

Готовность педагогов к саморазвитию.

Необходимо прочитать каждое утверждение в задании и оценить, насколько это утверждение верно. Если верно, поставить знак «+», если неверно – знак «-».

1. У меня часто появляется желание больше узнать о себе.
2. Я считаю, что мне нет необходимости в чем-то меняться.
3. Я уверена в своих силах.
4. Я верю, что все задуманное мною осуществиться.
5. У меня нет желания знать свои «плюсы» и «минусы».
6. В моих планах я чаще надеюсь на удачу, чем на себя.
7. Я хочу лучше и эффективнее работать.
8. Я умею заставить и изменить себя, когда надо.
9. Мои неудачи во многом связаны с неумением что-то делать.
10. Я интересуюсь мнением других о моих качествах и возможностях.
11. Мне трудно самостоятельно добиться задуманного и воспитать себя.
12. В любом деле я не боюсь неудач и ошибок.
13. Мои качества и умения соответствуют требованиям моей профессии.
14. Обстоятельства сильнее меня, даже если я очень хочу что-то сделать.

Обработка результатов.

Напротив каждого из 14 номеров задания поставьте значения ключа. Будьте внимательны: его нужно написать в скобках!

Значения ключа по каждому утверждению: 1(+), 2(-), 3(+), 4(+), 5(-), 6(-), 7(+), 8(+), 9(+), 10(+), 11(-), 12(+), 13(-), 14(-).

Чтобы определить величину готовности педагога «хочу познать себя» (ГЗС), следует подсчитать количество совпадений по утверждениям с номерами: 1, 2, 5, 7, 10, 12, 13.

Чтобы определить величину готовности педагога «могу самосовершенствоваться» (ГМС), следует подсчитать количество совпадений по утверждениям с номерами 3, 4, 6, 8, 9, 11, 14.

Анализ результатов.

Полученные значения переносятся на график: по горизонтали откладывается величина ГЗС (хочу познать себя), а по вертикали значение ГМС (могу самосовершенствоваться). На пересечении двух координат отмечается на графике точка, которая попадет в один из квадратов: «А», «Б», «В», «Г».

«А» - могу совершенствоваться, но не хочу познать себя;

«Б» - хочу познать себя и могу совершенствоваться;

«В» - не хочу познать себя и не могу измениться;

«Г» - хочу познать себя, но не могу себя изменить.

Все результаты педагогов отмечаются на графике, и видим реальную картину

творческого потенциала педагогического коллектива и его готовность к саморазвитию. Далее делаем выводы и разрабатываем программу действий.

ГМС.

7.	А		Б					
6.								
5.								
4.	В		Г					
3.								
2.								
1.								
	1	2	3	4	5	6	7	ГЗС

Рассмотрим возможные сочетания.

Квадрат «А» - могу совершенствоваться, но не хочу познать себя.

Вы имеете больше возможности к саморазвитию, чем желания познать себя. В этом случае следует поразмыслить о необходимости начинать освоение профессии с себя. Профессионализм в любой сфере достигается, прежде всего через достижение своего индивидуального стиля деятельности. А это, как вы понимаете, без самопознания просто невозможно.

Оба приведенных соотношения «готовности познать себя» и «готовности к саморазвитию» можно рассматривать и в тех ситуациях, когда обе величины меньше 4 баллов (**квадрат «В»**). При этом ваш анализ должен быть направлен на те утверждения, которые не дали совпадений в ответах «с ключом»

Квадрат «Г» - хочу познать себя, но не могу себя изменить.

Такое сочетание означает, что вы, желая больше знать о себе, еще не владеете навыками самосовершенствования. Это похоже на басню про лисицу и виноград, когда виноградная гроздь оказалась для лисицы слишком высока, и, видя невозможность его достать, она решила, что виноград еще зелен, и ушла...

Трудности в самовоспитании не должны вызвать у вас подобную реакцию: не получится – значит не буду делать. В самосовершенствовании, если вы решились на это, следует помнить слова Сенеки-младшего: «Свои способности человек может узнать, только попытавшись приложить их». Чтобы научиться

плавать, надо по настоящему плавать или все время пытаться это сделать. И успех будет за вами.

. Тест для молодого воспитателя на определение его педагогической стрессоустойчивости.

Из приведенных пословиц и поговорок выберите те, которые в большей степени отражают особенности Вашей жизни в качестве молодого специалиста.

1. Поступление на работу в детский сад:
 - А. Не ищи зайца в бору – на опушке сидит.
 - Б. Ехал к вам, да заехал к нам.
 - В. Попался как ворона в суп.
2. Посвящение в должность воспитателя:
 - А. Посла не секут, не рубят, а только жалуют.
 - Б. Летать летаю, а сесть не дают.
 - В. Напишешь пером, что не вывезешь волом.
3. Первый самостоятельный опыт:
 - А. Прежде веку не помрешь.
 - Б. Его пошли, да сам за ним иди.
 - В. Как ступил, так и по уши в воду.
4. Отношение к наставничеству:
 - А. Наука учи только умного.
 - Б. Болящий ожидает здравия даже от смертного.
 - В. кабы знать, где упасть, так и соломки подослал.
5. Поведение занятий с детьми:
 - А. Не бьет стрела татарина.
 - Б. Учи других – и сам поймешь.
 - В. Ехала кума неведомо куда.
6. Проведение режимных моментов:
 - А. Невеличка капля, а камень точит.
 - Б. К большому терпенью придет и уменье.
 - В. Что ни хватать, то ерш да еж.
7. Родительское собрание:
 - А. Не трудно сделать, да трудно задумать.
 - Б. Первый блин комом.
 - В. Жаловался всем, да никто не слушает.
8. Участие в педагогических советах ДОУ:
 - А. Ходить и думать о работе труднее, чем сделать ее.
 - Б. Стрелял в воробья, да попал в журавля.

В.Фасон дороже приклада.

9.Конец учебного года:

А.Не то дорого, что красного золота, а то дорого, что доброго мастерства.

Б.Человека узнают не по речам, а по его делам.

В.Вечер плач, а заутре радость.

Ключ к тесту.

Если у вас преобладают ответы:

«А» - у вас сформированы устойчивые представления о себе как «идеальном педагоге»(каким бы вы хотели стать), потенциальном педагоге(каким бы вы могли стать) и реальном педагоге(как вы себя оцениваете). Это позволяет вам учиться у более опытных педагогов и успешно работать по выбранной специальности.

«Б» - у вас недостаточно дифференцированы представления о себе как о реальном и потенциальном педагоге. Вы привыкли учиться и работать, не задумываясь над тем, что меняетесь в ходе этого процесса. Попробуйте посмотреть на себя со стороны – и увидите, что у вас уже вырабатывается свой собственный присущий только вам. Стиль педагогической деятельности.

«В» - у вас занижена самооценка как самообразовательной, так и профессиональной деятельности. Это приводит к неуверенности в своих силах и пассивности. Попробуйте придумать себе идеальный образ себя – педагога и вы убедитесь, что разница между вашими возможностями и желаниями намного меньше, чем вам кажется.

Стрессоустойчивость:

- для ответов типа «А» - нормальная.

- для ответов типа «Б» - неустойчивая.

- для ответов типа «В» - свидетельствует о необходимости оказания психологической помощи в процессе адаптации к требованиям педагогической профессии.

Тест для опытного воспитателя на определение эффективности его работы.

Отметьте, какие из пословиц русского народа, на ваш взгляд, в наибольшей степени соответствуют представлениям о вашей деятельности.

1. Воспитатель детского сада – это:

А. Добрая лошадка все сvezет.

Б. Без матки пчелки - пропащие

детки.

взлелеяны, концом копия вскормлены.

2. Педагогический коллектив – это:

В. Под трубами повиты, под шеломом

А. В мире, что в море.

Б. У одной овечки да семеро пастухов.

В. Склеенная посуда два века живет.

3. Обучать детей – значит:

А. Что посеешь – то и пожнешь.

Б. Была бы нитка, дойдем и до клубка.

В. В дорогу идти – пятеры лапти

сплести.

4. Воспитывать детей – значит:

А. Служил семь лет, выслужил семь реп,

Б. Перемелется – все мука будет.

В. Наказом воевода крепок.

5. Развивать детей – значит:

А. Сей день не без завтра.

Б. Высоко летаешь, да низко садишься.

В. Палка о двух концах.

6. Работа с родителями – это:

А. Бумага некупленная, письмо

Б. В добрый час молвить, в худой -

В. По способу пешего хождения.

домашнее.

промолчать.

Ключ к тексту.

Если у вас преобладают ответы:

«А» - вы в большей степени ориентированы на выполнение преподавательской, коррекционно-развивающей и культурно-просветительской функции воспитателя. Преимущество вашей работы в качестве наставника молодых специалистов заключается в том, что вы ориентированы на когнитивную практику работы, т.е. способны показать, чему нужно учить детей и как это лучше всего делать. Отрицательным моментом общения с вами молодого специалиста может стать преобладание дидактического, «поучающего», стиля взаимодействия. Постарайтесь быть демократичнее.

«Б» - у вас преобладает мотивация личностного общения с детьми, родителями, коллегами. Это выражается в том, что лучше всего вам удастся реализация научно-методической и воспитательной функции педагога. Преимущество

работы вас в качестве наставника молодых специалистов заключается в том, что вы ориентированы на эмоциональную и креативную практику работы с ними, т.е. способны оказать психологическую поддержку и продемонстрировать весь педагогический потенциал вашего подопечного. Отрицательным моментом общения с вами молодого специалиста может стать преобладание излишне демократического и либерального стиля взаимодействия.

«В» - приоритетным направлением вашей деятельности в ДОУ являются управленческая и социально-педагогическая. Преимущество работы вас в качестве наставника молодых специалистов заключается в том, что вы можете научить их усматривать педагогическую проблему в разных ее проявлениях и упрощать ее (в сложных ситуациях выделять 1-2 ключевые составляющие проблемы), а также объединить свои усилия с другими специалистами ДОУ и родителями детей для достижения оптимальных результатов педагогического процесса. Отрицательным моментом общения с вами молодого специалиста может стать формирование у него представлений о вас как об идеальном педагоге, уровня которого достичь просто невозможно. Постарайтесь с присущим вам чувством юмора объяснить, что вы начинали точно так же.

ОПРОСНИК Г. ДЭВИСА.

1. Я думаю, что я аккуратна.
2. Я любила знать, что делается в других классах школы.
3. Я любила посещать новые места вместе с родителями, а не одна.
4. Я люблю быть лучшей во всем.
5. Если я имела радости, то стремилась их все сохранить у себя.
6. Я очень волнуюсь, если работа, которую я делаю, не лучшая, не может быть мною сделана
наилучшим образом.
7. Я хочу понять, как все происходит вокруг, найти всему причину.
8. В детстве я не была особенно популярна среди детей.
9. Я иногда поступаю по детски.
10. Когда я хочу что-либо сделать, то ничто не может меня остановить.
11. Я предпочитаю работать с другими и не могу работать одна.
12. Я знаю, когда я могу сделать что-либо по настоящему хорошее.
13. Если даже я уверена, что права, я стараюсь менять свою точку зрения, если со мной не соглашаются.
14. Я очень боюсь и переживаю, когда делаю ошибки.
15. Я часто скучаю.
16. Я все равно буду значимой и известной.

17. Я люблю смотреть на красивые вещи.
 18. Я предпочитаю что-либо старое, чем новое.
 19. Я люблю исследовать, что произойдет, когда я что-либо сделаю.
 20. Я стараюсь не рисковать.
 21. Я предпочитаю смотреть телевизор, чем его делать.
- Если сумма ответов равна или больше 15, то можно предположить наличие творческих способностей у отвечающего.

Анкета изучения затруднений педагогов ДОУ.

Варианты ответов: не владею, владею частично, владею свободно.

1. Знание анатомо-физиологических и психологических особенностей детей дошкольного возраста, необходимых для построения образовательного процесса в условиях ДОУ.

2. Владение педагогической диагностикой.

3. Выбор типа занятий и темпа его проведения.

4. Обеспечение практической направленности учебного процесса (создание реальной возможности применения воспитанниками полученных знаний и умений).

5. Умение планировать учебно-воспитательный процесс.

6. Умение обосновывать выбор тех или иных методов обучения, их оптимального сочетания и соотношения.

7. Использование методов, направленных на развитие воспитанников.

8. Знание и применение различных технологий в обучении, воспитании, развитии дошкольников.

9. Оказание дифференцированной помощи детям с разным уровнем подготовки и отношения к обучению.

10. Использование здоровьесберегающих технологий.

11. Обеспечение благоприятных условий в группе: гигиенических, эстетических.

12. Обеспечение действенного воспитательного влияния на детей своей личностью.

13. Умение осуществлять анализ, полученных на занятиях, результатов обучения, воспитания.

14. Умение осуществлять активное взаимодействие с родителями воспитанников.

Оценка уровня активности воспитателя в работе.		
Характеристика активности (содержание оценки)	Оценка в баллах	Результат оце Ф.И.О. педаго
Преимущественно работает инициативно с полной отдачей физических и душевных сил. Часто проявляет инициативу, отдает много сил работе.	9-10	
Работает неплохо, но редко проявляет инициативу и не стремится «выкладываться» на работе.	7	
Как правило, не проявляет инициативы, хотя в целом со своей работой вполне справляется	6	
Никогда не проявляет инициативы. Выполняет свои непосредственные обязанности только в силу необходимости.	4-5	
Мало вкладывает или не вкладывает сил в работу; плохо справляется со своими обязанностями.	1-3	

Диагностическая карта личностных качеств воспитателя

Состав диагностических блоков	Диагностические параметры	Баллы
Мотивы\потребности	Ориентация на цели и задачи ДОУ Желание совершенствовать себя, свою деятельность и условия труда	
Чувства\эмоции	Наличие волевого контроля за своим поведением Адекватность эмоционального состояния воспитателя. Педагогической реакции на деятельность детей Доброжелательность на возбуждение детей Уверенность в своих педагогических действиях Удовлетворенность результатом педагогического труда	
Интересы	Наличие интереса к педагогической деятельности	

	Широта и разнообразие интересов, в т.ч. профессиональных Устойчивость (длительность сохранения интересов) в т.ч. профессиональных	
Речь	Общая культура речи Связность и убедительность изложения Развернутость и доступность высказываний Логическая четкость, завершенность высказываний	
Воля	Целеустремленность (подчиненность педагогической деятельности ее целям и задачам) Самостоятельность (подчиненность поведения собственным взглядам и убеждениям) Настойчивость (способность достигать поставленные цели и доводить принятое решение до конца)	
Характер	Отношение к коллективу: коллективизм, активность в делах коллектива честность, справедливость общительность, коммуникабельность Отношение к труду	

Оценка производится по всем (или частично) параметрам путем самооценки (или рейтинговой оценки) в 3-х бальной системе.

- 0 баллов – показатели не проявляются, иногда слабо выявлены
- 1 балл – проявляются редко и недостаточно выражены
- 2 балла – проявляются часто и достаточно выражены
- 3 балла – проявляются всегда и ярко выражены

Далее высчитывается коэффициент личностных качеств, который = фактическому количеству баллов деленному на максимальное количество баллов и умноженное на 100% .

Результат равный 80% - оптимальный

79% - 60% - допустимый

59% - 30% - критический

ниже 30% - недопустимый

Диагностика уровня организации воспитательной работы в группе

№ №	Качественная характеристика	Баллы
-----	-----------------------------	-------

п\п		
1.	Является для детей образцом поведения	
2.	Оказывает существенное влияние на организацию воспитания в семье	
3.	При организации воспитательной работы ориентируется на интересы семьи и ребенка	
4.	Знаком с методикой и технологиями воспитательной работы	
5.	Умеет теоретические знания применять на практике	
6.	Уровень воспитанности детей в группе стабильно высокий	

Оценка уровня воспитательной работы осуществляется по 3-х балльной системе:

0 баллов – отсутствие профессионального навыка, умения

1 балл – большое количество замечаний по организации воспитательной работы

2 балла – замечания по работе минимальны

3балла – навыки, умения прочные, стойкие, замечаний по организации воспитательной работы нет

Максимальное количество баллов 18.

18 –15 – высокий уровень

14 - 11 – оптимальный

10 – 7 – критический

6 баллов и ниже – низкий

Диагностика деятельности педагога по стимулированию познавательной самостоятельности

№ № п\п	Качественная характеристика	Баллы
1.	Стимулирует на занятиях активность всех детей их увлеченность практическими заданиями потребность в самостоятельном добывании знаний потребность в творческой переработке усвоенного	
2.	Практикует виды заданий, требующие самостоятельности и творчества	
3.	Обеспечивает условия достижения детьми положительных результатов в учебной деятельности	
4.	Использует возможности учебного занятия для решения воспитательных задач	
5.	Владеет способами оптимизации воспитательно-образовательного процесса, добивается	

	максимально возможных результатов	
--	-----------------------------------	--

Диагностика проводится руководителем методической службы ДООУ или самим педагогом (самоанализ), оценка производится по 5-ти балльной системе. Максимальное количество баллов – 40 = 100% - очень высокий результат.

От 39 до 33 баллов – оптимальный результат, педагог нуждается в минимальной методической помощи.

От 32 до 26 баллов – средний результат, педагог нуждается в оказании помощи по выявлению проблем.

От 25 до 20 баллов – критический результат, педагог нуждается в срочной и всесторонней методической помощи

Ниже 20 баллов – низкий уровень, необходима продуманная система коррекционной работы с данным педагогом.

1 балл – уровень владения педагогом навыками по стимулированию познавательной самостоятельности детей чрезвычайно низкий, при использовании методов стимулирования детской познавательной активности допускаются серьезные ошибки.

2 балла – навыки педагога слабые, неумелое их использование в работе с детьми не дает положительного результата, общий результат работы низкий.

3 балла – навыки педагога нестойкие, результативность из использования недостаточно высокая.

4 балла – педагог владеет навыками, но не всегда при их использовании добивается нужного результата.

5 баллов – педагог в полной мере владеет навыками, умело применяет их на практике, получает положительный результат.

Диагностическая карта оценки эффективности плана самообразования педагога (оценивается по 5-ти балльной системе)

№ № п\п	Параметры	Баллы
1.	Полнота сочетания темы самообразования с годовыми задачами ДООУ, задачами Программы развития ДООУ, личными затруднениями педагога	
2.	Четкость формулировок (темы, цели, задачи, основных вопросов и пр.)	
3.	Полнота и конкретность плана	
4.	Продуманность содержания, видов, форм работы по этапам	
5.	Наличие и качество творческого сотрудничества педагога с различными социальными институтами в процессе работы над темой самообразования	

6.	Теоретическая и практическая значимость для педагога конечного результата работы по самообразованию	
----	---	--

Максимальное количество баллов – 30.

30 –26 баллов – высокий уровень эффективности плана по самообразованию

26 –20 баллов – средний уровень,

19 –15 баллов – низкий уровень,

14 –12 баллов – крайне низкий уровень.

Анкета «Педагогической оценка и самооценка готовности педагогов-воспитателей к инновационной деятельности»

Характеристика педагога-воспитателя	Степень проявления
I. Мотивационно-творческая направленность личности	
1. Любознательность, творческий интерес	1 2 3 4 5
2. Стремление к творческим достижениям	1 2 3 4 5
3. Стремление к лидерству	1 2 3 4 5
4. Стремление к получению высокой оценки творческой деятельности со стороны администрации	1 2 3 4 5
5. Личная значимость творческой деятельности	1 2 3 4 5
6. Стремление к совершенствованию	1 2 3 4 5
II. Креативность	
1. Продуцирование большого числа решений	1 2 3 4 5
2. Независимость решений	1 2 3 4 5
3. Генерирование идей	1 2 3 4 5
4. Способность отказаться от стереотипов в воспитательной деятельности	1 2 3 4 5

5. Стремление к риску	1 2 3 4 5
6. Чувствительность к проблемам в воспитательной деятельности	1 2 3 4 5
7. Критичность мышления, способность к оценочным суждениям	1 2 3 4 5
8. Способность к самоанализу, рефлексии	1 2 3 4 5
III. Профессиональные способности к инновационной деятельности	
1. Способность к овладению методологией творческой деятельностью	1 2 3 4 5
2. Владение методами творческого исследования	1 2 3 4 5
3. Способность к созданию авторской концепции, технологии воспитательной деятельности	1 2 3 4 5
4. Способность к планированию экспериментальной работы	1 2 3 4 5
5. Способность к организации эксперимента в области воспитания в школе	1 2 3 4 5
6. Способность к коррекции, перестройке воспитательной деятельности	1 2 3 4 5
7. Способность аккумулировать и использовать опыт творческой деятельности других педагогов	1 2 3 4 5
8. Способность к сотрудничеству и взаимопомощи в творческой деятельности	1 2 3 4 5
9. Способность творчески разрешать конфликты	1 2 3 4 5
IV. Индивидуальные особенности личности	
1. Темп творческой деятельности	2 3 4 5
2. Работоспособность личности в творческой деятельности	2 3 4 5
3. Решительность, уверенность в себе	2 3 4 5
4. Ответственность за результаты нововведений	2 3 4 5
5. Убежденность в социальной значимости творческой деятельности	2 3 4 5
6. Способность к самоорганизации в творчестве	2 3 4 5

Анкета

«Девять ступеней продвижения педагога-воспитателя к новому»

Рассматривать эту таблицу целесообразно снизу вверх, шаг за шагом поднимаясь по ступенькам лестницы, отметить одну наиболее соответствующую вам позицию.

	Признак (новое в поведении педагога-воспитателя)	Позиция педагога-воспитателя
9	Разрабатывает собственную воспитательную методiku или технологию	
8	Совершенствует воспитательную методiku работы или технологию	
7	Обучает других работать по-новому	
6	Регулярно делится с другими своими результатами воспитания	
5	Получает результаты воспитания и спонтанно делится с другими	
4	Проводит воспитательное мероприятие или классный час по-новому, получает устойчивые результаты	
3	Провёл воспитательное мероприятие или классный час, получил устраивающие его результаты	
2	Узнал кое-что, хочет попробовать, планирует по-новому воспитательное мероприятие или классный час	
1	Не знает, но хочет узнать, интересуется,	

	просит дать почитать	
0	Педагог не знает и не хочет знать о новой концепции ВСШ, отстаивает и защищает старую ВСШ	

Анкета «Ваше отношение к педагогическим инновациям»

<p>Укажите некоторые сведения о себе _____</p> <p style="margin-left: 40px;">— стаж педагогической работы _____</p> <p style="margin-left: 40px;">— образование _____</p>
<p>Ваше отношение к педагогическим инновациям</p> <p style="margin-left: 40px;">— нужн.ы, помогают в работе рядовым педагогам</p> <p style="margin-left: 40px;">— дезориентируют педагогов</p> <p style="margin-left: 40px;">— вредят образовательному учреждению</p>
<p>Ваша информированность о педагогических инновациях</p> <p style="margin-left: 40px;">— знаю новые приемы педагогического воздействия</p> <p style="margin-left: 40px;">— знаю новые педагогические технологии</p> <p style="margin-left: 40px;">— знаю систему работы педагога - новатора</p>
<p>Если ли в Вашем коллективе педагогические инновации</p> <p style="margin-left: 40px;">— да</p> <p style="margin-left: 40px;">— нет</p> <p>— какие именно? _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

Как вы используете педагогические инновации в своей работе:

- не применяю вообще
- использую отдельные приемы
- использую новые педагогические технологии
- использую систему работы педагога-новатора

Ваше мнение об информации по проблемам инноваций?

- нет никакой информации
- мало информации и ее трудно получить
- информация противоречива, ее трудно получить
- информация полная, исчерпывающая, качественная

С какой целью Вы используете педагогические инновации?

- чтобы попробовать что-то новое
- чтобы сделать занятие интересным
- чтобы сделать свою работу эффективной
- чтобы разрешить актуальные проблемы учреждения

Как Вы применяете педагогические инновации:

- не применяю вообще
- пробую все, чтобы выбрать нужное
- изучаю многое, затем творчески перебираю
- пытаюсь самостоятельно создавать новое

Как и когда, на Ваш взгляд, лучше осваивать педагогические инновации?

- в процессе самостоятельной практической деятельности

— на курсах повышения квалификации

**Оценка реализации потребностей педагога в развитии
(Н.В. Немова-кандидат педагогических наук, профессор)**

Отвечая на вопросы анкеты, поставьте, пожалуйста, около каждого утверждения балл:

5 - если данное утверждение полностью соответствует вашему мнению;

4 - скорее соответствует, чем нет;

3 - да или нет;

2 - скорее не соответствует;

1 - не соответствует.

• Я стремлюсь изучить себя	
• Я оставляю время для развития, как бы ни была занята делами.	
• Возникающие препятствия стимулируют мою активность.	
• Я ищу обратную связь, так как это помогает мне узнать и оценить себя.	
• Я рефлексирую свою деятельность, выделяя для этого специальное время	
• Я анализирую свои чувства и опыт.	
• Я много читаю.	

<ul style="list-style-type: none">• Я широко дискутирую по интересующим меня вопросам.	
<ul style="list-style-type: none">• Я верю в свои возможности	
<ul style="list-style-type: none">• Я стремлюсь быть более открытым человеком.	
<ul style="list-style-type: none">• Я осознаю то влияние, которое оказывают на меня окружающие люди.	
<ul style="list-style-type: none">• Я управляю своим профессиональным развитием и получаю положительные результаты.	
<ul style="list-style-type: none">• Я получаю удовольствие от освоения нового.	
<ul style="list-style-type: none">• Возрастающая ответственность не пугает меня.	
<ul style="list-style-type: none">• Я положительно бы отнеслась к продвижению по службе.	