

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 10
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Подготовила:
Климова И.А. – инструктор-
методист МАУ ДО ДЮСШ № 10

Анапа

Содержание

Введение	3
1. Секреты мастерства	3
2. Социально-психологические особенности деятельности тренера	6
3. Структура профессиональной деятельности тренера	8
4. Эмоциональность тренера	11
5. Рекомендации тренерам	11
Приложения	13

Введение

Компетентность педагога как субъекта управления индивидуальными образовательными процессами характеризуется его готовностью к выполнению профессиональных функций, гармоничным единством его ценностных установок и психолого-педагогической подготовки. В свою очередь, уровень профессиональной компетентности педагога обуславливает педагогическое мастерство.

Общепринятых определений педагогического мастерства, его сущности и составляющих элементов нет. Одни авторы сходятся во мнении, что педагогическое мастерство – это синтез научных знаний, умений, навыков, методического искусства и личных качеств педагога (А.И. Щербаков). Другие считают важным только наличие знания закономерностей воспитания детей (Ю.П. Азаров). Раскрывая структурные составляющие мастерства, Ю.П. Азаров отмечает: «Взаимодействие чувства и техники приводит к целостному образному эмоциональному воздействию педагога на личность, на коллектив. И в этом единстве – сила мастерства. Преодоление разрыва между чувством и техникой – верный путь к мастерству».

Иногда авторы определяют мастерство как овладение профессиональными знаниями, умениями, навыками, позволяющими специалисту успешно исследовать ситуацию (объект и условия деятельности), формулировать профессиональные задачи, исходя из этой ситуации, и успешно их решать в соответствии с поставленными целями (Н.В. Кузьмина).

1. Секреты мастерства

Анализ деятельности тренеров показывает, что их педагогическое мастерство нельзя определить как некое однозначное психолого-педагогическое качество или только как уровень развития педагогических способностей. Педагогическое мастерство – синтез научных знаний тренера, его организационно-методического искусства и личных качеств – ума, чувств, воли, характера, способностей.

Тренер, имеющий высокий уровень мастерства, не только помогает юным спортсменам сознательно и творчески овладевать конкретными спортивными умениями, но и оказывает на них большое воспитательное воздействие.

Основные критерии педагогического мастерства тренера: определенная система и последовательность в спортивно-массовой работе; высокие стабильные результаты в учебно-тренировочных занятиях с юными спортсменами; признание его авторитета подростками и общественностью; умение обобщать и творчески перенимать лучший опыт.

Высокий уровень педагогического мастерства предполагает:

- Духовное призвание и интерес к педагогической деятельности, стремление к постоянному совершенствованию своих психолого-

педагогических и спортивных знаний, ответственность за качество обучения и воспитания юных спортсменов;

- Систему знаний по конкретному виду спорта, глубокое владение спортивными умениями;
- Хорошую методическую вооруженность, обеспечивающую рациональную организацию процесса обучения и воспитания;
- Умения, связанные с техникой педагогического дела. Например, умение интересно, доходчиво вести рассказ, беседу, делать сложные истины понятными и доступными, владеть интонацией, темпом своей речи, мимикой, жестами;
- Умение анализировать поведение юных спортсменов, понимать их запросы и интересы, видеть особенности и тенденции их развития, определять наиболее целесообразные пути и методы педагогического воздействия, умелое использование личных качеств подростков и своих возможностей в интересах более рациональной организации спортивно-массовой работы;
- Умение привлекать юных спортсменов к импровизации при создании новых спортивных упражнений в процессе овладения конкретным видом спорта.

Перечисленные составляющие педагогического мастерства необходимо рассматривать в тесной взаимосвязи, так как каждое из них – важное звено в общей структуре профессиональных требований к личности воспитателя детского коллектива.

Задача управления детским спортивным коллективом состоит в обеспечении высокого уровня организации деятельности при развитии самостоятельности и активности воспитанников. Она распадается на множество отдельных педагогических задач, которые условно можно разделить на два класса: операционные, связанные с выбором форм организационного управления детским спортивным коллективом в различные интервалы времени; функциональные, связанные с реализацией планов и стратегии, выработанных при решении операционных задач. Тренер сможет успешно решить эти педагогические задачи, только зная возрастные особенности детей, понимая их личные, индивидуальные качества.

В реализации принятых решений особое значение имеют коммуникативные и организаторские способности тренера, так как необходимо включать каждого воспитанника в оптимальную для него структуру деятельности, проникать в сферу межличностного общения юных спортсменов, руководствоваться комплексом стратегических, тактических и оперативных задач, предвидеть возможные изменения и быть готовым реагировать на них.

Раскроем секреты мастерства тренера, которые проявляются в комплексе его умений, необходимых для продуктивного решения педагогических задач.

Секрет первый. Тренеру целесообразно постоянно анализировать психологическое состояние подростка и определять в зависимости от этого педагогическую цель; использовать свои специальные психолого-педагогические знания для понимания психологического состояния юных спортсменов и конкретизации педагогических целей применительно к условиям своей практики; разрабатывать близкие, средние, дальние цели воспитания, проектируя развитие личности, группы, коллектива.

Особенно важно соотносить знания об объекте воспитания с психологией и педагогикой. С этой целью тренер должен научиться пользоваться оперативными методами сбора информации: наблюдением, опросом (анкетой), беседой (интервью), опытом изучением документации; определять существенные психологические проявления личности (коллектива) в конкретных поступках (по внешним фактам, признакам) и оценивать их с педагогической точки зрения. Тренеру надо уметь составлять психолого-педагогические характеристики юных спортсменов. Проектируя деятельность свою и юных спортсменов, тренер должен разрабатывать возможно более полную систему воспитательных задач в связи с поставленной целью; точно определять главную воспитательную задачу в конкретной ситуации, основные условия решения воспитательной задачи; выделять неизвестные условия и четко формулировать систему вопросов, каждую конкретную педагогическую задачу, правильно определять воспитательную значимость каждой задачи.

Секрет второй. Тренер должен уметь решать педагогическую задачу на уровне плана: анализировать причины возникновения тех или иных качеств воспитуемого (как «+», так и «-»), требующих развития или ликвидации, прогнозировать развитие юных спортсменов; выявлять условия оптимального педагогического воздействия в конкретной обстановке; методически разрабатывать воспитательную информацию, отбирать ее. Правильно выбирать средства, организационные формы и методы воспитательной работы, педагогически целесообразно определять воспитательно ценные дела и планы их осуществления (все это обеспечивает эффективность деятельности тренера). Он должен четко планировать работу членов спортивной команды, их поручения, пути их выполнения; уметь мысленно ставить себя на место подростков, представлять и планировать взаимоотношения юных спортсменов друг с другом, а также свои отношения с воспитанниками; определять свою деятельность в педагогической системе; анализировать опыт других тренеров с целью обобщения и переноса эффективных форм, методов и приемов в практику своей работы.

Секрет третий. Тренер должен уметь решать педагогические задачи на уровне практической преобразовательной воспитательной деятельности. Составляющие ее действия могут быть сведены к речевым действиям по сообщению информации и их разновидностям – речевым, эмоционально-волевым воздействиям.

Тренер должен уметь ясно, точно, убежденно выражать свои мысли и чувства с помощью речи, мимики, пантомимы; разъяснять воспитанникам смысл и задачи предстоящей работы, их роли, обязанности, приемы

выполнения заданий, использовать различные средства, методы воспитания и формы организации жизни и деятельности юных спортсменов в команде.

Мастерство определяется умением тренера управлять развитием своих отношений с воспитанниками, регулировать, направлять и развивать внутриколлективные отношения юных спортсменов, ликвидировать возникающие локальные конфликты.

Секрет четвертый. Тренер должен уметь последовательно анализировать и определять изменения в сознании и поведении юных спортсменов; правильно оценивать те недостатки в воспитании, которые обнаружались в ходе спортивно-массовой работы; находить причины слабости педагогических воздействий, выявлять и исправлять методические недостатки в своей работе; на основе анализа результатов проделанной работы планировать новый этап воспитания, обобщать опыт своей работы, выявлять эффективные методы, средства, определять конкретные задачи самовоспитания и планировать его осуществления.

Роль тренера детского спортивного коллектива постоянно возрастает. Повышение значимости профессии тренера вызывает необходимость повышения требований к его мастерству. Понятие педагогического мастерства многогранно. Искусство детского спортивного коллектива, и в организации воспитательного и учебно-тренировочного процессов, и в индивидуализации воспитательных воздействий на личность того или иного подростка, и во многом другом.

Мастерство в воспитании и обучении юных спортсменов предполагает высокую степень развития педагогических знаний, умений и навыков. Если какой-либо компонент в структуре педагогической деятельности тренера развит недостаточно, педагогические воздействия оказываются малоэффективными.

2. Социально-психологические особенности деятельности тренера

Особенностями деятельности тренера по спорту являются:

1. Индивидуальный характер. Это значит, что тренер самостоятельно решает задачи, связанные с психологическим и педагогическим воздействием на человека. Решение чисто педагогических задач связано не только с обучением и воспитанием, но и со сбором необходимой информации для создания психологической характеристики каждого спортсмена с целью выбора адекватных средств и методов психологического воздействия на него.

2. Неопределенная вероятность достижения поставленных целей. Достижение поставленных целей зависит не только от тренера, но и от спортсменов, руководства, материальной базы.

3. Высокая психологическая нагрузка особенно на соревнованиях. Работа тренера всегда на виду. Поэтому поведение тренера в условиях социального окружения характеризуется определенным психологическим напряжением, которое проявляется во внешних признаках общения со спортсменами, коллегами, руководством. Возбужденное эмоциональное

состояние тренера может (а это нежелательно) сопровождаться эмоциональными срывами как на тренировках, так и на соревнованиях. Эмоциональное напряжение (особенно на соревнованиях) передается спортсменам, поэтому очень важным является умение тренера регулировать свое состояние, сдерживать эмоции.

4. Добровольность контактов спортсменов с тренером (спортсмен может в любое время уйти от своего тренера к другому).

5. Эффективность деятельности тренера зависит от мотивации спортсменов. При этом перед тренером стоит трудная задача поиска талантов и активизации спортсменов на повышение спортивного мастерства, что составляет одну из трудностей в работе тренера.

6. Творческий характер труда тренера проявляется в его постоянном поиске, экспериментировании, работе над собой.

7. Широта характера отношений тренера со спортсменами заключается в том, что общение тренера со спортсменами проходит не только на тренировке, но и в школе, на досуге, на выезде.

8. Повышенная занятость тренера при подготовке спортсменов – значительно больше шестичасового рабочего дня.

9. Деятельность тренера не регламентирована и осуществляется не только в рабочее время, но и в вечернее, в воскресные и праздничные дни. Зачастую тренеры дома проводят меньше времени, чем на работе. Эта особенность деятельности требует фанатичного отношения к своей работе.

10. Частые выезды на сборы, соревнования, разлука с семьей.

11. Направленность внимания тренера имеет свои особенности в различных видах спорта (в спортивных играх – распределение внимания и переключение, в гимнастике – концентрация и устойчивость внимания).

12. Различная степень психического напряжения при обучении спортивным движениям.

13. Возможность получения травм при обучении и страховке спортсменов.

14. Широта общения тренера заключается в том, что в процессе работы ему приходится общаться с большим кругом людей. Это требует от тренера сформированности коммуникативных и организаторских умений.

15. Сложность и постоянные трудности в деятельности тренера требуют от человека, посвятившего себя этой профессии, профессионального призвания, без которого невозможно достичь успеха в этой работе. Профессиональное призвание – это наличие у человека склонности, способностей и устойчивого интереса к данному виду деятельности.

Следующей особенностью является то, что на разных этапах спортивного совершенствования спортсмена тренер выступает в разных ролях:

1. В роли опекуна – на ранних этапах спортивной деятельности, когда тренеру приходится общаться со спортсменами и в школе, и в семье. Тренер становится старшим товарищем, другом и в то же время опекуном. Эта дружба может продолжаться всю жизнь, если тренер вовремя почувствует момент

перехода к исполнению следующих ролей. В противном случае может произойти разрыв между тренером и спортсменами.

2. В роли наставника – на более поздних этапах спортивной деятельности, когда еще продолжается становление спортсменов. Тренер в этот период обучает сложным спортивным движениям, вооружает спортсмена необходимыми ЗУН, как бы создает себе партнера для совместной работы – подготовки спортсмена к достижению высоких результатов.

3. В роли руководителя – на этапе спорта высших достижений. Этот период требует от тренера тонкого руководства с целью выбора наиболее оптимальных путей подготовки к различным соревнованиям, определения целевой установки на соревнования.

3. Структура профессиональной деятельности тренера

Профессия тренера относится к педагогическим профессиям и содержит в себе те же компоненты, что и профессия педагога, но имеет и свои особенности. Эти особенности состоят в том, что спорт постоянно развивается, рекорды растут, изменяются методы тренировки. Сегодняшний тренер – это тренер, который находится в постоянном поиске. Поэтому в деятельности тренера выделяются творческий и двигательный компоненты.

Рассмотрим структуру каждого компонента деятельности.

1. Гностический компонент деятельности тренера включает в себя: изучение специальной литературы по теории и методике спортивной тренировки, педагогике, психологии, биомеханике, физиологии; изучение опыта ведущих тренеров; выяснение причин ошибок, трудностей при овладении спортивными действиями; постоянный контроль за уровнем развития двигательных и волевых качеств; изучение индивидуально-типологических особенностей спортсменов; анализ взаимоотношений со спортсменами; анализ и коррекция своей деятельности в зависимости от результатов усвоения спортсменами изучаемого материала и повышение спортивного мастерства. Вся эта деятельность тренера обусловлена следующими основными умениями:

- 1) умением адекватно оценивать состояние занимающихся;
- 2) умением анализировать специальную литературу и выбирать необходимое;
- 3) умением находить причины ошибок и трудностей при овладении спортивными движениями;
- 4) умением анализировать свою деятельность, деятельность воспитанников и коллег;
- 5) умением анализировать явление и находить в нем главное.

Профессионализм тренера-педагога зависит от умения правильно анализировать и перестраивать собственную деятельность. Поэтому нередко тренер, воспитав сильного спортсмена, при воспитании следующего поколения не может перестроить свою деятельность, и эффективность ее снижается.

2. Конструктивный компонент связан с анализом своего труда и с установкой на будущее и проявляется двойко.

Во-первых, в планировании, осуществляемом до тренировки. Сюда входят: отбор и распределение учебного материала на неделю, месяц, год и более; определение последовательности усвоения двигательных действий; составление заданий на каждую тренировку.

Во-вторых, в планировании, осуществляемом на тренировке. Оно может быть связано с изменением плана тренировочного занятия. Основные конструктивные умения тренера следующие:

- 1) умение планировать учебный материал при подготовке к занятиям;
- 2) умение выбирать и синтезировать учебный материал при планировании процесса подготовки спортсменов;
- 3) умение заранее предвидеть затруднения при обучении и предотвращать их.

Конструктивный и гностический компоненты являются основанием для последующей работы тренера. При составлении перспективных планов тренер учитывает индивидуальные особенности каждого спортсмена. При этом большое значение имеет способность к прогнозированию спортивных результатов своих воспитанников.

3. Организаторский компонент является одним из ведущих в деятельности тренера и включает в себя реализацию своих планов на практике. Это практическая деятельность, требующая знаний, умений и навыков в своей работе и предусматривающая следующее: организацию речевой деятельности в процессе тренировки; организацию поведения тренера в подготовке мест занятий, в регулировании нагрузки, в дисциплинарных воздействиях; организацию деятельности спортсменов при разучивании и выполнении спортивных действий; организацию сплоченного спортивного коллектива; пропаганду своего вида спорта и создание спортивной базы.

В практике работы тренера большое значение имеют следующие основные организаторские умения:

- 6) умение организовать тренировочные занятия, соревнования, процесс обучения;
- 7) умение организовать взаимодействие занимающихся;
- 8) умение организовать собственную деятельность;
- 9) умение организовать спортивный коллектив и управлять им;
- 10) умение создать благоприятный психологический климат.

Обладая высокоразвитыми умениями, тренер сможет с успехом реализовать свои планы на практике.

4. Коммуникативный компонент деятельности тренера включает общение со спортсменами и их родителями, а также с руководителями спортивных организаций и предполагает установление с ними правильных взаимоотношений. Коммуникативный компонент проявляется: в форме общения со спортсменами, их родителями; в форме общения с руководителями, в тоне, в интенсивности, в мотивах общения.

Коммуникативная деятельность, как и организаторская, является практической деятельностью тренера и зависит от гностической.

В состав основных коммуникативных умений входят:

- 1) умение устанавливать контакт с людьми;
- 2) умение предвидеть назревание конфликта и предотвратить его;
- 3) умение использовать устную речь при общении;
- 4) умение понимать психическое состояние спортсменов;
- 5) умение управлять своим поведением при общении с людьми.

5. Творческо-исследовательский компонент деятельности тренера предусматривает работу с научной литературой, поиск новых средств и методов тренировки и применение их в подготовке спортсменов. Сама специфика деятельности тренера требует наличия в ней творческо-исследовательского компонента. Только при постоянной работе над собой и поиске нового тренер может добиться успеха в своей работе. В состав основных исследовательских умений тренера входят:

- 1) умение делать анализ тренировочного занятия, выступления спортсменов на соревнованиях;
- 2) умение работать с научной литературой, находить новое в подготовке спортсменов и применять на практике;
- 3) умение планировать, проводить эксперименты и делать выводы.

6. Двигательный компонент. Это специфический вид деятельности тренера, он включает в себя:

- обучение спортивным действиям (показ техники выполнения);
- оказание помощи, страховки, проводки;
- умение найти правильно свое местонахождение при обучении спортивным действиям.

Перечисленные компоненты деятельности находятся в тесной связи друг с другом и постоянно совершенствуются в процессе самостоятельной работы тренера при наличии к этому мотивации. Преобладание того или иного компонента будет находить свое отражение в деятельности тренера и характеризовать его как «тренер-организатор», «тренер-новатор», «тренер-знарок», «тренер-конструктор», «тренер-коммуникатор».

Специфика вида спорта требует различной значимости проявления способностей в структуре деятельности спортивного тренера. Человек не может быть универсальным воплощением всех достоинств. У каждого что-то преобладает, каждый, имея ту или иную неповторимую черту, способен ярче, полнее раскрыть, выявить себя в какой-либо сфере своей деятельности. Тренеры, проявляющие высокий уровень мастерства в конструктивной деятельности, не всегда находятся на высоте в коммуникативной и наоборот. Лучше всего человек справляется с теми задачами, в решении которых он опирается на самые сильные стороны своей деятельности. Так формируется индивидуальный стиль деятельности тренера.

4. Эмоциональность тренера

Субъективные ощущения тренера в стрессовых ситуациях подтверждаются объективными измерениями. Эти данные позволяют рекомендовать тренерам ряд мер предосторожности во время тренировок и особенно на соревнованиях, где выступают их воспитанники:

1. Для спортсменов в стрессовых ситуациях нежелательно чрезмерно эмоциональное поведение тренера.

2. Тренер должен обращать внимание на поддержание своей физической формы, чтобы обеспечить нормальную адаптацию организма к неожиданным изменениям сердечно-сосудистой системы в ситуациях, связанных с большими эмоциональными нагрузками. Целесообразно выполнять во время тренировок и после них физические упражнения. В ряде случаев, особенно после напряженных соревнований, активные физические упражнения будут способствовать нормализации эмоционального состояния тренера.

3. Чрезмерно эмоциональное поведение тренера, проявление возбуждения, агрессивности во время соревнований может отрицательно сказаться не только на спортсменах, но и на зрителях, вызвав у них вспышки агрессивности и асоциального поведения.

Таким образом, физиологически можно объяснить, почему тренер испытывает потребность проявлять двигательную и эмоциональную активность во время тренировок и соревнований. С другой стороны, сами спортсмены хотели бы, чтобы их тренеры, хотя бы внешне, сохраняли самообладание. Поэтому обязательным для тренера следует считать поддержание высокого уровня физической подготовленности для того, чтобы эмоциональные нагрузки во время соревнований и тренировок не оказывали нежелательного воздействия на его организм.

С другой стороны, тренер, внешне спокойно принимающий неудачи и нарушение правил со стороны соперников, может считаться равнодушным. Вспышки негодования возможны лишь в ситуациях, где они действительно уместны. В противном случае они потеряют свой эффект и могут лишь отрицательно воздействовать на состояние и здоровье самого тренера.

5. Рекомендации тренерам

На основании того, что было сказано выше, тренерам можно рекомендовать не только не избегать, а, наоборот, стремиться получить квалифицированное профессиональное мнение (по данным интервью и тестирования) о своих психологических особенностях. Такая информация поможет тренеру в работе.

1. Он сможет выявить спортсменов в своей команде, с которыми ему легко или трудно работать, установить взаимопонимание. Обычно тех спортсменов, кто похож по своим личностным особенностям на тренера, ему легче понять, тогда как с теми, кто отличается от него, возможны затруднения в общении и взаимодействии.

2. Спортсменов, чьи личностные особенности не совпадают с особенностями их тренера, можно прямо или косвенно прикрепить к другому тренеру этой команды (если их несколько) либо направить к тренеру другой команды для консультации и индивидуальной помощи.

3. Сильновозбудимых тренеров желательно изолировать от участников и от команды тогда, когда эмоциональное перевозбуждение на соревнованиях может помешать выступлению спортсменов или команды. Тренеру с недостаточным самообладанием и выдержкой желательно избегать даже поверхностных контактов с игроками. Уровень эмоционального возбуждения такого тренера чаще всего превышает оптимальный. В этом случае контакт спортсменом с возбужденным тренером в сложный момент соревновательной ситуации скорее всего ухудшит результаты.

4. Тренерам с низким уровнем эмоционального самоконтроля следует обратиться за советом к врачу, который порекомендует успокаивающие средства, психотерапевтические методы регуляции эмоций или специально подобранные программы физических упражнений для успокоения состояния на время ответственных соревнований.

5. Тренеры должны специально наблюдать и изучать особенности поведения и деятельности хороших преподавателей, чтобы совершенствовать свои навыки общения со спортсменами. Тренер повысит эффективность процесса обучения, если будет гибко подходить к своим воспитанникам, активно используя наглядные пособия и показ.

6. Тренер может получить информацию о своем поведении не только от психологов, но и в общении со своими помощниками, администраторами, болельщиками и спортсменами. Он может узнать, насколько его поведение отражает такие личностные качества, как самоконтроль, агрессивность, интеллектуальное развитие, творчество и другие. Самооценка тренера и даже его результаты в личностных тестах могут быть не столь показательны, как то впечатление, которое он производит на других людей своим поведением и действиями.

7. Поведение тренера должно быть достаточно гибким. Когда это необходимо, он должен уметь проявлять власть, действовать с позиции силы, иногда пользуясь и авторитарными методами. В других случаях, например при оценке новых методов тренировки или при разработке новых тактических вариантов, целесообразно применять более мягкие и демократичные методы.

Важную роль играют и такие качества, как восприятие, творческий подход, разумная оценка целесообразного и нецелесообразного. Иногда тренеру приходится быть и догматичным, особенно когда обладающие недостаточным опытом спортсмены оказываются на соревнованиях в стрессовой ситуации.

Чрезмерная авторитарность тренера не только мешает развитию личности и независимости спортсменов, но и ограничивает его собственное желание принять новые и эффективные методы тренировки и различные тактические разработки.

Методика КОС
(методика оценки коммуникативных и организаторских умений)

Инструкция: Вам нужно ответить на все предложенные вопросы. Свободно выражайте свое мнение по каждому вопросу и отвечайте так: если ваш ответ на вопрос положителен (Вы согласны), то в соответствующей клетке листа ответов поставьте плюс, если же ваш ответ отрицателен (Вы не согласны) – поставьте знак минус. Следите, чтобы номер вопроса и номер клетки, куда вы запишете свой ответ, совпадали. Имейте в виду, что вопросы носят общий характер и не могут содержать всех необходимых подробностей. Поэтому представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует тратить много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, на некоторые вопросы вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который вы считаете предпочтительным. При ответе на любой из этих вопросов обращайтесь внимание на его первые слова. Ваш ответ должен быть точно согласован с ними. Отвечая на вопросы, не стремитесь произвести заведомо приятное впечатление. Нам важен не конкретный ответ, а суммарный балл по серии вопросов.

ВОПРОСНИК КОС

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненное вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств разными людьми?
6. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгами или с какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении ваших намерений, то легко ли вы отступаете от них?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вы включаетесь в новую для вас компанию?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?

14. Стремитесь ли вы добиваться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди, и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых вам людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли вы, что вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую вам компанию?
30. Принимаете ли вы участие в общественной работе?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую компанию?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с незнакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большого группы своих товарищей?

Лист ответов

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.	31.	32.
33.	34.	35.	36.
37.	38.	39.	40.
Сумма	Сумма	Сумма	Сумма

- А) Сумма 1-го столбца и 3-го столбца –
 Б) Сумма 2-го столбца и 4-го столбца -

Коэффициент коммуникативных склонностей (Кк)– сумму А разделить на 20.
 Коэффициент организаторских склонностей (Ко) – сумму Б разделить на 20.

Необходимо сопоставить полученные коэффициенты со шкальными оценками.

Шкала оценок коммуникативных и организаторских склонностей

Кк	Ко	Шкальная оценка
0,10-0,45	0,20-0,55	1
0,45-0,55	0,56-0,65	2
0,56-0,65	0,66-0,70	3
0,66-0,75	0,71-0,80	4
0,76-1,00	0,81-1,00	5

Интерпретация результатов

При анализе полученных данных необходимо учитывать следующие параметры:

1. Испытуемые, получившие оценку 1, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.
2. Испытуемым, получившим оценку 2, коммуникативные и организаторские склонности на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и, выступая перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не

отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды, проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

3. Для испытуемых, получивших оценку 3, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Эта группа испытуемых нуждается в дальнейшей серьезной и планомерной воспитательной работе по формированию и развитию коммуникативных и организаторских склонностей.

4. Испытуемые, получившие оценку 4, относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Все это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

5. Испытуемые, получившие высшую оценку – 5, обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней, быстро ориентируются в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать всякие игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

Приложение 2

Тест Д. Голланда по определению типа личности

Диагностическая цель. Оценка профессионального личностного типа. Голланд разработал методику для определения социальной направленности личности. Он выделял 6 типов:

1. Реалистический тип – несоциальный, ориентированный на настоящее, эмоционально стабильный, занимающийся конкретными объектами (вещами, инструментами, машинами), отдает предпочтение занятиям, требующим моторной ловкости, конкретности. Развиты математические, невербальные способности.

Рекомендуются профессии: механик, электрик, инженер, агроном.

2. Интеллектуальный тип – несоциален, аналитичен, рационален, независим, оригинален. Преобладают теоретические ценности, любит решать задачи, требующие абстрактного мышления, интеллектуал. Гармонично развиты вербальные и невербальные способности.

Предпочитает научные профессии: ботаник, астроном, математик, физик.

3. Социальный тип – обладает социальными умениями, нуждается в контактах. Черты его характера: стремление поучать и воспитывать, психологический настрой на человека, гуманность, женственность. Представитель данного типа старается держаться в стороне от интеллектуальных проблем; активен, но часто зависим от мнения группы людей. Проблемы решает, опираясь на эмоции, чувства, умение общаться. Обладает хорошими вербальными способностями.

Рекомендуемые занятия: обучение и лечение (учителя, врачи, психологи).

4. Конвенциональный тип – предпочитает четко структурированную деятельность. Характер стереотипный, конкретный, практический. Не проявляет критичность, оригинальность, консервативен, зависим, ригиден (не любит смену деятельности). Слабо развиты организаторские способности, преобладают математические способности.

Предпочтительны профессии, связанные с канцелярией и расчетом.

5. Предприимчивый тип – избирает цели, которые позволяют проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, любит приключения. Представитель данного типа доминантен, любит признание, любит руководить. Ему не нравится практический труд, а также занятия, требующие интеллектуальных усилий, усидчивости. Хорошо решает задачи, связанные с руководством, статусом и властью, агрессивен и предприимчив, обладает хорошими вербальными способностями.

Предпочтительна следующая деятельность: артист, журналист, телеоператор, заведующий, директор, дипломат.

6. Артистический тип – опирается на эмоции, воображение, интуицию; имеет сложный взгляд на жизнь. Независим в решениях, оригинален. Высоко развиты моторные и вербальные способности. Для представителей данного типа характерен высокий жизненный идеал с утверждением своего «я». Он несоциален в том смысле, что не придерживается условностей общества.

Предпочитает творческие занятия: музыку, рисование, литературное творчество.

Инструкция. Ниже попарно представлены различные профессии. В каждой паре профессий постарайтесь найти ту, которой вы отдаете предпочтение. Например, из двух профессий – поэт или психолог – вы предпочитаете вторую, тогда в листе ответов в графе 41(б) вы должны поставить знак «плюс».

Стимульный материал к методике Голланда

1. а) инженер – техник б) инженер- контролер	2. а) вязальщик б) санитарный врач	3. а) повар б) наборщик	4. а) фотограф б) заведующий магазином
5. а) чертежник б) дизайнер	6. а) философ б) психиатр	7. а) ученый-химик б) бухгалтер	8. а) редактор научного журнала б) адвокат
9. а) лингвист б) переводчик художественной литературы	10. а) педиатр б) статистик	11. а) организатор воспитательной работы б) председатель профсоюза	12. а) спортивный врач б) фельетонист
13. а) нотариус б) снабженец	14. а) перфоратор б) карикатурист	15. а) политический деятель б) писатель	16. а) садовник б) метеоролог
17. а) водитель троллейбуса б) медсестра	18. а) инженер – электрик б) секретарь- машинистка	19. а) маляр б) художник по металлу	20. а) биолог б) главный врач
21. а) телеоператор б) режиссер	22. а) гидролог б) ревизор	23. а) зоолог б) зоотехник	24. а) математик б) архитектор
25. а) работник ИДН б) счетовод	26. а) учитель б) командир дружинников	27. а) воспитатель б) художник по керамике	28. а) экономист б) заведующий отделом
29. а) корректор б) критик	30. а) завхоз б) директор	31. а) радиоинженер б) специалист по ядерной физике	32. а) наладчик б) механик
33. а) агроном б) председатель колхоза	34. а) закройщик – модельер б) декоратор	35. а) археолог б) эксперт	36. а) работник музея б) консультант
37. а) ученый	38. а) логопед	39. а) врач	40. а) главный

б) актер	б) стенографист	б) дипломат	бухгалтер б) директор
41. а) поэт б) психолог	42. а) архивариус б) скульптор		

Лист ответов (ключ) к методике Голланда

Реалисти ческий тип	Интеллек туальный тип	Социальный тип	Конвен циальный тип	Предпри имчивый тип	Артисти ческий тип
1а	1б	2б	3б	4б	5б
2а	6а	6б	7б	8б	9б
3а	7а	10а	10б	11б	12б
4а	8а	11а	13а	13б	14б
5а	9а	12а	14а	15а	15б
16а	16б	17б	18б	23б	19б
17а	20а	20б	22б	26б	21б
18а	22а	25а	25б	28б	24б
19а	23а	26а	28а	30а	27б
21а	24а	27а	29а	33б	29б
31а	31б	36б	32б	35б	30б
32а	35а	38а	38б	37б	34б
33а	36а	39а	40а	39б	41а
34а	37а	41б	42а	40б	42б
Сумма	Сумма	Сумма	Сумма	Сумма	Сумма

Подсчитайте количество совпадений по ключу в бланке ответов. Максимальное количество совпадений указывает на принадлежность к одному из шести профессиональных типов.