы профессионализации мышления субъекта // Методология современной психологии. 2021. № 14. С. 35–46.

8. Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д. А. Леонтьева. Москва : Смысл, 2011. 680 с.

9. Михайлова Е. Л. Говори и будь услышан. За кулисами успешного выступления. Москва : Аст, 2019. 190 с.

10. Моросанова В. И. Осознанная саморегуляция произвольной активности человека как психологический ресурс достижения целей // Теоретическая и экспериментальная психология. 2014. № 4. С. 62–78.

11. Серафимович И. В. Конкурсное движение в Ярославской области как внебольшой ресурс развития профессионального мышления педагогов // Образовательная панорама. 2020. № 1. С. 21–32.

12. Серафимович И. В., Таттыбаева Е. В. Психолого-педагогическое и методическое сопровождение конкурсов профессионального мастерства на региональном уровне // Региональная система дополнительного профессионального педагогического образования: ресурс развития кадрового потенциала : материалы межрегиональной научно-практической конференции, посвященной 80-летнему юбилею ИРО / Под ред. А. В. Золотаревой. Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2020. С. 298–303.

13. Серафимович И. В. Конкурсное движение в Ярославской области как фактор развития педагогов региона / И. Ю. Соколова, И. В. Серафимович, С. И. Курицина, А. В. Шелия // Проблемы и перспективы развития сельских образовательных организаций : Материалы международной научно-практической конференции. Ярославль : Литера, 2019. С. 95–100.

14. Серафимович И. В., Посысоев Н. Н. Эмоциональный интеллект — предиктор профессионализма педагога? // Образовательная политика. 2020. № 2. С. 106–114.

15. Толковый словарь русского языка / под ред. Д. Н. Ушакова. Москва : Хранитель, АСТ, Астрель, 2007. 912 с.

16. Harris R. The Confidence Gap. From Fear to Freedom. London : Robinson, 2011. 344 p.