

**Ж. БАЛАСАГЫН АТЫНДАГЫ
КЫРГЫЗ УЛУТТУК УНИВЕРСИТЕТИ**

С. НААМАТОВ АТЫНДАГЫ ИНСТИТУТУ

МАГИСТРАТУРА БӨЛҮМҮ

КАСАБОЛОТОВА Г. А.

**ЖОГОРКУ МЕКТЕПТИН ОКУТУУЧУСУНУН
ПЕДАГОГИКАЛЫК ТЕХНИКАСЫ ПЕДАГО-
ГИКАЛЫК ЧЕБЕРЧИЛИКТИН
ЭЛЕМЕНТИ КАТАРЫ**

Окуу куралы

НАРЫН – 2026

УДК 37.01(043.3)

К 72

*С. Нааматов атындагы институттун магистратура бөлүмү
басып чыгарууга сунуштаган*

Жооптуу редактор:

педагогика илимдеринин кандидаты, доцент

Д. Ж. Арыпбекова

Рецензент:

педагогика илимдеринин кандидаты, доцент

Ж. Ж. Таштанкулова

**К 72 Жогорку мектептин окутуучусунун педагогикалык
техникасы педагогикалык чеберчиликтин элементи**

катары: Окуу куралы / Түзгөн: Касаболотова Г. А. –

Бишкек: 2026. – 120 бет.

Бул окуу куралында мамлекеттик билим берүү стандартына ылайык, педагогикалык психологиянын негизги проблемалары: педагогикалык чеберчилик, педагогикалык техника жана анын түзүмү каралат. Педагогикалык техниканы өркүндөтүү боюнча зарыл материалдар, психикалык-эмоциялык абалдарды өзү жөнгө салуу, кептин экспрессивдүүлүгүн өнүктүрүү, жаш жана келечектеги окутуучулардын актердук-режиссёрдук чеберчилигин калыптандыруу боюнча сунуштар камтылган.

Бул окуу куралы бардык факультеттердин жаш окутуучуларына, аспиранттарына жана магистранттарына арналган.

4603000000-05

УДК 37.01(043.3)

МАЗМУНУ

КИРИШҮҮ	4
---------------	---

1-БӨЛҮМ.

ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРДЫН ОКУТУУЧУЛАРЫНЫН ПЕДАГОГИКАЛЫК ЧЕБЕРЧИЛИГИНИН ЖАНА ПЕДАГОГИКАЛЫК ТЕХНИКАСЫНЫН НЕГИЗДЕРИ

1.1. Педагогикалык чеберчилик, окутуучулардын педагогикалык чеберчилигинин компоненттери	6
1.2. Педагогикалык техника түшүнүгү жана түзүмү	15
1.3. Педагогикалык техниканын элементтери	22
1.4. Педагогикалык чеберчилик менен педагогикалык техниканын маңызы жана көрүнүү чөйрөлөрү	28

2-БӨЛҮМ.

ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙДЫН ОКУТУУЧУЛАРЫНЫН ПЕДАГОГИКАЛЫК ТЕХНИКАСЫН ӨРКҮНДӨТҮҮ

2.1. Психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу окутуучуларды кесиптик өнүктүрүүнүн бүтүндүгүнүн шарты катары.....	34
2.2. Окутуучулардын психикалык-эмоциялык абалдарын башкаруу	41
2.3. Окутуучулардын кебинин билдирүүчүлүгүн өнүктүрүү	50
2.4. Окутуучунун актердук жана режиссердук чеберчилигин калыптандыруу	58

КОРУТУНДУ	62
ТИРКЕМЕЛЕР	63
ГЛОССАРИЙ.....	100
Адабияттардын тизмеси.....	108

КИРИШҮҮ

Жогорку мектептин окутуучуларынын ишмердүүлүгүнүн натыйжалуулугу көбүнчө алардын кесиптик жана психологиялык-педагогикалык даярдыгынан көз каранды. Предмет жана ага танапташ дисциплиналар боюнча атайын билимдер, жалпы эрудиция жогорку мектептин окутуучусунун майнаптуу ишмердүүлүгүнүн зарыл компоненттери болуп саналат. Билимдердин конкреттүү аймагындагы жогорку кесипкөйлүк ар дайым окутуучулардын аброюн калыптандырып келген. Бирок педагогикалык ишмердүүлүктүн түзүмүндөгү зарыл компонент педагогикалык чеберчиликтин элементи катары педагогикалык техника болуп саналат. Педагогикалык ишмердүүлүк окутуучунун белгилүү бир психикалык-физикалык кызматтарын – үнүн, фонациялык дем алуусун, мимикалык жана пантомимикалык мүмкүнчүлүктөрүн, кыймылдарынын ийкемдүүлүгүн, бет булчуңдарынын кыймылдуулугун, өзүнүн психикалык-эмоциялык абалын башкаруу билгичтигин жана башка көп нерсени өнүктүрүүнү талап кылат.

Окуу куралы жогорку окуу жайлардын жаш окутуучуларынын, ошондой эле аспиранттарынын жана магистранттарынын психологиялык-педагогикалык маданиятын жогорулатуу талаптарына ылайык даярдалган. Окуу куралынын өзгөчөлүгү анын комплекстүү мүнөзү болуп саналат, анткени педагогиканын жана психологиянын проблемалары тыгыз биримдикте каралат. Бул окутуу жана тарбиялоо жаатындагы заманбап илимий изилдөөлөргө шайкеш келет. Окуу куралын түзүүдө педагогикалык чеберчиликтин элементи катары педагогикалык техниканын проблемала-

рынын үстнөн иштешкен окумуштуулардын –педагогдордун жана психологдордун тажрыйбасы колдонулган.

Окуу куралынын мазмунун жогорку окуу жайлардын окутуучуларынын педагогикалык чеберчилигин өнүктүрүү боюнча басылып чыккан окуу китептери толукташат. Ал педагогикалык чеберчилик жана педагогикалык техника боюнча теориялык материалды да, практикалык колдонуу үчүн материалды да камтыйт.

Сунушталган окуу куралын жаш окутуучулар, магистранттар жана аспиранттар инсандык жана кесиптик өнүгүүнү калыптандыруу, окуу-тарбия процессинин майнаптуулугун жана педагогикалык чеберчилик деңгээлин жогорулатуу үчүн колдоно алышат.

Окуу куралынын түзүлүшү жаш окутуучулардын квалификациясын жогорулатуу талаптарына жооп берет. Окуу куралы эки бөлүмдөн турат. Биринчи бөлүмдө педагогикалык чеберчилик жана педагогикалык техника боюнча теориялык материал берилген, ал эми экинчисинде психикалык өзүн жөнгө салуу боюнча теориялык материал жана психикалык-эмоциялык абалды башкаруу көндүмдөрүн калыптандыруу, ошондой эле жогорку мектептин окутуучуларынын кебинин экспрессивдүүлүгүн жана актердук-режиссёрдук билгичтиктерин өнүктүрүү боюнча тапшырмалар келтирилген.

Педагогикалык техниканы калыптандыруу жана өнүктүрүү жаш окутуучунун кесиптик жана инсандык калыптануусунун маанилүү шарты катары чыгат.

1-БӨЛҮМ.

ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРДЫН ОКУТУУЧУЛАРЫНЫН ПЕДАГОГИКАЛЫК ЧЕБЕРЧИЛИГИНИН ЖАНА ПЕДАГОГИКАЛЫК ТЕХНИКАСЫНЫН НЕГИЗДЕРИ

1.1. Педагогикалык чеберчилик, окутуучулардын педагогикалык чеберчилигинин компоненттери

Жогорку окуу жайындагы окуу-тарбия процессинин сапаты көбүнчө окутуучуларга жана алардын педагогикалык чеберчилигине көз каранды. Учурда ЖОЖдордун окутуучуларынын педагогикалык ишмердүүлүгүнүн мүнөзү жана мазмуну барган сайын татаалдашып баратат. Бул инсандын, коомдун жана мамлекеттин эл чарбасынын бардык тармактарын жогорку квалификациялуу, атаандаштыкка жөндөмдүү адистер менен камсыз кылуу муктаждыктарынан улам келип чыгат. Бул милдетти ийгиликтүү чечүү үчүн окутуучулар билимдердин конкреттүү багыттары боюнча кесиптик билимдерге жана тажрыйбага гана ээ болбостон, ошол билимдерди студенттерге жеткирүүнүн ыкмалары менен технологияларына ээ болуусу, түшүнүүнү жана өздөштүрүүнү камсыздоосу зарыл. Ошондуктан, педагогикалык чеберчилик жогорку окуу жайынын окутуучуларынын кесиптик компетенциясынын ажырагыс бөлүгүнө айланып баратат, ал кесипкөйлүктүн деңгээлин жана окуу-тарбия процессин ийгиликтүү ишке ашыруу мүмкүнчүлүгүн чоң өлчөмдө аныктайт.

Педагогикалык чеберчиликти (анын ичинде педагогикалык техниканын проблемаларын) калыптандыруу проблемасынын үстүнөн билимдердин ар түрдүү тармакта-

рындагы окумуштуулар – педагогдор, психологдор, социологдор, философтор ж.б.у.с. иштеп келишкен жана иштеп жатышат. Педагогикалык чеберчиликтин ар кандай аспектилері педагогикада жана психологияда Ю. П. Азаровдун, Ф. Н. Гоновиндин, И. А. Зязюндун, Н. В. Кузьминанын, В. А. Слостениндин, А. Н. Щербакондун ж.б. эмгектеринде иштелип чыккан. О. А. Абдулинанын, Н. В. Александровдун, Д. Ф. Николенконун, А. В. Петровскийдин, А. В. Пиступовдун, В. К. Розовдун, В. Ф. Спириндин ж.б. эмгектери педагогдорду кесиптик даярдоонун жашап турган тутумунда педагогикалык чеберчиликти өркүндөтүүнүн жолдорун ачып берет.

В. И. Далдын айтымында, чебер – бул өз ишинде өзгөчө маалыматтуу же чебер адам. Педагог эки эсе чебер: инсандын психологиясынын жана ага эмнени окутуунун терең билүүчүсү катары да, окутуунун жана тарбиялоонун ыктарына ээлик кылуучу катары да.

Сыртынан окутуучунун чеберчилиги ар түрдүү педагогикалык милдеттерди ийгиликтүү чечүүдөн жана жогорку деңгээлде уюштурулган окуу-тарбия процессинен көрүнөт. Бирок анын маңызы ушул ишмердүүлүктү пайда кылган, анын ийгилигин камсыздаган окутуучунун инсанынын сапаттарында жатат. Жана бул сапаттар жөн гана билгичтиктерден эмес, окутуучунун жемиштүү жана чыгармачыл иштөөсүнө мүмкүндүк берген инсандын касиеттеринин жана турумдарынын жыйындысынан да көрүнөт.

Педагогикалык чеберчилик педагогикалык ишмердүүлүктөн көрүнөт, бирок аны менен чектелбейт. Ал атайын жалпыланган билгичтиктердин жогорку деңгээлде өнүгүшү менен мүнөздөлөт, бирок бул башкысы эмес. Педа-

гогикалык чеберчиликтин маңызын түшүнүү үчүн "педагогикалык чеберчилик" түшүнүгүн чечмелөө, педагогикалык процессти жогорку деңгээлде уюштурууну камсыздаган (ошол эле учурда педагогикалык чеберчиликтин маңызын ачып берген) педагогдун инсанына коюлган талаптарды аныктоо зарыл. А. С. Макаренко педагогдун чеберчилиги кандайдыр бир өзгөчө искусство эмес, дарыгерге же музыкантка чеберчиликти үйрөткөндөй үйрөтүлүшү керек болгон адистик экенин баса белгилеген.

В. А. Сластениндин пикиринде, педагогикалык чеберчилик – бул туюмдун жана билимдердин, тарбиялоодогу оорчулуктарды жеңүүгө жана окуучулардын психикасынын абалын сезүүгө жөндөмдүү чыныгы илимий, абройлуу жетекчиликтин "ширешмеси".

И. А. Зязюн [28] мугалимдердин кесиптик компетенциясынын милдеттүү элементи жана педагогикалык ЖОЖдогу өз алдынча окуу дисциплинасы катары педагогикалык чеберчилик жөнүндө тутумдуу түшүнүктү иштеп чыгып, адистерди даярдоо тажрыйбасына киргизген. Анын көптөгөн идеялары жогорку мектептин педагогунун чеберчилигинин маңызына да толук тиешелүү, анткени алар эң эле ар түрдүү педагогикалык милдеттерди майнаптуу чечүүгө кесиптик мамиленин жана билгичтиктин барлыгын болжочот. Бул окуу-тарбия процессин ийгиликтүү уюштурууга да, мерчемделген натыйжаларга сарамжалдуу жетишүүгө да тиешелүү. Педагогикалык чеберчиликтин маңызы терең кесиптик билимдердин, окутуучулук ишмердүүлүктүн тарбиятын жана психологиясын түшүнүүнүн, анын ыкмаларына жана технологияларына ээлик кылуунун ушул ишмердүүлүк тарабынан туудурулган жана өнүктүрүлгөн, анын

натыйжалуулугун камсыздаган белгилүү бир инсандык сапаттар менен гармониялуу айкалышында жатат [19, 20].

Н. В. Кузьмина жана Н. В. Кухарев педагогикалык чеберчиликти педагогикалык ишмердүүлүктүн эң жогорку деңгээли катары түшүнүшөт, ал педагог бөлүнгөн убакыттын ичинде оптималдуу натыйжаларга жетишүүсүнөн көрүнөт [19].

А. И. Щербаков педагогикалык чеберчиликтин маңызын ачып, ал илимий билимдердин, методикалык искусствонун билгичтиктери менен сапаттарынын жана педагогдун инсандык сапаттарынын синтезин камтый турганын баса белгилейт [47].

И. П. Подласыйдын [34] пикиринде, педагогдун эң маанилүү кесиптик сапаттары эмгекчилдик, эмгекке жөндөмдүүлүк, тартиптүүлүк, жоопкерчиликтүүлүк, максаттарды коюу, аларга жетүү жолдорун тандоо билгичтиги, уюшкандык, туруктуулук, кесиптик деңгээлин тутумдуу жана мерчемдүү жогорулатуу, өз ишинин сапатын дайыма жакшыртууга умтулуу ж.б. болуп саналат.

Ал педагогдун инсандык сапаттарына төмөнкүлөрдү кошот: адамгерчилик, чыдамкайлык, ак ниеттүүлүк, чынчылдык, жоопкерчиликтүүлүк, адилеттүүлүк, берилгендик, объективдүүлүк, берешендик, боорукердик, жогору адеп-ахлактуулук, оптимизм, эмоциялык тең салмактуулук, баарлашууга болгон керектөө, тарбиялануучулардын жашоосуна кызыгуу, жакшылык каалоочулук, өзүн сындоочулук, достук, жупунулук, татыктуулук, мекенчилдик, динчилдик, принциптүүлүк, сезимталдык, эмоциялык маданият жана башка көптөрү [35].

Жогорку мектептин азыркы окутуучусунун кесипкөйлүгү төмөнкү негизги компоненттерди камтыйт:

- билимдердин конкреттүү бир аймагындагы кесиптик компетенция илим менен техниканын кийинки жетишкендиктерин эске алуу менен дисциплиналарды сапаттуу окутуу, ошондой эле өз изилдөөсүнүн натыйжаларын колдонуу мүмкүнчүлүгүн камсыздайт;

- адеп-ахлактык принциптер жана ишенимдер окутуучунун жарандык адеп-ахлактык парзын, ЖОЖдун кадыр-баркын көтөрүү боюнча милдеттенмелерин аткарууга түрткү болушат;

- окутуучулардын педагогикалык чеберчилиги окуу-тарбия процессин ар тараптуу инсандык, билимдик, ишмердүүлүктүк багыттоонун негизинде жогору квалификациялуу адистерди даярдоого жол берет;

- окутуучунун жалпы жана кесиптик маданияты педагогдун өз ишмердүүлүгүнө сыйлуу мамилесин, анын сапатын жана натыйжаларын камсыздоо үчүн жогору жоопкерчилигин болжолдойт;

- азыркы билим берүүнүн дүйнөкөрүмдүк турумдары жана философиясы билим берүү тутумуна коюлган заманбап социалдык талаптарды жана алардын өнүгүүсүндөгү негизги тенденцияларды так көрүүнү жана түшүнүүнү билдирет, алар коомдук өндүрүштүн келечектүү керектөөлөрү менен аныкталат.

Жогорку окуу жайдын азыркы окутуучусу негизги психологиялык-педагогикалык проблемаларды түшүнүүгө, педагогикалык түшүнүктөргө, педагогикалык процесстин негизги компоненттерине ээлик кылууга, б.а. өзүнүн педагогикалык чеберчилигин тынымсыз жогорулатууга тийиш.

Окумуштуулардын пикиринде, педагогикалык чеберчилик бир бүтүн кубулуш катары көптөгөн компоненттерден

турат. Алардын биринчиси – максаттардын, багыттагычтардын жана түрткүлөрдүн тутуму. Максаттар бүткүл педагогикалык ишмердүүлүктү андаштырылган кылат жана анын башка бардык компоненттерин бирдиктүү бүтүнгө бириктирет. Гуманисттик тарбиялоонун идеялар тутумун бирдиктүү жалпы адамзаттык, адеп-ахлактык-эстетикалык идеал – инсандын жана анын бардык маңыздуу күчтөрүнүн ар тараптуу өнүгүүсү аныктайт. Окутуучу жарандык, дүйнөкөрүмдүк, политехникалык, укуктук, эмгектик, акыл-эстик жана экологиялык тарбиянын негизги багыттарын алардын практикалык өз ара аракеттенүүсүндө так түшүнүүсү зарыл.

Педагогикалык чеберчиликтин экинчи эң маанилүү компоненти – бул педагогикалык психология, социология жана физиология тарабынан топтолгон окуучунун инсаны жөнүндө терең билимдер. Ийгиликтүү педагогикалык ишмердүүлүк үчүн ушул багытта иштелип чыккан танапташ илимдердин сунуштары зарыл.

Үчүнчү компонент – тарбиялануучулар менен өз ара мамилелерди уюштуруунун этикалык-эстетикалык принциптери. Окутуунун жана тарбиялоонун жалпы педагогикалык принциптери педагогикалык мамилелердин практикасында окутуучунун инсаны аркылуу гана алардын этикалык-эстетикалык сапаттары аркылуу ишке ашырыла алат. Ошондуктан, окутуучунун инсанынын жалпы адамзаттык ченемдүү сапаттарын толуктоо, кеңейтүү жана педагогикалык этика деңгээлине көтөрүү зарыл.

Педагогикалык чеберчиликтин төртүнчү компоненти педагогдун адамдардын социологиялык мүнөздөмөлөрүн жана алардын топтун ичиндеги өз ара мамилелерин билүүсүн болжолдойт.

Педагогикалык чеберчиликтин бешинчи компоненти – искусство таануу, сценалык искусство жана угулган сөз искусствосу аймагындагы маалыматтар. Сценалык искусствонун сунуштарына негизделген кыймыл-аракеттин, жаңсоолордун, интонациялардын, мимикалардын жана жүрүм-турумдун чеберчилиги, студенттердин жашоону кабыл алуу психологиясын эске алуу менен, аларга майнаптуу педагогикалык таасир этүүдө жатат.

Жогорку мектептин окутуучусунун педагогикалык чеберчилигинин маңызын анын инсанынын сапаттары жана өзгөчөлүгү аныкташат. Педагогикалык ишмердүүлүк төмөнкү эрктик сапаттарды өнүктүрүүнү талап кылат:

а) чыгармачыл активдүүлүктү пайда кылуучу максатка умтулгандыкты

б) өзүн кармай билүүнү – өзүн башкаруу, уялчаактыкты, коркууну жана уялууну жеңүү билгичтигин

в) баарынан мурда, кыйшаюусуз талаптуулуктан жана өзүнүн талаптарын так аткарууга уланмалуу жетишүү билгичтигинен көрүнгөн тышчычаактыкты

г) кыжырданбай бир нече жолу түшүндүрүүгө даярдыкты камсыздаган чыдамкайлыкты

д) таасир этүүнүн эң майнаптуу ыктарын табууга, тааал жагдайда өзүн жоготпоого жол берген чечкиндүүлүктү

е) өз ишмердүүлүгүнүн мазмунун жана формаларын өркүндөтүүгө умтулуудан көрүнгөн демилгечилдики

ж) тарбиялык таасир кылуунун мерчемдүүлүгүнүн шарты болуп саналган уюмдашкандыкты.

Андан тышкары, чыныгы чебер педагог өз ишмердүүлүгүндө төмөнкү жөндөмдүүлүктөрдү көрсөтүүгө тийиш:

а) окуу материалын жеткиликтүү кылуу жөндөмдүүлүгүн;

- б) өз ишиндеги чыгармачылыкты;
- в) студенттерге педагогикалык таасир этүүнү;
- г) студенттер жамаатын уюштуруу жөндөмдүүлүгүн;
- д) студенттерге болгон урматтоону.

Педагогикалык чеберчилик студенттин инсанын калыптандыруу процессинде педагогикалык жөндөмдүүлүктөрдү практикалык турмушка ашырууну камсыздоочу усулдарды жана ыкмаларды, педагогикалык билгичтиктер менен көндүмдөрдүн бүткүл арсеналын кемчиликсиз өздөштүрүүдөн көрүнөт. Педагогикалык техника кайталанган, ар кандай кырдаалдарда колдонулган, көнүмүш кесиптик иш-аракеттерге айланган чеберчиликтин ыкмаларынан, ишмердүүлүктү, баарлашууну жана таасир этүүнү уюштуруу ыктарынан турат. Техникалык ыкмалардын уюштурулган жыйындысы, студенттердин бекем билимдерин, билгичтиктерин, көндүмдөрүн, ошондой эле инсандык касиеттерин жана сапаттарын иштеп чыгуу максатында окуу-тарбия берүү процессинде аларды максаттуу, тутумдуу жана ырааттуу колдонуу шарттуу түрдө технологиялык процесс деп аталат.

Жогорку окуу жайдын окутуучусу педагогикалык ишмердүүлүктүн зор жекече тажрыйбасын топтойт жана кесиптик өсүүнүн белгилүү бир баскычтарынан, деңгээлдеринен өтүүгө тийиш.

Биринчи деңгээл – педагогикалык кесипкөйлүк, педагогдун окуу-тарбия ишмердүүлүгүн тиешелүү кесиптик деңгээлде жүзөгө ашырууга жетиштүү теориялык жана практикалык даярдыгын (мамлекеттик билим берүү стандартынын талаптарына жооп берген) билдирет.

Экинчи деңгээл – педагогикалык чеберчилик өзүн уюштуруунун жана кесиптик ишмердүүлүктүн жогорку

деңгээли, б.а. өркөндүүлүктүн жогору даражасына жеткирилген педагогикалык кесипкөйлүк менен мүнөздөлөт. Окуу процессинин жогору майнаптуулугу психологиялык-педагогикалык теорияны практикада колдонуунун усулдары менен ыкмаларынын «жылмаланандыгы» менен камсыздалат.

Үчүнчү деңгээл – педагогикалык чыгармачылык белгилүү бир жаңылык элементин камтыйт, ал көбүнчө жаңы идеяларды жаратуу менен гана эмес, окуу-тарбия ишинин ыкмаларын өзгөртүү жана модернизациялоо менен да байланышкан.

Төртүнчү деңгээл – педагогикалык жаңычылдык – педагогдун кесиптик ишмердүүлүгүнүн эң жогорку деңгээли. Ал педагогикалык процессте жаңы, прогрессивдүү идеяларды, принциптерди, усулдарды, ыкмаларды ж.б.у.с. алдыга коюуну жана ишке ашырууну табигый түрдө камтыйт. Жаңычылдык эч качан көп кездешүүчү көрүнүш эмес, ал окутуунун жана тарбиялоонун бүткүл тутумуна таасир этет [43].

Жогорку мектептин окутуучусунун педагогикалык чеберчилиги – бул кесиптик ишмердүүлүктүн жетиштүү жогорку деңгээли, ал эң жогорку деңгээлге – педагогикалык жаңычылдыкка жетүүгө мүмкүндүк берет.

Ошентип, педагогикалык чеберчиликтин да, техниканын да, технологиянын да мааниси алар педагогика жана психология тарабынан ачылган мыйзамдарды, принциптерди, эрежелерди майнаптуу ишке ашыруу камсыздала жана студенттерди таасирдүү, максатка багытталган окутуу менен тарбиялоо жүзөгө ашырыла турган жападан жалгыз канал экендигинде жатат.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор:

1. Окуу-тарбия процессинин сапаты артыкчылыктуу эмнеден көз каранды болот?
2. Жогорку окуу жайдын окутуучусунун педагогикалык чеберчилиги деп эмнени түшүнүшөт?
3. Окутуучунун чеберчилиги сырттан кандайча көрүнөт?
4. Окутуучунун педагогикалык чеберчилигинин маңызы эмнеде жатат?
5. Окутуучунун кесипкөйлүгү эмнени камтыйт?
6. Окутуучунун педагогикалык чеберчилиги кандай компоненттерден турат?
7. Педагогикалык ишмердүүлүк кандай эрктик сапаттарды өнүктүрүүнү талап кылат?
8. Окутуучунун кесиптик өсүүсүнүн кандай деңгээлдери бар?
9. Окутуучунун кесиптик өсүүсүнүн ар бир деңгээлине мүнөздөмө бергиле.

1.2. Педагогикалык техника түшүнүгү жана түзүмү

Чебер педагогдордун ийгилигинин сырларына сүңгүп, педагогикалык таасир кылуунун ыкмаларынын курчутулгандыгын, эң эле ар түрдүү практикалык милдеттердиин чебер коюлгандыгын жана чечилгендигин байкоого болот. Бул жерде атайын билгичтиктер: студенттерди интенсивдүү таанып билүү ишмердүүлүгүнө мобилизациялоо, суроолорду коюу, жамаат жана жеке инсан менен баарлашуу, байкоо жүргүзүү, жамаатты уюштуруу, өзүнүн маанайына,

үнүнө, мимикасына, кыймылына ээлик кылуу маанилүү ролду ойношот. А. С. Макаренко тарбиялануучулар педагогдун жан дүйнөсүн жана ойлорун анын жан дүйнөсүндө эмне бар экенин билгендиктен эмес, аларды көрүп жана угуп тургандыктан кабыл алышат деп айткан.

Педагогикалык техника окутуучунун ишмердүүлүгүнүн ички мазмунунун жана анын тышкы берилишинин гармониялуу биримдигине түрткү болот. Педагогдун чеберчилиги руханий маданияттын жана педагогикалык жактан максатка ылайыктуу тышкы экспрессивдүүлүктүн синтезинде көрүнөт.

Орус педагогика илими педагогикалык техникага көмөкчү ролду берет да, педагогикалык чеберчиликтин маңызын ага такабайт. Бирок, техниканы этибарга албай коюунун ордуна ага ээлик кылуу аны маанилүү педагогикалык милдеттерди чечүүнүн тымызын куралына айландырат.

Педагогикалык техника – бул окутуучуга өз ойлору менен сезимдерин студенттер көргөн жана уккан нерселер аркылуу аларга жеткирүүгө жол берген билгичтиктердин жыйындысы. Педагогикалык техника окутуучуга окуу жана окуудан тышкаркы ишмердүүлүктө зарыл болгон жалпы педагогикалык билгичтиктердин жыйындысынан түзүлөт. Педагогикалык техника кандай билгичтиктерди камтыйт? Алардын педагогикалык өз ара аракеттенүүдөгү ролу кандай? Баарыдан мурда, педагогикалык техниканын элементи катары окутуучунун кептик билгичтиктерин, б.а. сабаттуу, кооз жана түшүнүктүү сүйлөө, өз кебин экспрессивдүү түрдө интонациялоо, сөздө өз ойлорун жана сезимдерин так билдирүү билгичтигин атоо керек. Педагогикалык техниканын дагы бир элементи – педагогдун мимикалык жана

пантомимикалык экспрессивдүүлүгү. Так жаңсоо, экспрессивдүү көз караш, кубаттоочу же ирониялуу жылмаюу көп учурда педагогикалык өз ара аракеттенүүдө кеңири түшүндүрмөлөргө же комментарийлерге караганда кыйла майнаптуу баарлашуу каражаты болуп чыгат.

"Педагогикалык техника" түшүнүгү, адатта, эки топ компоненттерди камтыйт.

Компоненттердин биринчи тобу окутуучунун өз жүрүм-турумун башкаруу: өз организмине ээлик кылуу (мимика, пантомима); эмоцияларын жана маанайын башкаруу (ашыкча психикалык чыңалуудан арылуу, чыгармачылык сезимин түзүү); социалдык-кабылдоо жөндөмдүүлүктөрү (көңүл буруу, байкоо, кыялдануу); кеп техникасы (дем алуу, үн чыгаруу, дикция, кептин темпи) билгичтиги менен байланышкан.

Педагогикалык техниканын компоненттеринин экинчи тобу инсанга жана жамаатка таасир этүү билгичтиги менен байланышкан да, тарбиялоо жана окутуу процессинин технологиялык тарабын: дидактикалык, уюштуруучулук, конструктивдүү жана коммуникативдүү билгичтиктерди; талаптарды коюунун технологиялык ыкмаларын, педагогикалык баарлашууну башкарууну, жамааттык чыгармачыл иш-аракеттерди уюштурууну ж.б. ачып берет.

Педагогикалык өз ара аракеттенүүдө окутуучунун өзүнүн психикалык-эмоциялык абалын башкаруу, өзүндө чыгармачылык чыңалуунун оптималдуу деңгээлин жана оптимисттик, жакшылык каалаган маанайды сактоо, өзүнүн эмоциялык эс алуусун уюштуруу билгичтиктери маанилүү ролду ойношот. Бул билгичтиктер педагогго кесиптик өзүн көзөмөлдөөнү камсыздашат, аларга көп жылдар бою дени

сак нерв тутумун сактоого жана нервдердин бузулушунан, психикалык-эмоциялык жана интеллектуалдык ашыкча жүктөмдөн качууга жардам беришет.

Майнаптуу педагогикалык өз ара аракеттенүүнү уюштуруу үчүн педагогго актердук-режиссёрдук билгичтиктердин элементтерине ээлик кылуу зарыл, бул аларга тарбиялануучулар менен баарлашууда алардын акыл-эсине гана эмес, сезимдерине да таасир тийгизүүгө, дүйнөгө карата эмоциялык-баалуулуктук мамиле тажрыйбасын толук жеткирүүгө жардам берет.

Ошентип, студенттер менен түздөн-түз өз ара аракеттенүүдө окутуучунун дал ушул билгичтиктери (же алардын жоктугу) анын жүрүм-турумунда көрүнөт. А. С. Макаренко дагы тарбиячы өзүн ар бир кыймылы тарбиялагандай алып жүрүүнү билүүгө тийиш деп жазганда ушуну эске алган.

Педагогикалык кырдаалдардын чексиз ар түрдүүлүгү окутуучудан чыгармачыл жүрүм-турумду талап кылат. Педагогикалык техника – бул окутуучунун оптималдуу чыгармачыл жүрүм-турумуна, башкача айтканда, ар кандай педагогикалык кырдаалдарда студенттер менен майнаптуу өз ара аракеттенүүгө түрткү болгон анын билгичтиктеринин жыйындысы.

Жакшы өнүккөн педагогикалык техника окутуучуга педагогикалык ишмердүүлүктө өзүн тереңирээк жана ачыгыраак билдирүүгө, окуучулар менен өз ара аракеттенүүдө алардын инсанындагы эң мыкты, эң кесиптик жактан маанилүү сапаттарды ачууга жардам берет. Өрнөктүү педагогикалык техника окутуучунун чыгармачыл иш үчүн убактысын жана күчүн бошотот, педагогикалык өз ара аракеттенүү процессинде студенттер менен баарлашуудан

керектүү сөздү издөөгө же ыңгайсыз интонацияны түшүндүрүүгө алаксыбоого жол берет. Педагогикалык техникага ээлик кылган окутуучу үнүнүн жоголушунан же өзүнүн жумушка байланышпаган толгонууларына алаксып албай калуудан жапа чекпейт. Демек, педагогикалык техникага ээлик кылуу окутуучунун өз кесиптик ишмердүүлүгүнө канаттангандыгынын өсүүсүнө алып келүүсү зарыл.

Педагогикалык техниканын билгичтиктерин комплекстүү түрдө кароо керек. Бул билгичтиктердин биримдигин камсыз кылган жалпы өзгөчөлүктөрү кайсылар?

Алгач, педагогикалык техниканын билгичтиктеринин бардыгы үчүн жалпы колдонуу аймагын белгилей кетели – окутуучунун студенттер менен түздөн-түз өз ара аракеттенүүсү. Дал ушул нерсе педагогикалык техниканын билгичтиктеринин көрүнүүсүн көбүнчө кырдаалдык, стихиялуу жана, атүгүл импровизациялык кылат. Жакшы өнүккөн педагогикалык техника окутуучуга студенттер менен өз ара аракеттенүүдө туура сөздү, интонацияны, көз карашты же жаңсоолорду тез жана так табууга, эң татаал жана күтүлбөгөн педагогикалык кырдаалдарда токтоолук менен так ой жүгүртүү жана талдоо жөндөмүн сактоого жол берет. Андан тышкары, чыныгы педагогикалык өз ара аракеттенүүдө окутуучунун педагогикалык техника жаатындагы бардык билгичтиктери бир учурда көрүнүшөт. Кеп жаңсоолор, мимика жана кыймыл менен коштолот; үзгүлтүксүз өзүнө байкоо жүргүзүү билдирүү каражаттарын ийгиликтүү түзөтүү мүмкүнчүлүгүн берет ж.б.у.с.

Педагогикалык техниканын билгичтиктеринин дагы бир маанилүү өзгөчөлүгү – алардын баары билинген же кече-инсандык мүнөзгө ээ, б.а. алар окутуучунун жекече

психикалык-физиологиялык өзгөчөлүктөрүнө негизделип калыптанат. Жекече педагогикалык техника окутуучунун жашынан, жынысынан, темпераментинен, мүнөзүнөн, ден соолугунан, анатомиялык-физиологиялык өзгөчөлүктөрүнөн олуттуу көз каранды.

Педагогикалык техниканын билгичтиктеринин окутуучунун жекече-инсандык өзгөчөлүктөрү менен тыгыз байланышы бул билгичтиктердин жекече ырандарынан гана эмес, алардын калыптануусу жана өнүгүүсү окутуучунун инсанына түздөн-түз таасир этеринен да көрүнөт. Жогоруда белгиленгендей, педагогикалык техниканын билгичтиктери окутуучунун жүрүм-турумунда кырдаалдык жана көз ирмемдик түрдө көрүнөт. Бул мааниде ушул билгичтиктер окутуучунун педагогикалык жактан максатка ылайыктуу жүрүм-турумун уюштуруунун каражаттарынын бири катары карала алат. Педагогикалык техниканын калыптануусу инсандын кыйла терең жекече сапаттарына да өнүктүрүүчү таасир этет. Алсак, кептин билдирүүчүлүгүнүн, тазалыгынын, сабаттуулугунун үстүнөн иштөө ой жүгүртүүнү тартипке салат. Психикалык ишмердүүлүктү өзү жөнгө салуу ыкмаларын өздөштүрүү мүнөздүн өзгөчөлүгү катары эмоциялык тең салмактуулуктун өнүгүшүнө алып келет ж.б.у.с.

Педагогикалык техниканын билгичтиктеринин үчүнчү маанилүү өзгөчөлүгү – дал ушул билгичтиктер аркылуу педагогикалык өз ара аракеттенүүдө окутуучунун адеп-ахлактык жана эстетикалык турумдары студенттерге эң толук ачылат. Педагогикалык техниканын билгичтиктеринин калыптангандык деңгээли көбүнчө окутуучунун жалпы маданиятынын деңгээлин, башкача айтканда, анын инсанынын педагогикалык дараметин чагылдырат деп айтууга болот.

Эгерде окутуучунун кеби жарды жана шалаакы болсо, эгерде ал ар кандай шылтоо менен эмоцияларына эркиндик берсе, табитинин начарлыгы, эстетикалык дүлөйлүгү менен айырмаланса, анда эң "туура" сөздөр жана эң "керектүү" иш-чаралар студенттердин акылына да, сезимдерине да эч кандай таасир этпейт.

Ошентип, окумуштуулардын педагогикалык техника боюнча топтолгон тажрыйбасы жана окуу-тарбия процессине коюлган заманбап талаптар ар бир жогорку мектептин окутуучусу аны түзгөн билгичтиктерди өздөштүрүүсү зарылдыгын айкын көрсөтүп турат.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор:

1. Жогорку окуу жайдын окутуучусунун педагогикалык техникасы деп эмнени түшүнүшөт?
2. Педагогикалык техника эмнеге түрткү болот?
3. Педагогикалык техника окутуучунун кайсыл билгичтиктерин камтыйт?
4. Окутуучу менен студенттердин педагогикалык өз ара аракеттенүүсүндөгү педагогикалык техниканын ролу кандай?
5. "Педагогикалык техника" түшүнүгүнө көбүнчө компоненттердин кайсыл топтору киргизилет?
6. Окутуучулардын педагогикалык техникага ээлик кылуусунун натыйжалары кандай?
7. Окутуучунун педагогикалык техникасынын жалпы өзгөчөлүгүн эмне түзөт?
8. Эмне үчүн окутуучунун педагогикалык техникасы билинген жекече-инсандык мүнөзгө ээ болот?

1.3. Педагогикалык техниканын элементтери

Педагогикалык техника окутуучуга окуу-тарбия процессинде зарыл болгон билгичтиктердин жыйындысын камтыйт. Педагогикалык техниканын негизги элементтери: адамдын психикалык-эмоциялык абалын башкаруу, кеп техникасы, мимикалык жана пантомимикалык билдирүүчүлүк ж.б.у.с. болуп саналат.

Педагогикалык техниканын бир элементи – бул адамдын психикалык-эмоциялык абалын башкаруу, психикалык-эмоциялык чыңалуусунун оптималдуу деңгээлин сактоо жана педагогикалык өз ара аракеттенүү учурунда психикалык-эмоциялык эс алууну уюштуруу.

Окутуучу үчүн, ар кандай адам сыяктуу эле, эмоциялардын негизги функциясы – бири-бирин жакшыраак түшүнүү, бири-биринин абалын кепти колдонбостон баалоо жана биргелешкен ишмердүүлүккө жана баарлашууга жакшыраак көнүү. Мисалы, ар түрдүү маданияттагы адамдар адамдын жүзүнүн берилишин жаңылбай кабыл алып, ал боюнча кубаныч, ачуулануу, кайгыруу, коркуу, жийиркенүү, таң калуу сыяктуу эмоциялык абалдарды аныктай алуу фактысы таң калыштуу.

Окутуучу үчүн өзүнүн эмоцияларына ээлик кылуу, сыртынан кармануу гана эмес, ар кандай психикалык-эмоциялык абалдардын пайда болушун жана өнүгүшүн башкаруу, өз тажрыйбаларына оң көз караш менен кароо абдан маанилүү. Ал тургай чыр-чатак кырдаалдарына да ар кандай мамиле кылууга болот. Бул көбүнчө ар бир конкреттүү адамдын орнотмолоруна жараша болот.

Педагогикалык техниканын кийинки элементи – окутуучунун мимикалык жана пантомимикалык билдирүүчүлүгү. Бил-

дирүүчү көз караш, так жаңсоо, жылмаюу көбүнчө педагогикалык өз ара аракеттенүүдө эң майнаптуу болуп чыгышат.

Мимика – бул беттин булчуңдарынын кыймылы аркылуу ойлорду, сезимдерди, маанайларды жана абалдарды билдирүү искусствосу. Беттин жана көз караштын берилиши көп учурда студенттерге сөздөргө караганда көбүрөөк таасир этет. Жаңсоолор жана мимика маалыматтын эмоциялык маанисин жогорулатуу менен аны жакшыраак өздөштүрүүгө өбөлгө түзөт.

Студенттер окутуучунун жүзүн "окушат", анын мамилесин жана маанайын божомолдошот, андыктан жүз сезимдерди билдирип гана койбостон, жашырууга да тийиш. Аудиторияга үй-бүлөлүк тынчсыздануулардын, көйгөйлөрдүн беткабын алып кирүүнүн кереги жок. Бетте жана жаңсоолордо ишке тиешеси бар, окуу-тарбия милдеттерин жүзөгө ашырууга түрткү болуучу нерсени гана көрсөтүү керек.

Албетте, беттин берилиши кептин, мамилелердин мүнөзүнө дал келүүгө тийиш. Ал, бүтүндөй тышкы кебете сыяктуу эле, ондогон вариацияларда ишенимди, жактырууну, айыптоону, нааразычылыкты, кубанычты, суктанууну, кайдыгерликти, кызыгууну, кыжырланууну билдирүүсү абзел. Жылмаюу адамдын руханий ден соолугун жана адеп-ахлактык күчүн күбөлөндүрүп, ар кандай эмоцияларды билдирет. Мимиканын билдирүүчү деталдары – каштар жана көздөр. Көтөрүлгөн каштар таң калууну, чукулдатылган каштар – көңүл топтоону, кыймылсыз каштар – тынчтыкты, кайдыгерликти, ал эми кыймылдуу каштар – кубанычты билдирет.

Адамдын жүзүнүн эң билдирүүчү бөлүгү – көздөр. К. С. Станиславский бош көздөр – көңдөй жандын күзгүсү деп жазган. Окутуучу өзүнүн жүзүнүн мүмкүнчүлүктөрүн кыл-

дат изилдеп, экспрессивдүү көз карашты колдоно билүүсү, бет булчуңдарынын жана көздөрүнүн («ойноктогон» көз) ашыкча динамикалуулугунан, ошондой эле жансыз статикалуулуктан ("таш" жүз) качууга умтулуусу кажет.

Өзүнүн жана студенттеринин жүрүм-турумун түшүнүү үчүн психологдордун эмгектеринде көрсөтүлгөн жүрүм-турум үлгүлөрү менен таанышуу пайдалуу. Мисалы, кубаныч абалындагы жүрүм-турумдун үлгүсү: жылмаюу, көздөрдүн жаркырашы, ашыкча жаңсоолор, көп сөздүүлүк, башкаларга жардам берүүнү каалоо. Коркуу абалындагы жүрүм-турумдун үлгүсү: көздөрдүн бакыраюусу, дененин катып калуусу, каштардын көтөрүлүүсү, үндүн титиреши, жүздүн бузулушу, көз караштын жүгүрүүсү, кыймылдардын кескиндиги, дененин титирөөсү.

Окутуучунун көз карашы студенттерге багытталып, көз байланышын түзүүгө тийиш. Дубалдарды, терезелерди, шыпты кароодон качуу керек. Көз байланышы –бул аң-сезимдүү түрдө өнүктүрүү зарыл болгон техника. Бардык студенттерди көрүү талаасында кармоого умтулуу абзел.

Пантомима – бул дененин, колдун жана буттун кыймылы. Ал башкыны бөлүүгө жардамдашат, элести тартып берет. Окутуучунун окуу материалын шыктануу менен түшүндүрүп жатканын карап көрөлүчү. Анын башынын, моюнунун, колунун, бүт денесинин кыймылдары кемчиликсиз айкалышкан.

Окутуучунун кооз, билинүүчү келбети инсандын ички кадыр-барк сезимин билдирет. Түз басуусу, жыйнактуулугу педагогдун өз күчтөрүнө, билимдерине болгон ишеними жөнүндө айтып турат. Ошол эле учурда бүкүрөйүү, башын түшүрүү, колунун шалбыроосу адамдын ички алсыздыгы, анын өзүнө ишенбөөсү жөнүндө күбөлөндүрөт.

Окутуучу лекцияларда жана практикалык сабактарда студенттердин алдында туура туруу манерасын иштеп чыгуусу зарыл (буттарынын аралыгы 12-15 см, бир буту бир аз алдыга коюлган). Бардык кыймылдар жана дене абалдары студенттерди өзүнүн сонундугу жана жөнөкөйлүгү менен өзүнө тартууга тийиш. Дене абалынын эстетикасы жаман адаттарга чыдабайт: алдыга-артка чайпалуу, бир бутунан экинчи бутуна салмагын салуу, отургучтун жөлөнгүчүн кармануу, колунда сырткары буюмдарды айландыруу, башын тырмоо, мурдун сүртүү, кулагынан тартуу. Окутуучунун жаңсоолору табигый жана токтоо болууга, кескин кенен кол шилтөөсүз жана курч бурчтарсыз болууга тийиш. Тегерете жана жумшак жаңсоолор артыкчылыктуу. Сыпаттама жана психологиялык жаңсоолорду айырмалашат. Сыпаттама жаңсоолор ойлордун жүрүшүн чагылдырат, шөкөттөйт. Алар анча зарыл эмес, бирок кеңири таралган. Сезимдерди билдирген психологиялык жаңсоолор алда канча маанилүү.

Мисалы, "Суранам" деп айтканда, биз алаканыбызды өйдө каратып колубузду көкүрөк деңгээлине көтөрүп, аны өзүбүздөн бир аз алыстатабыз. Жаңсоолор, башка дене кыймылдары сыяктуу эле, көбүнчө айтылып жаткан ойду ээрчибестен, анын жүрүшүн эскертишерин эске алуу керек.

Туура келбетти иштеп чыгууга спорт менен машыгуу, атайын ыкмалар: өзүн бутунун учунда тургандай элестетүү, дубалга жөлөнүп туруу ж.б. жардам берет. Окутуучунун өзүн көзөмөлдөөсү, өзүнө сырттан, биринчи кезекте студенттердин көзү мененк ароо билгичтиги абдан маанилүү.

Активдүү баарлашууну камсыздоо үчүн ачык дене абалын сактоо: колду кайчылаштырбоо, аудиторияга карап бурулуу, аралыкты азайтуу керек, бул ишеним майнабын түзөт. Ау-

диториянын ичинде капталга эмес, алдыга жана артка басуу сунушталат. Алдыга кадам таштоо билдирүүнүн маанисин күчөтүп, угуучулардын көңүлүн бурууга жардам берет. Артка чегинүү менен сүйлөөчү студенттерге эс алууга жол берет.

Педагогикалык техниканын элементи катары окутуучу-га өз кебин сабаттуу, түшүнүктүү, көркөмдүү интонация-лоого жана өз ойлорун так билдирүүгө жол берүүчү анын кептик мүнөздөмөлөрүн атоо керек.

Студенттердин окутуучунун кебин кабыл алуу жана тү-шүнүү процесси окуу угуусунун татаал процесси менен ты-гыз байланышта, ал окумуштуулардын айтымында, окуу убактысынын болжол менен $\frac{1}{4}$ инен $\frac{1}{2}$ не чейинки бөлүгүн түзөт. Ошондуктан, студенттердин окуу материалын туура кабыл алуу процесси окутуучунун кебинин кынтыксызды-гынан көз каранды экени айдан ачык.

Студенттер окутуучунун кептик билгичтиктерине өз-гөчө сезимтал келишет. Айрым үндөрдү туура эмес айтуу аларды күлдүрөт, бир өңчөй, монотондуу кеп аларды тажа-тат, ал эми чын жүрөктөн чыккан баарлашуудагы акталба-ган интонация, катуу патетика жасалма катары кабыл алы-нып, окутуучуга ишенбөөчүлүктү жаратат.

Айрымдар үн да, анын тембри да жөн гана адамга бе-рилген табигый белек деп эсептешет. Бирок заманбап экс-перименттик физиология үндүн сапатын түп-тамырынан бери жакшыртууга болорун тастыктайт. Тарых дагы бул ба-гытта адамдын өзүн өркүндөтүүсүнүн таң калыштуу натый-жаларына күбө. Демосфенди, ал кантип өзүнүн физикалык кемчиликтерин жеңип, байыркы Грециянын көрүнүктүү саясий чечени (оратору) болгонун эстейличи. Жыйыр-ма жаштагы В. В. Маяковский да өзүн эл алдында сүйлөө-

гө ошол өңдүү эле даярдап, оозуна таштарды салып алып, күүлдөгөн Риони дарыясынын жээгинде кептерин айткан.

Бирок, Демосфендин методикасы чечендик техниканы иштеп чыгуу үчүн эң жакшысы эмес. Ал биз үчүн адамдын күчтүү каалоосу, күчтүү эрки жана үзгүлтүксүз машыгуусу канчалык маанилүү роль ойной турганы жагынан үлгү болуп саналат. Бүгүнкү күндө театр педагогикасынын тажрыйбасына негизделген жана кептик дем алуу, үн чыгаруу жана дикция көндүмдөрүнүн комплексин чагылдырган кептин техникасы боюнча көнүгүүлөрдүн тутуму иштелип чыккан, ал окутуучуга сөзүнүн бардык байлыгын студентке жеткирүүгө жол берет.

Педагогикалык техника жогорку мектептин окутуучусунун ишмердүүлүгүнүн жана аны тышкы кабыл алуунун гармониялуу биримдигине түрткү болот.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор:

1. Жогорку окуу жайдын окутуучусунун педагогикалык техникасынын негизги элементтерин атагыла.

2. Педагогикалык техниканын элементтеринин биринин – "өзүнүн эмоциялык абалын башкаруунун" мазмунун ачкыла.

3. Педагогикалык техниканын «окутуучунун мимикалык жана пантомимикалык билингендиги» элементине мүнөздөмө бергиле.

4. Педагогикалык техниканын "окутуучунун кептик мүнөздөмөлөрү" элементинин мазмуну кандай?

5. Жогорку окуу жайдын окутуучусунун өнүккөн педагогикалык техникасы эмнеге түрткү болот?

1.4. Педагогикалык чеберчилик менен педагогикалык техниканын маңызы жана көрүнүү чөйрөлөрү

Педагогика өнөрүн турмушка ашыруу окутуучунун педагогикалык чеберчиликке, педагогикалык иш-аракетин техникасына жана технологиясына ээлик кылуусуз мүмкүн эмес. Чеберчилик педагогикалык иштин ыктары менен ыкмаларына ээлик кылуу аркылуу билгичтиктерде жана көндүмдөрдө материалдашат, ишке ашат. Алар көнүмүш педагогикалык аң-сезимдин ажырагыс бөлүгү, студенттерди тарбиялоодо жана окутууда оң натыйжаны кепилдеген, иштелип чыккан, көнүмүш иш-аракеттер болуп калышат. Чеберчиликке умтулуп, окутуучу студенттерди уюштуруу, баарлашуу көндүмдөрүн, алар менен мамилелерди жана өз ара аракеттенүүнү иш жүзүндө иштеп чыгышат. Чеберчиликти өркүндөтүү окутуучудан өзүнүн психикалык абалдарын, жосундарын аң-сезимдүү түрдө көзөмөлдөөнү, окуяларды кылдат талдоону, педагогикалык туюмду өнүктүрүүнү, кырдаалды тез баалоо, студенттердин маанайын сезүү, ыкчам чечим кабыл алуу билгичтиктерин талап кылат.

Окуу-тарбия процессинде окутуучу педагогикалык ишмердүүлүктүн кеминде үч чөйрөсүндө: студенттерди уюштуруу, баарлашуу жана өз ара аракеттенүү, аларга таасир кылуу чөйрөлөрүндө өзүн көрсөтөт жана ишке ашырат. Педагогикалык ишмердүүлүктүн ушул түрлөрүнүн ар бири өзүнүн бөтөнчөлүгүнө ээ болгондуктан, педагогикалык чеберчилик белгилүү бир өзүнчөлүккө ээ болот.

Педагогикалык ишмердүүлүктө педагог дайыма уюштуруу проблемаларына туш болот. Окутуучу менен студенттердин биргелешкен ишмердүүлүгүнүн мазмуну турмушка

ашуусу жана майнаптуу натыйжаларга жетишүүсү үчүн сабактарды так уюштуруу зарыл. Педагогикалык уюштуруу ойлонулган иштин максаттары, мазмуну, аткаруу жолдору жана анын болжонгон натыйжалары жөнүндө жалпы ойломдон, жалпы элестетүүдөн башталат. Окутуучу сабактардын сценарийин кыялында алдын ала элестетет, негизги окуяларды алдын ала көрөт жана сабак учурундагы күтүлбөгөн бурулуштарды алдын ала божомолдойт. Кыскасы, тарбиялануучулардын ишмердүүлүгүнүн мазмунун педагогикалык уюштуруу ийгиликтүү болсун үчүн, педагог өзүнүн аң-сезиминде аны ишке ашыруунун өзүнчөлүктүү, идеалдуу моделине ээ болуусу зарыл.

Педагогикалык чеберчиликтин жана тарбиялоо маданиятынын дагы бир маанилүү чөйрөсү баарлашуу чеберчилиги болуп саналат. Студенттердин ишмердүүлүгү жана баарлашуусу – тарбиялоонун негизги рычагдары. Баарлашуу студенттердин өз ара жана окутуучулар менен мазмундуу өз ара аракеттенүүсүнүн негизги каналы болот. Педагогикалык баарлашуу мазмундун жана анын формасынын табигый биримдиги катары орун алат. Баарлашуу тарбиялык-пайдалуу жана жарамдуу болсун үчүн, мазмундуу болууга тийиш. Мазмундуулук дайыма баарлашууда эң маанилүү аспект болуп саналат. Педагогикалык баарлашуу иштиктүү, окуу-тарбия процессинин жүрүшүндө жүзөгө ашырылуучу боло алат. Анын мазмуну ар түрдүү окуу-тарбия программалары (мисалы, бөлүмдөр, секциялар, иш-чаралар ж.б.у.с.) менен аныкталат.

Педагогикалык чеберчиликтин жана маданияттын үчүнчү маанилүү чөйрөсү студенттердин ишмердүүлүгүнө таасир этүүнүн, анда өз ара аракеттенүүнүн, ага түрткү

берүүнүн жана токтотуунун чеберчилиги болуп саналат. Окутуучу иш жүзүндө өзүнүн бүткүл жүрүм-туруму менен студенттерге тарбиялык таасир кылат. Бирок окутуучу алардын жүрүм-турумун аң-сезимдүү түрдө багыттаганда жана оңдогондо, усулдарды жана ыкмаларды колдонуп, алардын ишмердүүлүгүнө түрткү бергенде же токтоткондо, мамилелерге максатка багытталган педагогикалык таасир кылуу кошулат, ал чоң көңүл бурууну, назиктикти, маданиятты жана чыныгы чеберчиликти талап кылат.

Таасир кылуунун аталган 3 жолунун ар бири ыктар менен ыкмалардын көптөгөн нюанстарына жана түрлөрүнө ээ болот. Мисалы, ынандыруу чеберчилигинин ыкмасы педагогикалык акыл айтуу – уят сезимине таасир кылуу, жоопкерчилик, айып, аёо, жийиркенүү, кадыр-барк, ар-намыс сезимдерин ойготуу жолу менен ойлорунун мүнөзүн, жүрүм-турум мотивдерин өзгөртүү максатында студенттин аң-сезимине кыйыр түрдө кайрылуу. Же педагогикалык насаат ыкмасы – студенттерге оор абалдарда, кырдаалдарда, учурларда жардам берүүчү турмуштук тажрыйба, адеп-ахлактык эрежелер, акылман кеңештер, турмуштук байкоолор жөнүндө жакшылык каалаган, кызыкдарлык көрсөткөн аңгеме. Же педагогикалык акыл үйрөтүү – студенттерге жүрүм-турумду жана ишмердүүлүктү белгилүү бир нукка багыттаган адеп-ахлактык идеялар тутумун үгүт-насаат түрүндө монологдук баяндоо. Же педагогикалык тартылуу – аларды турмуштук зарыл иштерге, жосундарга түртүү максатында студенттердин тамак-ашка, кийим-кечеге, сулуулукка, материалдык жана руханий баалуулуктарга болгон маанилүү керектөөлөрүнө таасир этүү. Ынандыруу менен таасир кылуу чеберчилигинин аталган техникалык

ыктары менен ыкмалары окутуучунун чеберчилигинин бүткүл көп кырдуулугун, студенттердин ишмердүүлүгүнө жана жүрүм-турумуна түрткү берүүнүн же токтотуунун ыкмаларынын бир түрдүүлүгүнө жана формалдашуусуа жол берилгистикти түшүнүү мүмкүнчүлүгүн берет.

Педагогикалык маданиятка, техникага жана чеберчиликке, тарбиялоонуну усулдарын жана формаларын колдонууга, эң эле ар түрдүү турмуштук учурларда жана кырдаалдарда студенттерге чебер таасир этүү билгичтигине ээлик кылуу окутуучудан өзүндө пайда болгон кырдаалды тез, терең жана так талдоо жөндөмдүүлүгүн өнүктүрүүнү талап кылат. Таасир кылуу түзүлгөн кырдаалды, жагдайларды эске алып жана ошол жагдайларга ылайыктуу жүзөгө ашырылганда майнаптуу болот. Өзүнүн психикалык-эмоциялык абалын, студенттердин абалын эске алуу, ар түрдүү сезимдерди: кубанычты, ачууланууну, таң калууну, кыжыранууну, айыптоону, суктанууну, кубанууну билдире билүү, ошондой эле ой жүгүртүүнүн чыныгы кеңдигин жана ийкемдүүлүгүн көрсөтүү да маанилүү. Студенттер ар дайым окутуучу тигил же бул кырдаалда өзүн кандай алып жүрөрүн, ал кандай аракеттене жана кандай каражаттар менен таасир кыла турганын жетишерлик так божомолдошот. Ошондуктан, ар кандай башталманын ийгилигин камсыздоо үчүн, чебер педагог өз чечимдеринде жана иш-аракеттеринде тапкычтыкты, чыгармачылыкты, күтүлбөгөндүктү көрсөтөт. Чебер педагогдун арсеналында ынандыруунун талап кылуу менен, тартылуунун насат айтуу менен билгич айкалышуусу гана эмес, куйкумдуу сөз, ирония менен сарказм, юмор менен сатира да болот. Окутуучу көп учурда студенттин жаман жосунунун үстүнөн кыска жалпы күлкү

көптөгөн акыл үйрөтүүлөргө, насаат айтууларга жана жазалоолорго караганда баары үчүн алда канча күчтүү жана пайдалуу экенин билет.

Эгерде чебер педагогго кырдаал ачык-айкын болбосо, ал эми аны баштапкы талдоо таасир этүүнүн каражаттарын так тандоого алып келбесе, анда ал жосунду байкамаксан болууну артык көрөт же аны талкуулоо кийинкиге калтырылганын көрсөтөт. Тажрыйбалуу окутуучу эч качан чырчатактарга жана талаш-тартыштарга, мушташтарга жана детективдик иликтөөлөргө өтө көп көңүл бурбайт, шашылыш чечимдерди кабыл албайт жана кызуулук менен жазалабайт. Студенттердин ишенимине ээ болуп, ал ишеним артуучу маектерди жүргүзүүнү билет, аларды өздөрүнүн жүрүм-турумун баалоого тартат да, эң маанилүүсү, студенттердин сырларын сактоону, алардын эң жогору ишенимин актоону билет. Педагог адамгерчилик мамилелерде студенттери, алардын дүйнө түшүнүүсү жана сезүүсү менен бирдей деңгээлде тура алганда жана ошону менен бирге ошол дүйнөнү педагогикалык аңдап-түшүнө, дайыма андан жогору боло алганда, ал таасир кылуунун усулун, ыгын туура тандайт жана эң чоң турмуштук, педагогикалык майнапка жетишет.

Ошентип, педагогикалык чеберчилик педагогиканын өзүнүн жана ага танапташ инсан жөнүндөгү илимдердин кубатын топтоштурган педагогика илимдеринин маанилүү аймагы болот. Педагогикалык маданият жана чеберчилик – бул педагогика анын урматына бар болгон практикалык ишмердүүлүктүн аймагы, анда топтолгон илимий кубат студенттерди окутуу жана тарбиялоо үчүн майнаптуу, пайдалуу дүрмөттү алат.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор

1. Жогорку окуу жайдын окутуучусунун педагогикалык чеберчилигинын жана педагогикалык техникасынын көрүнүү чөйрөлөрүн атагыла?

2. Окутуучунун педагогикалык чеберчилигинын уюштуруучулук чөйрөсүнүн маңызын ачып бергиле.

3. Окутуучунун студенттер менен баарлашуу жана өз ара аракеттенүү чөйрөсү деп эмнени түшүнүшөт?

4. Окутуучунун студенттер менен өз ара аракеттенүү чөйрөсүнө мүнөздөмө бергиле.

5. Эмне үчүн жогорку окуу жайдын окутуучусунун педагогикалык чеберчилиги педагогика илимдеринин эң маанилүү бөлүгүн түзөт?

Адабияттар:

1. Дополнительное профессионально-педагогическое образование: практика, инновации // Учебник под ред. Семенова А. Л. – М.: «Спутник+», 2013. – 344 с.

2. Ковылина Т. И. Работа преподавателя над собой. – М.: «Спутник+», 2014. – 266 с.

3. Кухарев Н. В. Становление педагога-исследователя в профессиональной деятельности (учебное пособие). – М.: «Экоперспектива», 2009. – 188 с.

4. Основы педагогического мастерства. под ред. И. А. Зязюна – М.: «Высшая школа», 2004. – 462 с.

5. Смирнов С. Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности (учеб. пособие). – М.: «Академия», 2001. – 304 с.

2-БӨЛҮМ.

ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙДЫН ОКУТУУЧУЛАРЫНЫН ПЕДАГОГИКАЛЫК ТЕХНИКАСЫН ӨРКҮНДӨТҮҮ

2.1. Психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу окутуучуларды кесиптик өнүктүрүүнүн бүтүндүгүнүн шарты катары

Жогорку окуу жайлардын окутуучуларынын психикалык абалдары проблемасы алардын ишмердүүлүгүн өркүндөтүү менен түздөн-түз байланыштуу. ЖОЖдордун өкүлдөрү маалыматтык жүктүн, эмоциялык ашыкча чыңалуунун жана ар кандай педагогикалык милдеттерди чечүү зарылдыгынын көбөйүүсүн дайыма башынан кечиришет. Мунун баары окутуучулар өздөрүнүн психикалык абалдарын башкара ала турган шарттарды түзүүнү талап кылат, анткени окуу процессинин өнүмдүүлүгү алардан көз каранды болот. Ошондуктан, жогорку окуу жайлары студенттерди окутуу жана тарбиялоо учурунда окутуучулардын психикалык абалдарын жана жүрүм-турумун өзү жөнгө салуу аркылуу башкаруунун илимий негизделген мүмкүнчүлүктөрүн издөөгө түрткү берип жатышат. Психикалык өзү жөнгө салуунун ыкмаларын жана ыктарын өздөштүрүү окутуучуларга өздөрүнүн эмоциялык абалдарын өзүнө өзү таасир этүү аркылуу башкарууга жол берет, бул ийгиликтүү өзүн өркүндөтүүнүн шарттарынын бири болуп саналат.

К. А. Абульханова-Славская, Б. Г. Ананьев, М. И. Борщевский, Л. С. Выготский, А. А. Конопкин, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, В. И. Моросанова, В. Мясищев, С. Л. Рубинштейн ж.б. өзү жөнгө салуу проблемасына чоң көңүл буруш-

кан. Белгилей кетүүчү нерсе, бүгүнкү күнгө чейин "психикалык өзүн жөнгө салуу" түшүнүгүн чечмелөө боюнча бирдиктүү пикир жок. Кеңири мааниде алганда, "психикалык өзүн жөнгө салуу" термини тирүү тутумдарды жөнгө салуунун деңгээлдеринин бирин билдирет, ал чындыкты чагылдыруунун жана моделдөөнүн психикалык каражаттарын колдонуу менен мүнөздөлөт [10, 17, 20, 37].

Психикалык абалдарды өзү жөнгө салууну изилдөөгө Л. Г. Дикая [10] олуттуу салым кошкон, ал кесиптик ишмердүүлүктүн чыңалган жана экстремалдуу шарттарында кызматтык абалды психикалык өзү жөнгө салуу субъектинин ишмердүүлүгүнүн бир түрү болуп саналат, ал ишмердүүлүктүн психологиялык тутумунун төмөнкү блокторун – мотивдерди, максаттарды, программаларды ж.б. камтыйт деп эсептеген.

Өзү жөнгө салуу психологиясынын алгачкы негиздөөчүлөрүнүн бири жана аң-сезимдүү өзү жөнгө салуунун ченемдик моделинин жана теориясынын автору О. А. Конопкин аң-сезимдүү өзү жөнгө салуунун субъективдүүлүктүн ченөлчөмү катары ролун негиздеп, "психикалык аң-сезимдүү өзү жөнгө салуу адамдын психикалык өнүгүүсүнүн бүтүндөй арсеналы менен ишке ашырылган жана адамдын жалпы психикалык өнүгүүсүнүн, анын инсан катары жана жалпысынан ишмердүүлүктүн, баарлашуунун, өзүн-өзү аңдап билүүнүн жана жүрүм-турумдун субъектиси катары өнүгүүсүнүн натыйжасы жана чен-өлчөмү болгон субъектилик психикалык ишмердүүлүктүн эң тутумдуу жана универсалдуу формасы катары ачылат" деп баса белгилеген [17].

А. О. Прохоровдун психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу механизмдери жөнүндөгү көз караштары психикалык

абалдын пайда болушу психологиялык макротутумдардын: кырдаалдын, инсандын жана маанинин өз ара мамилелери менен шартталарына негизделген. Анын пикиринде, адамдын айлана-чөйрө менен тең салмактуулугуна жетүү өз ара байланышкан инсандык маанилерден, субъектилик өзгөчөлүктөрдөн жана кырдаалдардан турган бүтүндүктүү тутумдуу-уюштуруучулук механизмдин иштөөсүнүн аркасында мүмкүн болот [36].

"Түпкүлүгүндө, жекечеликтин субъект катары өнүгүшү – бул өзү жөнгө салуунун бүтүндүктүү тутумунун, же тагыраак айтканда, анын адамдын жекечелигинин кыйла жогорку деңгээлдерине проекцияларынын өнүгүүсү. Жана бул мааниде эң маанилүү чен-өлчөм – психикалык жөнгө салуунун – алгач ыктыярдуу, андан кийин аң-сезимдүү калыптануусу болуп саналат", - дейт В. И. Моросанова. Ал андан ары "жекече өзү жөнгө салуунун өнүгүшүнүн көрсөткүчтөрүн психикалык өнүгүүнүн ажырагыс көрсөткүчтөрү катары колдонуу мүмкүн жана зарыл" деп баса белгилейт [36, 35-бет].

Өзү жөнгө салуу психологиясындагы негизги тенденциялардын мүнөздөмөсү изилдөөчүлөрдүн мамилелеринин көп түрдүүлүгү жана турумдарынын жакындашуусу жөнүндө тыянак жасоого жол берет. Аларды чечүүдө өзү жөнгө салуу психологиясы өзүнүн жарамдуулугун жана актуалдуулугун көрсөткөн колдонмо проблемалардын аймагы кеңейип жатат. Өзү жөнгө салуунун контекстинде жогорку окуу жайлардын окутуучуларын окутуунун жана тарбиялоонун проблемаларын чечүүнү бөлүп көрсөтүү керек.

Жогорку мектептин окутуучуларынын ишмердүүлүгүнүн натыйжалуулугу көбүнчө алардын максатка умтулган-

дыгынан, психологиялык-педагогикалык маданиятынан жана кесиптик милдеттерди ишке ашыруусунан, ошондой эле алардын психикалык абалынан көз каранды болот. Окутуучулардын ишмердүүлүгүнүн мазмуну жана шарттары тынымсыз өзгөрүп турат – заманбап жогорку мектеп чечим кабыл алууга жана тиешелүү натыйжаларга жетишүүгө жөндөмдүү, активдүү, коммуникативдүү, өз алдынча, чыгармачыл окутуучуларды талап кылат. Окутуучулар жоопкерчилик жана кесиптик ишмердүүлүктүн эркиндиги шарттарында иштешет, мында басым алардын жеке сапаттарына жасалат. Окутуучуну кесиптик өнүктүрүү өзүнө мансаптык мерчемдерди түзүүнү, кесиптик жетикшендиктердин чындыктуулугун, педагогикалык чеберчиликти жогорулатууну, педагогикалык ишмердүүлүктөн канааттангандыкты жана ээлеген кызматынын туруктуулугун туюуну камтыйт. Кесиптин окутуучулардын инсанынын калыптанышына жана өнүгүшүнө тийгизген таасири эки тараптуу. Бир жагынан, кесиптик ишмердүүлүк педагогдордун психикасына оң таасирин тийгизет, алардын инсанынын өнүгүүсүнө багыт берет жана алардын жекечелигинин эң маанилүү кырларын калыптандырат. Экинчи жагынан, ал инсанга терс таасирин тийгизип, анын бүтүндүгүн бузуп, өз алдынчалыгын жана туруктуулугун төмөндөтөт. Бул окутуучулар педагогикалык кесипти өздөштүрүүдө ишмердүүлүктүн жемиштүү натыйжасына алып келүүчү жана аны ийгиликтүү жүзөгө ашырууга түрткү болуучу сапаттарды интенсивдүү өнүктүрүшкөнү менен шартталган. Бирок, бул процессте катышпаган түзүмдөр өзгөрөт: алар басылат, жок кылынат жана деформацияланат. Ошентип, кесипкөйлөштүрүү стадиясында эмгектин субъектисинде сөзсүз түрдө

кесиптик кыйроону (англ. destruction – кыйроо) өнүктүрөт деп айтууга болот. Окутуучулардын кесиптик кыйроолору – бул педагогикалык ишмердүүлүктү жүзөгө ашыруу процесинде пайда болуучу, инсандын профилин анын кесиптик жана инсандык өнүгүүсүн бузууга, эмгектин өнүмдүүлүгүн жана педагогикалык процесстин катышуучулары менен өз ара аракеттенүүнүн майнаптуулугун азайтууга карай өзгөртүүчү терс сапаттар [23].

Кесиптик кыйроолорго кесиптик жактан шартталган деформацияларды, акцентуацияларды жана кесиптик күйүп кетүүнү киргизишет. Окутуучулардын кесиптик күйүп кетүүсү баалуулуктук-мотивациялык чөйрөдө башаламандыктын барлыгы менен шартталат.

Өзү жөнгө салуу зарылдыгы ар кандай педагогикалык кырдаалдарда пайда болот, алардын арасында төмөнкүлөр негизги болуп саналат:

- чечүү кыйын, жаңы же адаттан тыш проблема
- проблемаларды чечүүгө убакыттын таңсыктыгы
- проблемаларды чечүүнүн альтернативалуу варианттарынын барлыгы
- маалыматтын ашыкча жүктөлүшү
- импульсивдүү жосундарга алып келүүчү жогору эмоциялык чыңалуу абалы
- администрация, кесиптештери жана студенттери менен өз ара мамилелер
- педагогикалык ишмердүүлүктү абройго жана кадыр-баркка коркунуч келтирүү менен баалоо
- педагогикалык ишмердүүлүктү аткаруу үчүн жазаларды күтүү.

Мындай кырдаалдарда окутуучулар үчүн кесиптик иш-

мердүүлүктүн натыйжалуулугу гана эмес, педагогикалык ишмердүүлүк процесси менен натыйжасынан жеке канаттануу, ишке жөндөмдүүлүктү, психикалык жана физикалык саламаттыкты сактоо да өзгөчө мааниге ээ болот. Ошондуктан, психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу окутуучуларды инсандык-кесиптик өркүндөтүү үчүн маанилүү болуп саналган шарттарды түзүү артыкчылыктуу болуп калат. Өзү жөнгө салуу – бул көп деңгээлдүү аныктамага ээ болгон тутумдуу процесс. Кесиптик өзү жөнгө салуунун айырмалоочу өзгөчөлүгү – окутуучу окуу-тарбия процессине камтылган педагогикалык ишмердүүлүктүн субъектиси катары чыгат.

Практикалык колдонуу үчүн инсандык-кесиптик өнүктүрүүнү психологиялык коштоо программалары; алардын жардамы менен психологиялык жардам алууга жана өзүн жөнгө салуу көндүмдөрүн өз алдынча калыптандырууга болуучу өзү жөнгө салуу мамилелери, методикалары жана техникалары иштелип чыккан. Өзү жөнгө салуу психотехникаларын колдонуунун спектри абдан ар түрдүү жана адистештирилген тренингдерди, аутогендик машыгууну, окутуу процессин коштоо үчүн өзү жөнгө салуу көндүмдөрүнө мультимедиялык программаларды түзүү боюнча сунуштарды ж.б. камтыйт. Окутуучулардын өзү жөнгө салуу усулдарына, техникаларына, ыктарына ээ болуусу жана тутумдуу түрдө колдонуусу баалуулуктук багыт алууларды калыптандырууга, кесиптик күйүп кетүүнүн, кырдаалдык жана инсандык тынчсыздануунун деңгээлин азайтууга, өнөкөт чарчоону төмөндөтүүгө, өзүмдүк эмоциялык абалын жана жүрүм-турумун аң-сезимдүү түрдө жөнгө салууга жардам берет.

Педагогикалык ишмердүүлүктүн ийгиликтүүлүгү көбүнчө психикалык өзү жөнгө салуу тутумунун калыптандыгынан көз каранды болот. Психикалык өзү жөнгө салуу билгичтиктеринин жана көндүмдөрүнүн жоктугу кесиптик кыйроолорго жана натыйжада окуу-тарбия процессинин натыйжалуулугунун төмөндөшүнө алып келет. Өнүккөн өзү жөнгө салуу максатка багытталгандыкка, кесиптик өсүүгө, педагогикалык милдеттерди чечүүгө көңүлдү топтоштурууга түрткү берет.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор:

1. Психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу дегенде эмне ни түшүнүшөт?

2. Эмне үчүн психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу педагогикалык ишмердүүлүктүн майнаптуулугу менен байланышкан?

3. Педагогикалык ишмердүүлүктүн майнаптуулугу эмнеден көз каранды болот?

4. Кесиптик күйүп кетүү түшүнүгүн ачып бергиле.

5. Окутуучулардын кесиптик күйүп кетүүсү эмне менен шартталган?

6. Кандай педагогикалык кырдаалдарда психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу зарылдыгы пайда болот?

7. Окутуучулар тарабынан практикалык колдонуу үчүн өзү жөнгө салуунун кандай техникалары иштелип чыккан?

8. Кесиптик күйүп кетүүнүн, кырдаалдык жана жекече тынчсыздануунун деңгээлин азайтуу үчүн кандай мүмкүнчүлүктөр бар?

9. Окутуучуларда психикалык абалдарды өзү жөнгө салуу билгичтиктеринин жана көндүмдөрүнүн жоктугу эмнеге алып келет?

10. Окутуучулардын өнүккөн психикалык абалдарды өзү жөнгө салуусу эмнеге түрткү болот?

2.2. Окутуучулардын психикалык-эмоциялык абалдарын башкаруу

Студенттер менен баарлашуу процессинде жана түздөнтүз алардын алдында чыгармачыл өзүн сезүүсүн башкаруу – окутуучунун эмгегине, анын аудиториядагы жүрүм-турумунун эркиндигине жана натыйжалуулугуна, студенттер менен баарлашуусуна ж.б.у.с. коюлуучу эң маанилүү кесиптик талап.

Сабактардын алдындагы эмоциялык жөнгө салуу, окутуучунун чыгармачыл өзүн сезүүсүн башкаруунун маанилүү компоненти катары, көп кырдуу. Бул жөнгө салуунун төмөнкү негизги багыттарын бөлүп көрсөтүүгө жана сунуштоого болот:

а) алдыдагы ишмердүүлүктүн материалына кайрылуу, андан чыгармачыл өзүн сезүү үчүн керектүү түрткүлөрдү издөө;

б) аудиторияга кайрылуу, алдыдагы аны менен баарлашуудан чыгармачыл көкөлөөнү, илхамды издөө;

в) бул эки багыт тең окутуучунун алдыдагы ишмердүүлүккө багытталган зарыл сезимдерди жана толгонууларды өзүнөн издөөсү аркылуу ишке ашырылат, башкача айтканда, педагог материал менен жекече терең байланышып, эбактан бери тааныш нерсеге кайрадан кызыгып, алдыда турган аудитория менен иштөөдөн канааттанууну туюуга тийиш.

Бул процесс өтө жекече болгону менен, педагогдун иш-мердүүлүккө эмоциялык жөнгө салуусунун, демек студенттер менен баарлашуунун алдындагы чыгармачыл өзүн сезүүнү чакыруусунун негизги жолдорун билүү зарыл. Ошол эле учурда, биз аныктаган бул иштин жалпы багытталгандыгына таянып, кесиптештери жана студенттери менен жолугушуунун алдында өзүн коммуникациялык жактан жөнгө салуунун жеке жолдорун издөө керек. Окутуучу эмоциялык чыңалуу булчуңдардын чыңалуусу менен коштолорун жана булчуңдардын чыңалуусун жоюп, өзүн сезүүнү жөнгө салууга болорун билиши керек. Жеңилденүү абалын жакшыраак сезүү үчүн, алгач айрым булчуң топторун чыңалтуу, андан кийин аларды жеңилдетүү менен машыгуу керек.

I. Окутуучуларды өзүн сезүүнү жөнгө салуунун усулдары жана техникасы менен тааныштыруу.

1-көнүгүү. Колдун булчуңдарын жеңилдетүү жана чыңалтуу. Түз туруңуз, колдоруңузду алдыга көтөрүңүз, манжаларыңызды муштумга түйүңүз, бир эле учурда колдордун, билектердин жана ийиндердин булчуңдарын чыңалтыңыз (3-4 секунд). Акыл-эстик иш-аракетти унутпаңыз: мында сиз күчтүү, чымыр болууну каалайсыз, булчуңдарыңыз катуу чыңалган. Эми жеңилдениңиз: колдоруңуз эркин ылдый түшүп, маятник сыяктуу кыймылдарды жасайт.

2-көнүгүү. Жеңилденүү үчүн сөздү колдонуу. Көңүлүңүздү топтоштуруп, өзүңүзгө буйрук бериңиз: "Колдоруңузга көңүл буруңуз! Менин манжаларым жеңилденди. Менин манжаларым жана колдорум жеңилденди. Менин билектерим жана ийиндерим жеңилденди. Менин жүзүм тынч жана кыймылсыз."

Тигил же бул эмоциялык реакция кайсыл булчуңдардын чыңалуусун чакыраарын билүү керек. Мисалы, коркуу эмоциясында артикулярдык жана желке булчуңдары эң көп чыңалат, бул абалды баштан өткөргөндө аларды жеңилдетүүгө көңүл буруу абзел.

3-көнүгүү. Жеңилденүү үчүн элестетүүлөрдү колдонуу. Кайсыл бир объект жөнүндө ачык элестетүү организмдин объектиге ылайык келген туюмдарын жана реакциясын чакырууга жөндөмдүү. Мисалы, катуу толкунданууну өзүңүздү (мүмкүн болсо бир нече жолу) тынчсызданбай экзаменге жооп берип жаткандай элестетүү менен басаңдатууга болот. Албетте, бул кыйын жана дайыма эле ийгиликтүү боло бербейт, мындай учурларда түстүү фондогу сюжеттик элестетүүлөр жардам берет: шалбаа, дарыя, деңиз, суунун бети.

4-көнүгүү. Мимикалык булчуңдардын тонусун көзөмөлдөө. Бул көнүгүү жүзгө тынч көрүнүштү берүүгө гана эмес, ички гармонияга, тынчтанууга жетүүгө да жардам берет. Текст төмөнкүдөй боло алат: "Менин көңүлүм менин жүзүмө токойт. Менин жүзүм тынч. Чеке булчуңдарым жеңилденди. Көз булчуңдарым жеңилденди. Жаак булчуңдарым жеңилденди. Эриндерим жана тиштерим ачылган. Оозум жылмаюуга бөлөнгөн. Менин жүзүм беткап сыяктуу."

Биз жылмаюу менен чогуу жүзүбүздөн жана бүт денебизден чыңалуу кантип жоголгонун туябыз.

5-көнүгүү. Кыймыл менен кептин темпин көзөмөлдөө жана жөнгө салуу. Булчуңдардын маталуусу менен бирге эмоциялык дүүлүгүү кыймылдын жана кептин темпинин өсүүсүнөн, тынчсыздануудан көрүн алат. Төмөнкү көнүгүүлөр муну болтурбоого жардам берет:

а) манжаларыңызды салмактуу жана жайбаракат кысыңыз жана ачыңыз, көз карашыңызды бир буюмдан башкасына салмактуу жана жайбаракат жылдырыңыз, ошондой эле жазыңыз, басыңыз жана сүйлөнүз;

б) машыгууңузда тез жана жай, салмактуу жана кескин темптерди алмаштырып колдонуңуз. Мисалы, баарын 2-3 мүнөт жайбаракат жана салмактуу жасаңыз (чачылган китептерди чогултуу, тактага жазуу ж.б.у.с.), андан кийин 1-2 мүнөт тез жана кескин, тынчсыздануу менен толкунданууну туурап жасаңыз, андан кийин кайра жайбаракат жана салмактуу жасаңыз ж.б.у.с. Жакшы тааныш чыгармалардан үзүндүлөрдү ошондой эле окуңуз.

Темптин контрастына негизделген бул көнүгүүлөр сиздин эмоциялык абалыңызды жөнгө салууга жардам берет, анткени ал өлчөнгөн жана тез ыргактын астында оптималдаштырылат.

6-көнүгүү. Дем алууну көзөмөлдөө жана жөнгө салуу.

Дем алуубуз жана эмоциялык абалыбыз өз ара байланышта болгондуктан, биринчисин көзөмөлдөө жана жөнгө салуу экинчисин өзү жөнгө салууга түрткү боло алат. Байкоолор көрсөткөндөй, дем алуу эмоциялык абалдарда кандайча өзгөрөт: уйкудагы адамдын бир калыпта дем алуусу, ойлуу адамдын терең дем алуусу, тынчсызданган адамдын тез-тез дем алуусу, ачууланган адамдын "таноолорунун дердеңдөөсү". Диафрагмалык дем алууда дем алуу мурун аркылуу жүргүзүлөт. Алгач жеңилденгенде жана ийиндер бир аз ылдый түшкөндө, өпкөнүн төмөнкү бөлүктөрү абага толот, ал эми курсак мында улам көбүрөөк чыгып турат. Андан кийин дем алуу менен көкүрөк клеткасы, ийиндер жана акырек сөөктөр удаалаш көтөрүлөт. Толук дем чыгаруу ушул

эле ырааттуулукта жасалат: акырындык менен курсак тартылат, көкүрөк клеткасы, ийиндер жана акырек сөөктөрүн түшүрүлөт. Бул эмоциялык абалды турукташтырат.

7-көнүгүү. Библиотерапияны колдонуу. Ыр же кара сөз чыгармасын окуу. Чыгармадан пайда болгон сезимдерди талкуулоо.

8-көнүгүү. Музыканы көрмө үлгүлөр менен айкалыштыра колдонуу. Музыкалуу фондо слайддык программаны көрүү. Көргөндөн кийин өз абалын сыпаттоо.

9-көнүгүү. Тууроо оюну. Аудиторияга декандын же ректордун ролунда кириңиз. Ички маанайыңыз кандайча өзгөргөнүн байкаңыз.

II. Булчуңдардын чыңалуусун жоюу үчүн көнүгүүлөр, жеңилденүү абалында ишендирүү

10-көнүгүү. Жеңилденүү позасы ("арабакечтин поза-сы"). Отургучка отуруп, денеңизди бир аз алдыга эңкейтип, белиңизди бир аз бүгүп, башыңызды көкүрөгүңүзгө түшүрүп, сандарыңызды бири-бирине тик бурчта түздөшүңүз зарыл. Билектериңиз сандарыңызга ыңгайлуу жайгашып, колдоруңуз эркин илинип турат. Булчуңдар мүмкүн болушунча жеңилденген. Көздөрүңүз жумулган. Бул поза чарчаган арабакечтин абалын эске салат. Ойдогу көрүү менен дененин бардык булчуңдарын "чуркап өтүп", алардын жетиштүү деңгээлде жеңилденгенби, текшериңиз. Бет булчуңдарынан, жеңилденүү «беткабын» өздөштүрүүдөн баштаңыз.

11-көнүгүү. Жеңилденүү "беткабы". Буйруктар (өзү буйрук кылуу) берилет: "чеке булчуңдары жеңилденди; чекедеги бардык бырыштар жазылды (бул булчуң тобунун жеңилденүүсүн сезүү үчүн, алгач аларды контраст үчүн чы-

ңалтуу, таң калгандай дем алганда кашыңызды көтөрүп, дем чыгарганда түшүрсөңүз болот); каштар жеңилденди (кабакты бүркөө, анан дароо жеңилдентүү); кабактар жеңилденди; жаак булчуңдары жеңилденди; жаактар жеңилденди; астыңкы жаак эркн ылдый түшүрүлдү; эриндер жеңилденди, жүздө терең, таттуу уйкунун мөөрү турат."

12-көнүгүү. Толук физикалык тынчтык. Максаты – дененин булчуңдарын максималдуу жеңилдетүү, бардык булчуң чыңалууларын жоюу. Негизги формулалар: "Мен жеңилденип жатам", "Толук физикалык тынчтык." Буйруктар (өзү буйрук кылуу) берилет: "тынчтык, толук физикалык тынчтык; мен жеңилденип жатам; моюн булчуңдары жеңилденди; ийиндер жеңилденди (ийиндер түшүп калды); кол булчуңдары жеңилденди: билектер, колдор...; колдор тизеге ыргытылган камчыдай сезилет; бел булчуңдары жеңилденди; курсак жеңилденди." Көңүл чөйрөсү дене боюнча акырын жылып, бардык булчуң чыңалуулары жеңилдегенин текшерип, андан кийин бут булчуңдарына түшөт: "буттарым жеңилденди: сандарым жеңилденди, тизе муундарым жеңилденди, балтыр булчуңдарым жеңилденди, тамандарым жеңилденди...; ар бир булчуңум жеңилденди жана алсырады; тынчтык, толук физикалык тынчтык."

Жеңилденүү учурунда эс алууну элестетиңиз: сиз пляжда (бакчада) эс алып жатасыз: "Мен эс алып жатам, мага толук физикалык тынчтык абалы жагымдуу."

Тыянак: Өзүнө буйрук берүү жана элестетүүлөр аркылуу сиз өзүңүзгө толук физикалык тынчтык абалын сиңирип, аң-сезимиңиз аркылуу бейаңга таасир эте аласыз.

13-көнүгүү. Толук психикалык тынчтык. Максаты – максималдуу тынчтануу, дүүлүгүүнү жана нервдин чы-

ңалуусун жоюу. Негизги формулалар: "Толук психикалык тынчтык", "Тынчтык мени жууркандай ороп турат." Буйруктар (өзү буйрук кылуу) берилет: "тынчтык"; бардык ойлор жок; бир гана тынчтык; тынчтык мени жумшак жууркандай ороп турат; мен толугу менен тынчмын; толук психикалык тынчтык."

Тыянак: Жалпы физикалык жеңилденүүнүн фонунда сиз өзү буйрук кылуулардын жана элесетүүлөрдүн жардамы менен өзүңүздү толук психикалык тынчтык абалына ишендире аласыз.

14-көнүгүү. Оң колдун оордугу. Максаты – булчуңдардын максималдуу жеңилденүүсүнө жетүү, ал эми бул үчүн оң колуңузда (андан кийин бүт денеңизде) булчуңдардын оордугу туюмун чакырууга үйрөнүшүңүз зарыл. Негизги формула: "Менин оң колум оор." Буйруктар (өзү буйрук кылуу) берилет: "менин оң колум оор; мен оң колумда оордукту сезем; манжаларымдын учтары оор; оң колум оор." Төмөнкү элестетүүлөрдү колдонсо болот: "колум коргошун сыяктуу сезилет жана акырындык менен оорлошот; оң колум тиземди катуу басат; мен билегимде, ийинимде оордукту сезем; оң колум толугу менен оор."

Тыянак: Бул көнүгүү өзү буйрук кылуулардын жана элестетүүлөрдүн жардамы менен өзүңүздү эң ар түрдүү абалдарга кантип ишендирүүгө болорун дагы бир жолу көрсөтөт.

15-көнүгүү. Жеңилденүү абалынан чыгуу. Онго чейин саноо жүрөт, ар бир экинчи санакта буйруктар (өзү буйрук берүү) берилет: бир, эки – сиз жакшы эс алдыңыз; үч, төрт – оң колуңуздагы оордук өттү; беш, алты – бүткүл денеңизде сергектик; жети, сегиз – көңүлдүү маанай; тогуз, он – көздөрүңүздү ачыңыз жана жылмайыңыз." Энергиялуу

түрдө буйрук берилет: "Керилиңиз, түз отуруңуз! Манжаларыңызды алдыңызга бириктириңиз! Колдоруңузду алаканын сыртка каратып буруңуз. Кескин дем алуу менен манжалары бириктирилген колдоруңузду башыңыздын үстүнө көтөрүңүз. Кескин дем чыгаруу менен колдоруңузду түшүрүңүз." Бул көнүгүүнү 2-3 жолу кайталаңыз.

Өзүн ишендирүү программасын түзүү. Өзүн ишендирүү программасын түзүүдө төмөнкү эрежелерди жетекчиликке алуу керек:

- а) формула так жана кыска болууга тийиш
- б) формулада терс бөлүк камтылбоого тийиш
- в) формулалардын удаалаштыгы сакталууга тийиш:

"Мен каалайм-мен кыла алам-мен кылам-менде бар" (Мен тынч жана ишенимдүү болгум келет, мен тынч жана ишенимдүү боло алам, мен тынч жана ишенимдүү болом, мен тынч жана ишенимдүүмүн!).

Өзүн ишендирүүнүн болжолдуу программаларын сунуштайбыз.

1. Маанайыңызды оптималдаштыруу үчүн: «мен жыйнактуумун жана тең салмактуумун; мен көтөрүңкү, кубанычтуу маанайдамын; мен активдүү жана сергек болгум келет; мен активдүү жана сергекмин; мен активдүү жана сергек боло алам; мен энергияны жана сергектикти сезгим келет (сезе алам, сезем); мен шайыр жана күчкө толумун; мен оптимистмин».

2. Эс алуу үчүн: «мен тынчмын; мен толугу менен тынчмын; мен жакшы эс алып, күч топтоп жатам; менин организмдин ар бир клеткасы эс алып жатат; ар бир булчуң эс алып жатат; ар бир нерв эс алып жатат; тазалык менен сергектик мени толтурат; мен жыйнактуумун жана кунт-

туумун; алдыда жемиштүү күн бар; мен эс алып жатам».

3. Алдыдагы жумуш күнүнө өзүн жөнгө салуу үчүн: «мен өзүмдү ишенимдүү сезем; маанайым көтөрүңкү; башым сергек; мен толугу менен тынчмын; мен жыйнактуумун; мен так ойлоном; мен оңой жана так иштегим келет (алам, жасайм).»

4. Сабактарда кесиптик жүрүм-турум стилине көнүү, аудитория менен баарлашууда өзүнө ишенбөөчүлүктү жана ыңгайсыздыкты жеңүү үчүн: “мен толугу менен тынчмын; мен аудиторияга ишенимдүү кирем; сабак учурунда өзүмдү эркин жана бош сезем; өзүмдү башкара алам; үнүм бир калыпта жана ишенимдүү угулат; сабакты жакшы өткөрө алам; маанайым сергек, жайдары; сабакта менин өзүмө кызыктуу; мага студенттерди окутуу кызыктуу; окуучуларга айта турган сөзүм бар; мен тынч жана өзүмө ишенимдүүмүн.”

Өзүн текшерүү үчүн суроолор:

1. Окутуучулардын сабактардын алдында өзүн эмоциялык жөнгө салуусуна негизги сунуштар кайсылар?

2. Окутуучулардын өзүн сезүүсүн жөнгө салуусунун усулдарын атагыла.

3. Булчундардын чыңалуусун жоюу үчүн көнүгүүлөрдөн мисал келтиргиле.

4. Өзүн ишендирүү программаларын түзүүдө кандай эрежелерди жетекчиликке алуу керек?

5. Өзүн ишендирүүнүн болжолдуу программаларын атагыла.

2.3. Окутуучулардын кебинин билдирүүчүлүгүн өнүктүрүү

Окутуучулардын өзүнүн кебин өркүндөтүү боюнча өз алдынча иштерин бир нече багытка бөлүүгө болот: кеп маданиятын өзү көзөмөлдөө жана өнүктүрүү, өзүндө кептик баарлашуунун бардык кырдаалдарында туура адабий кепке ээ болууга орнотмо түзүү. Бул жерде өзүнүн кеп маданиятынын деңгээлин тынымсыз изилдөө жана жогорулатуу адаты менен керектөөсүн калыптандыруу жөнүндө сөз болуп жатат.

Кептин экспрессивдүүлүгүнө, билдирүүчүлүгүнө мазмунга, айтылыш шарттарына ылайыктуу чебер интонациянын эсебинен жана тилдин сүрөттөө каражаттарын орундуу колдонуунун эсебинен жетишилет.

Окутуучунун өнүмдүү коммуникациялык жүрүм-турумунун зарыл шарты анын баарлашуу стили экени белгилүү. Өзүнүн баарлашуу техникасын гана эмес, баарлашуудагы социалдык турумун да аныктап, өзүн изилдөө маанилүү.

Педагогдун кеби ийгиликтүү болсун үчүн, кептик билгичтиктерге жана көндүмдөргө ийгиликтүү ээ болуу үчүн өбөлгөлөрдү түзгөн инсандын жалпы психикалык-физикалык сапаттарын өнүктүрүү зарыл. Бул кыялданууну (кайра түзүүчү жана чыгармачыл), ассоциативдүү жана элестүү эс тутумду, фантазияны өнүктүрүүгө тиешелүү. Окутуучунун кебинин билдирүүчүлүгүнүн зарыл шарты ал өзү баяндап жаткан предметтерди, окуяларды, процесстерди акыл-оюнда көрүүсү болуп саналат.

Окутуучулардын кебинин билдирүүчүлүгүн өнүктүрүү үчүн биз фонациялык дем алууну жана үндү өнүктүрүү боюнча көнүгүүлөрдү сунуштайбыз.

I. Фонациялык дем алууну өнүктүрүүгө көнүгүүлөр.

1-көнүгүү. "Егорки" (кептик дем чыгаруунун жекече өзгөчөлүктөрүн аныктоо). Балдардын белгилүү "Как на горке на пригорке стоят 33 Егорки" деген санак рифмасын айтып бергенден кийин, терең дем алуу жана дем чыгарганда: "раз Егорка, два Егорка..." ж.б.у.с. бардык аба түгөнгө чейин саноо. Акыркы санак дем алуунун бөлүштүрүлүшүнүн жана сыйымдуулугунун көрсөткүчү болуп саналат.

2-көнүгүү. "Гүл дүкөнү". Баштапкы абал: туруу. Көзөмөлдөө үчүн сол колуңузду курсагыңызга, ал эми оң колуңузду кабыргаңызга коюңуз. "п-ф" деп дем чыгарыңыз. Мында курсак тартылат. Аткаруу: дем алып, гүлдү жыттаганыңызды элестетиниз. Мында курсак алдыга жылат, кабыргалар кеңейет, дем алууну курсакты түртүү менен бекемдеңиз, курсактын ылдый жагын тартыңыз (жөтөл же жөтөлүүнү каалоо). Андан кийин "п-фф" деп жайбаракат жана салмактуу дем чыгара баштаңыз, мында курсак акырындык менен тартылып, кабыргалар түшүп, дем алуу кыска, дем чыгаруу узак болот. Бул көнүгүүнү 2-3 жолу кайталаңыз.

3-көнүгүү. "Шам" (тегиз, интенсивдүү дем чыгаруу). Ичке кагаз тилкесин (туурасы 2-3 см, узуну 7-10 см) алып, бул шам деп элестетип, аны үйлөңүз. Ал сизден артка чегинет – бул "жалындын" кыймылы. Мындай "шам" дем чыгарылган аба агымынын тегиздигине көрсөтмөлүү көз салууга жол берет; дем чыгаруу тегиз – кагаз бир абалда калат – артка чегинет (шамдын «жалынын» жыгып, аны ушул абалда кармаңыз). Диафрагмада жана кабырга аралык булчуңдар аймагындагы бир аз чыңалууга көңүл буруңуз. Күчтүү "дем алуу кемери" дем чыгарылган аба агымынын тегиздигин сактайт.

4-көнүгүү. "Тешилген топ" (аягына карай алсырабаган салмактуу, энергиялуу дем чыгаруу). Көкүрөк деңгээлинде чоң куюлган желим топту колго кармап турганыңызды элестетиниз. Ал тешилип калган. Эгерде аны бассаңыз, абанын чыгып жатканын уга аласыз. Аны үндү тууроочу "сссс..." менен туураңыз. Аба өпкөңүздөн узакка чыгып кетиши үчүн, "топту" алаканыңыз менен жеңил, эч кандай күч жумшабай басыңыз. Колдоруңуз жайбаракат биригишет: алар "топтун" бир аз каршылыгын сезишет. Акырында, алакаңдар биригет. Жана бул кыймыл менен үн чыгарууда колдонулган аба акыркы активдүү үнгө "чыгарылат". Көнүгүүнү бир нече жолу кайталаңыз. Колдоруңузду чыңалтпастан, жеңил аткарыңыз.

5-көнүгүү. «Үндү тууроо» (дем чыгаруунун ар кандай түрлөрү). Жаратылыштын жана жашоонун ар кандай үндөрүн эске түшүрүңүз жана кайра түзүңүз: шамалдын ышкырыгы: сссс..., токойдун шыбыры: шшш..., чиркейдин ызылдагы: зьзьзь..., жжжж..., жьжьжь..., карганын кыйкырыгы жана каркылдагы: кркркр..., крр! карр! карр!, сагызгандын таркылдагы: трр! трр!, мотордун күрүлдөөсү: рррр!, электр коңгуроосунун үнү: рьрьрь, арабакечтин кыйкырыгы: тпру! тпру! нно!, нно! нно! ж.б.у.с.

Диафрагманын иштөөсүнө көңүл буруңуз: кээде анын чыңалуусу минималдуу болот (аба жаратылышка өзү агып чыккандай сезилгенде, мисалы, токойдун шыбырында же чиркейдин ызылдагында), андан кийин чыңалуу жогорулайт (мотордун күрүлдөөсүндө же электр коңгуроосунун үнүндө). Аба күч менен чыгарылганда, диафрагма активдүү жана энергиялуу кыймылдап, абаны катуу түртүүлөр менен чыгарат (карганын каркылдагында, сагызгандын таркылдагында же арабакечтин кыйкырыгында).

6-көнүгүү. "Араачылар." Экөөңүздөр колдоруңузду менен кайчылаштырыңыздар. Оң колдоруңуздар – бул араа, сол колдоруңуздар – устун. Биринчи катышуучу оң колу менен арааны өзүнө карай тартып, үндү туурайт: ззз... (бир санак), экинчиси – оң колу менен арааны өзүнө тартат – ссс... (эки санак). Ошентип, арааны кезектешип тартып, араачылар машыгышат. Өнөктөшүңүз арааны өзүнө тартканда колуңузду кармабай, чыныгы араа сыяктуу энергиялуу, кубанычтуу араалашыңыз керек! дем алуу тең өлчөмдүү, ыргактуу болушу керек: арааны өзүңүзгө тартканда үн чыгарып дем чыгарыңыз, ал эми коё бергенде дем алыңыз.

7-көнүгүү. "Сыпайы ийилүү." Биринчи турум: бутуңуздун учуна туруп, колдоруңузду капталдарга сунуңуз (кирүү); экинчи турум: жайбаракат алдыга эңкейип, колдоруңузду акырындык менен бириктирип, көкүрөгүңүзгө чыгыш стилинде кысыңыз. Ийилүү учурунда "с" тыбышында созулган "салам" сөзүн айтыңыз.

8-көнүгүү. "Түгөлдөө." Студенттин фамилиясын атаңыз, аны көз караш менен изилдеңиз, анын өзгөчөлүктөрүн эстеп калууга аракет кылыңыз, анан ордуна отургузуңуз. Ар бир фамилияны айтардын алдында дем алыңыз. Андан кийин дем чыгарууну үч же төрт фамилияга бөлүштүрүп, түгөлдөөнү улантыңыз.

9-көнүгүү. "Сөздүк жат жазуу." Сөздүк жат жазуу жаздырыңыз, сөздөрдү жат айтып бериңиз, студенттердин жазуусуна көз салыңыз. Ар бир сөздүн алдында дем алыңыз. Сөздөрдү так жана шашпай айтыңыз. Эң негизгиси, студенттердин жазууларын үнүңүз жана темпиңиз менен жетектеңиз.

II. Үндү өнүктүрүүгө көнүгүүлөр

1-көнүгүү. "Онтоо". Бул көнүгүүнү аткаруу үчүн, отургучка өтө терең отурбаңыз, "денеңизди казыкка такап" турган абалда кармаңыз; башкача айтканда, отургучка чалкалабаңыз; аркаңызды кадимкидей түз кармаңыз. Бул дем алуу аппаратынын туура иштешине жардам берет. Тамагыңыз ооруп же башыңыз ооруп жатканын элестетиниз. "Ооруну басаңдатуу, андан көңүлүнүздү алагды кылуу үчүн" акырын онтоп, "м" тыбышын чыгарыңыз. Тамакты кырбаңыз! Тамакты кырганда үн созулуп кетпейт, тескерисинче, күңүрт, кыска, үн байламталары чыңалган болот. Баары эркин болууга тийиш: беттин, моюндун, буттун жана колдун булчуңдары. Ийиндер ылдый түшүрүлгөн. Моюн ушунчалык эркин болгондуктан, баш бир аз ылдый же капталга кыйшаят. Булчуңдардын эркиндигин текшерип, башыңызды жайбаракат ылдый, солго, оңго жылдырыңыз жана ошол эле учурда "онтоону" улантыңыз. Үндөрдү кыспаңыз. Онтоо эркин, ортоңку нотада, оозеки кепке мүнөздүү. Ооз жабык, бирок эриндер бекем кымтылган эмес, бир аз гана жабылган. Үн байламталарында эч кандай чыңалуу болбосо, үн баштын резонаторлорун канчалык оңой толтурарын, эриндер дирилдей баштаарын, дирилдөө катуу тандайда жана мурун-тамак көңдөйүндө чагылаарын жакында сезесиз. Манжаларыңызды кезектештирип эриндериңизге, чекеңизге, төбөңүзгө, желкеңизге коюу менен резонансты физикалык жактан сезе аласыз. "М" тыбышын күчөтүп, ага акырындык менен үндүү тыбыштарды кошуңуз: "а", "о", "у", "э", "ы", "и".

Мурунку абалды сактап, "онтоону" улантып, жай, күч келтирбей, астыңкы жаагыңызды бир аз ылдый түшүрүп,

"Мма..." жана дароо оозуңузду жаап, "онтоону" улантыңыз: "ммаммамма...". "А" үндүү тыбышы жумшак, созулбай айтылат, астыңкы жаактын жана эриндердин булчуңдары бошойт. Дем чыгаруу бир калыпта, "а" үндүү тыбышына оозуңузду ачканда алсырабайт. Бул көнүгүүнү бир нече жолу кайталаңыз. Андан кийин "онтоп" жатканда "Ммам-медунамм" деген фразаны айтыңыз. Эң негизгиси – булчуңдардын эркиндиги. Дем алуу аппараты гана иштейт. "М" тыбышына башка үндүү тыбыштарды кошуп үнүңүздү машыктыруу менен бул көнүгүүнү татаалдаштыра аласыз. Бул көнүгүүнү аткарып жатканда, үндүү тыбыштардын ооз көңдөйүнө "түшүп" кетишине жол бербейсиз.

2-көнүгүү. "Бешик ыры". Баланы терметип жатып, бешик ырынын тааныш фразасын жумшак жана эркин ырдашканын эстеңиз. Эми бул обонду бардык үндүү тыбыштар менен ырдап, үндүн жумшак чабуулуна жетиңиз. Кекиртектеги булчуңдардын эркиндигинин абалын жана үндүү тыбыштарды диафрагма менен "тартуу" сезимин эстеңиз.

3-көнүгүү. "Маляр". Терезенин алкагын боёп, колуңуз дун кыймылдарын (тик кыймылдарын) "өйдө-ылдый, өйдө-ылдый, өйдө-ылдый, өйдө-ылдый" деген сөздөр менен коштоп жатканыңызды элестетиңиз. Колуңузду чыңалтпаңыз; ал эркин болушу, кыймылдары жеңил жана жумшак болушу керек. Алгач кол менен гана кичинекей кыймылдар. Андан кийин сөздөр келет – ошондой эле кыска. Кыймылдар ишенимдүүрөөк, кеңирээк (чыканактан), ал эми сөздөр чоңоюп, үн колдун кыймылы менен бирге барган сайын жогорулайт. Андан кийин колдор ийнинен иштей баштайт. Өйдө жана ылдый кең шилтөө. Сөздөгү үндүү тыбыш андан да кең, үн андан да бийик көтөрүлүп, андан да төмөн түшөт.

Үндүн акырындык менен көтөрүлүшү жана төмөндөшү кептин маанилүү сапаты. Ал өзүн кармануу, өзүн башкаруу, сезимдерин, үнүн башкаруу жөнүндө күбөлөндүрөт.

4-көнүгүү. "Учуучу шарлар" (үн диапазонун өнүктүрүү). Абада бийик учуп бараткан шарларды элестетиңиз; аларды санаңыз.

5-көнүгүү "Кабаттар" (үн диапазонун өнүктүрүү). Бир топ балдар менен кабаттарга чыгып баратканыңызды элестетиңиз. Алар чарчашкан. Сиз аларды үнүңүз менен кубаттап, жакында ал жакка жетерин айтып жатасыз: биринчи кабатка, экинчи кабатка ж.б.у.с. Үн алдыга эмес, жогоруга – алардын баштарына багытталган! Сөздөрдү улам бийик коюңуз (бул колдун кыймылы менен бекитилет), көкүрөктөн ортоңку, андан кийин башкы регистрге жылдырыңыз. Колуңуз менен жардам бериңиз. Үнүңүздү тайманбастык менен көтөрүңүз - колуңузду кененирээк жылдырыңыз. Үнүңүздү дароо "жертөлөгө" түшүрүү кыйынбы? Колуңуз менен кайрадан жардам бериңиз. Колуңузду түшүрүп жатканда, тамагыңыздын көлөмүн жеңилдетиңиз. Үнүңүздү көтөрүп жатканда, үн аппаратыңызда эч нерсени өзгөртпөңүз. Ошол эле эркиндик. Эч кандай өзгөрүү жок. Үн көтөрүлүп, аба "мамысын" "жогору" кийинки "кабатка" "коет". "Кабаттар" аркылуу оюңузда кадам таштаңыз.

6-көнүгүү. "Чакыруу" (үндүн бийиктигин өнүктүрүү). Үндүн бийиктигин өнүктүрүү үчүн, үндү төмөн үндө да алыска жөнөтө билишиңиз керек. Үндү "сизден алыстатып" эмес, "өзүңүзгө" жөнөтүп жаткандай сүйлөө керек деген сезимди өнүктүрүү керек. Аудиториянын көңүлүн өзүңүзгө буруу максатында иштеңиз. Сүйлөй баштаардан мурун, оюңузда: "Көңүл буруңуз! Мен баштайм" деп айтыңыз. Үнүңүз

тынч, чакырыктуу угулуп, угуучулардын көңүлүн сиздин кебиңизге буруга тийиш.

Сабак жүрүп жатканын элестетиңиз. Сиз коридордо, педагогдорго жолтоо болууну каалабай, кире беришет отурган нөөмөтчүнү шашылыш чакырууга тийишсиз. Аны фамилиясын айтып чакырсаңыз болот. Эми тыныгуу болду, сиз жолтоо кылуудан коркпойсуз, ошондуктан катуураак чакырасыз. Ошол эле тапшырманы аткарыңыз, бирок шарты – сабак жүрүп жатат жана аудиторияда тынчтык.

7-көнүгүү. Кагаздан диаметри 3-4 см болгон түтүкчө тоголоктоңуз. Аны эриндериңизге такаңыз. Тыбыштарды түтүкчөдөн угулгандай кылып айтыңыз.

Сунушталган көнүгүүлөрдү колдонуу окутуучуларга кептин билдирүүчүлүгүн өнүктүрүүгө жардам берет.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор

1. Окутуучулардын өз кебин өркүндөтүү боюнча өз алдынча ишинен кайсыл багыттарды бөлүп көрсөтүүгө болот?

2. Эмнеге кепти өнүктүрүү үчүн инсандын жалпы психикалык-физикалык сапаттарын өнүктүрүү зарыл?

3. Фонациялык дем алууну өнүктүрүүгө көнүгүүлөрдүн мисалдарын келтиргиле.

4. Үндү өнүктүрүүгө көнүгүүлөрдүн мисалдарын келтиргиле.

5. Окутуучу өзүнүн кебин өркүндөтүү үчүн кандай мүмкүнчүлүктөрдү колдоно алат?

2.4. Окутуучунун актердук жана режиссердук чеберчилигин калыптандыруу

Окутуучулар студенттердин көңүлүн сабакта буруу жана аларды активдүү, маңыздуу иш-аракеттерге тартуу канчалык кыйын экенин билишет. Бүгүнкү күндө окутуучуга бул өзгөчө кыйын: анда аудиторияда космос доорунун жана ылдамдыктардын студенттери отурушат, алар телекөрсөтүү программаларына, фильмдерге, музыкага, мол маалыматка тоюп бүтүшкөн. Ал эми окутуучуга аудитория менен бетме-бет лекция бүткүчө студенттердин көңүлүн буруп гана тим болбой, алардын өздөштүрүүсүн көзөмөлдөөгө окутууну жана тарбиялоону жүзөгө ашырууга туура келет.

Эстетикалык сезимдердин кеңири чөйрөсү болбосо, окутуучунун тажрыйбасын окуучунун тажрыйбасына өткөрүүнүн сырын ишке ашыруу мүмкүн эмес. Бул өткөөлдү иш жүзүндө кантип ишке ашырууга болот? К. С. Станиславскийдин окуусу жана анын атактуу тутуму окутуучуну даярдоодогу көптөгөн проблемаларды чечүү үчүн мүмкүнчүлүк ачышат.

Биз окутуучуларга жамааттык чыгармачылык иштин билгичтиктерин калыптандырууга көнүгүүлөрдү жана кабыл алууну, байкагычтыкты, кайраттуулукту өнүктүрүүгө көнүгүүлөрдү сунуштайбыз.

I. Жамааттык чыгармачылык иштин билгичтиктерин калыптандырууга көнүгүүлөр.

1-көнүгүү. "Окутуучунун учурашуусу". Окутуучу аудиторияга киргенде, студенттер аны менен учурашуу үчүн ордунан турушат. Бул адатта ызы-чуулуу жана башаламан жасалат. Ушул жөнөкөй иш-аракет бир убакта, тез, үнсүз,

акырын жана кылдат аткарылганга чейин учурашууну кайталоо керек.

2-көнүгүү. "Жагдайды өзгөртүү". Бир жерден экинчи жерге дабышсыз өтүү, бөлмөдөгү эмеректердин ордун которуштуруу, жарым тегерек же эки катар болуп отуруу, отургучтар менен кошо орун алмаштыруу, ошону эле көздү жумуп жасоо.

3-көнүгүү. "Жазуучу машинка". Көнүгүүнүн ар бир катышуучусуна белгилүү бир тамга, сан же тыныш белгиси бекитилет, алар берилген тексти окуп жатканда кол чаап же кандайдыр бир шарттуу ык менен белгиленет.

Оюндун варианттары:

а) көнүгүүнүн жүрүшүндө ритм өзгөрөт же ар бир бешинчи же жетинчи тамга угуза айтылат ж.б. Окутуучуларга тегерек тартып отуруп, сандарды белгилүү бир ритмге ылайык ирети менен кезектешип айтуу сунушталат. Айрым сандар же сандардын айкалыштары тыюу салынган деп жарыяланып, кандайдыр бир шарттуу белги менен алмаштырылат. Ким бул санды жаңылыш айтып алса – оюндан чыгарылат;

б) ар бирине өзүнүн тандоосу боюнча оюнда ыр ырдоо сунушталат. Бир сигнал боюнча аны үн чыгарып ырдоо; экинчисинде ичинен ырдоону улантуу керек. Бул көнүгүүнүн милдети – башка катышуучулар бөлөк ырларды ырдап жаткан учурда өз обонуңуздан жаңылбоо;

в) ошол эле ыр хор менен ырдалат, андан кийин сигнал боюнча үнсүз ырдалат; башка сигнал боюнча айрым үндөр бөлүнүп көрсөтүлөт.

4-көнүгүү. "Индейлер оюндары". Бардык катышуучулар индей уруусу, алар эмне кылуу керектигин өздөрү чечишет. Бир гана шарт бар: "индейлер" "алгачкы" тилде сүйлөшөт.

5-көнүгүү. "Сиам эгиздери". Эки катышуучу бири-бирин белинен кармап, буттары тийген тараптан байланып, жанаша турушат. Бир гана шарт – сүйлөшүүгө уруксат берилбейт. Аларга кандайдыр бир иш-аракетти аткаруу сунушталат. "Эгиздердин" бири иш-аракетти сол колу менен, экинчиси оң колу менен аткарат. Бул көнүгүүдөн лидерликке, өз алдынчалыкка же көз карандылыкка ыктоо, жетеленүүчүнүн же жетелөөчүнүн ролуна ыктоо көрүнөт.

II. Кабыл алууну, байкагычтыкты, кайраттуулукту өнүктүрүүгө көнүгүүлөр.

1-көнүгүү. "Көңүл бурууну алмаштыруу". Төмөнкү буйруктар берилет: "Көрүү көңүл буруусу – объект алыс (эшик), угуу көңүл буруусу – объект жакын (бөлмө)"; "көрүү көңүл буруусу – объект алыс (терезеден көчө), тактилдик көңүл буруу – объект жакын (өз костюмунун кездемеси), угуу көңүл буруусу – объект алыс (көчөнүн үндөрү)"; "көрүү көңүл буруусу – объект жакын (калем), жыт сезүү көңүл буруусу – объект жакын (аудиториядагы жыт), ички көңүл буруу – объект алыс (темасы: "калем – каалаган предмет")"; "көрүү көңүл буруусу – объект жакын (топчу)".

2-көнүгүү. "Иш-аракетти актоо." Окутуучунун белгиси боюнча бардыгы көз ирмемде өзү үчүн күтүлбөгөн кандайдыр бир позаны кабыл алат. Ар бир адам ага ынанымдуу актоо, негиз табууга тийиш. Актоону психологиялык абалдардан эмес, физикалык иш-аракеттер чөйрөсүнөн издөө. Мисалы, окутуучу бул позаны кабыл алган: дене артка чалкалаган, оң колу башынын үстүндө. Актоо – тактага бор менен жазууга даярдануу.

3-көнүгүү. "Ыңгайлашууну издөө." Кесиптешке кошомат кыл – иш-аракеттеги кошомат. Кесиптештен акча ка-

рызга ал. Кедей болуп көрүнөм, өзүмдү алдайым. Кечигип калганымды актайм (сабактарга, жолугушууларга ж.б.у.с.).

Сунушталган көнүгүүлөрдү колдонуу окутуучуларга педагогикалык ишмердүүлүктө актердук-режиссёрдук чеберчиликтин жакшы көндүмдөрүн калыптандырууга жардам берет.

Өзүн текшерүү үчүн суроолор:

1. Жогорку мектептин окутуучусуна актердук жана режиссёрдук чеберчиликти калыптандыруу эмне үчүн зарыл?

2. Жамааттык иш билгичтиктерин калыптандырууга көнүгүүлөрдүн мисалдарын келтиргиле.

3. Кабыл алууну, байкагычтыкты өнүктүрүүгө көнүгүүлөрдүн мисалдарын келтиргиле.

Адабияттар

1. Дикая Л. Г. Психологическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). – М.: ИП РАН, 2003. – 318 с.

2. Ковылина Т. И. Работа преподавателя над собой. – М.: «Спутник+», 2014. – 266 с.

3. Лобанова А. В. Тетрадь роста (учебно-методическое пособие). – Краснодар, 2014. – 134 с.

4. Михальская А. К. Педагогическая риторика. Учебное пособие. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 2013. – 380 с.

5. Основы педагогического мастерства. под ред. И.А. Зязюна. – М.: «Высшая школа», 2004. – 462 с.

6. Психология саморегуляции в XXI веке. под ред. Моросановой В. И. – М., - СПб.: «Нестор-история», 2011. – 468 с.

КОРУТУНДУ

Педагогикалык чеберчиликтин элементи катары педагогикалык техника, жогорку мектептин окутуучусунун кесиптик компетенциясынын түзүмүндөгү ажырагыс компоненти болуп калат. Педагогикалык чеберчилик көбүнчө кесипкөйлүктүн деңгээлин жана педагогикалык ишмердүүлүктү жүзөгө ашыруунун ийгиликтүүлүгүн аныктайт. Жогорку мектептин окутуучусунун педагогикалык чеберчилигинин жалпы түзүмүнөн төмөнкү негизги компоненттерди бөлүп көрсөтүшөт: педагогикалык ишмердүүлүктүн гуманисттик багытталгандыгы, кесиптик компетенттүүлүк, педагогикалык жөндөмдүүлүктөр жана педагогикалык техника.

Бул окуу куралы жаш окутуучуларга, ошондой эле келечектеги окутуучуларга – магистратура жана докторантура программаларынын бүтүрүүчүлөрүнө – педагогикалык техниканын негизги элементтери: жогорку окуу жайлардын окутуучуларынын психикалык-эмоциялык абалды башкаруусу, ошондой эле кебинин билдирүүчүлүгүн жана актердук-режиссердук билгичтиктерин өнүктүрүү менен таанышууга жол берет.

Алынган билимдер окутуучуларга педагогикалык техниканы өздөштүрүү менен өздөрүнүн педагогикалык чеберчилигин өркүндөтүүгө жардам берет. Бул жагынан алганда, сунушталган колдонмо белгилүү бир мааниге ээ болот, анын негизги милдети жаш педагогдордун педагогикалык техниканы колдонуу зарылдыгын аңдап-түшүнүүсү болуп саналат. Педагогикалык чеберчиликтин техникасына ээ болуу зарыл жана аны үйрөнүүгө болот: теориялык материалды окуп-үйрөнүү, байкоо жүргүзүү, салыштыруу, талдоо, эң жакшысын сиңирүү жана кемчиликтерден арылуу аркылуу.

ТИРКЕМЕЛЕР

1-тиркеме

Инсандын эмоциялык күйүп кетүүсүн диагностикалоо (В. В. Бойко)

В. В. Бойконун айтымында, эмоциялык күйүп кетүү – бул психикалык-травматикалык таасир кылууга жооп катары эмоцияларды толугу менен же жарым-жартылай четтетүү түрүндө инсан тарабынан иштелип чыккан психологиялык коргонуу механизми. Эмоциялык күйүп кетүү эмоциялык, көбүнчө кесиптик жүрүм-турумдун стереотибин берет. "Күйүп кетүү" жарым-жартылай кызматтык стереотип, анткени ал адамга өзүнүн энергия ресурстарын жөнгө салууга жана үнөмдүү чыгымдоого жол берет. Ошол эле учурда, күйүп кетүү кесиптик ишмердүүлүктү аткарууга жана кесиптик ишмердүүлүктүн субъектилери менен мамилелерге терс таасирин тийгизгенде кызматтык эмес кесепеттер да пайда боло алат.

"Эмоциялык күйүп кетүүнү диагностикалоо" методикасы (В. В. Бойко) "эмоциялык күйүп кетүүнүн" негизги симптомдорун диагноздоого жана алар стресстин өнүгүүсүнүн кайсы фазасына тиешелүү экенин аныктоого жол берет: "чыңалуу", "резистенция" же "чарчоо". Күйүп кетүү синдромун калыптануусунун ар кандай фазалары үчүн эсептелген семантикалык мазмунду жана сандык көрсөткүчтөрдү колдонуп, инсандын жетишерлик көлөмдүү мүнөздөмөсүн берүүгө, чыр-чатак кырдаалындагы эмоциялык жоп кайтаруунун адекваттуулугун баалоого, жекече чараларды белгилөөгө болот.

Методика «эмоциялык күйүп кетүүнүн» үч симптомун: чыңалууну, резистенцияны жана чарчоону диагностикалоого жол берген 84 пикирден турат. Стресстин ар бир фазасы ага мүнөздүү төрт симптомдун негизинде диагностикаланат.

Нускама:

Пикирлерди окуп чыгып, "ооба" же "жок" деп жооп бериңиз. Сурамжылоонун аныктамаларында өнөктөштөр жөнүндө кеп жүргөндө, сиз алар менен күн сайын иштеше, баарлаша турган сиздин кесиптик ишмердүүлүгүңүздүн субъектилері эске алынарын көңүлгө алыңыз.

1. Жумуштагы уюштуруучулук кемчиликтер мени дайыма нервденүүгө, толгонууга, чыңалууга мажбур кылышат.

2. Бүгүн мен өз кесибиме мансабымдын башталышындагыдан кем эмес ыраазымын.

3. Мен кесипти же ишмердүүлүктүн профилин тандоодо жаңылгам (өз ордумда эмесмин).

4. Мени начар (азыраак өнүмдүү, азыраак сапаттуу, жайыраак) иштеп калганым тынчсыздандырат.

5. Өнөктөштөр менен өз ара аракеттенүүмдүн жылуулугу маанайыман – жакшы же жаман – көз каранды болот.

6. Өнөктөштөрүмдүн жыргалчылыгы кесипкөй катары менден анчалык деле көз каранды эмес.

7. Жумуштан үйгө келгенимде, эч ким мени менен сүйлөшпөшү үчүн бир азга (2-3 саат) жалгыз калгым келет.

8. Чарчоону же чыңалууну сезгенимде, өнөктөшүмдүн проблемаларын тезирээк чечүүгө (өз ара аракеттенүүнү токтотууга) аракет кылам.

9. Өнөктөштөрүмө кесиптик парзым талап кылган нерсени бере албай жатканымды сезем.

10. Жумушум эмоцияларымды басат.

11. Алар менен жумушта иш алып барууга туура келген адамдык проблемалардан чындап эле тажадым.

12. Кээде жумушка байланыштуу толгонуулардан улам уктай албай кыйналам.

13. Өнөктөштөр менен өз ара аракеттенүү менден чоң чыңалууну талап кылат.

14. Адамдар менен иштөө мага барган сайын азыраак канааттануу алып келет.

15. Эгер мүмкүнчүлүк болсо, жумушумду алмаштырмакмын.

16. Өнөктөштөрүмө тийиштүү түрдө кесиптик колдоо, кызмат же жардам көрсөтө албаганыма көп учурда капа болوم.

17. Мен дайыма жаман маанайымдын ишкердик байланыштарыма таасир кылуусун болтурбай коё алам.

18. Ишкер өнөктөшүм менен болгон мамилемде бир нерсе жакшы болбой калса, абдан капа болум.

19. Жумушта абдан чарчагандыктан, үйдө мүмкүн болушунча аз баарлашууга аракет кылам.

20. Убакыттын жетишсиздигинен, чарчоодон же чыңалуудан улам, мен көп учурда өнөктөшүмө тийиштүүдөн аз көңүл бурам.

21. Кээде жумуштагы эң жөнөкөй баарлашуу кырдаалдары кыжырымды келтирет.

22. Мен өнөктөштөрүмдүн негиздүү дооматтарын токтоо кабыл алам.

23. Өнөктөштөр менен баарлашуу мени адамдардан качууга мажбур кылды.

24. Айрым кесиптештеримди же өнөктөштөрүмдү эстегенде маанайым бузулат.

25. Кесиптештер менен болгон чыр-чатактар же пикир келишпестиктер көп күчүмдү жана эмоцияларымды соруп алат.

26. Ишкер өнөктөштөр менен байланыш түзүү же сактоо мага барган сайын кыйын болуп баратат.

27. Жумуштагы жагдай мага абдан оор жана татаал сезилет.

28. Менин көп учурда жумушка байланыштуу тынчсыздануум бар: бир нерсе болот, кантип ката кетириүүдөн кача алам, баарын туура жасай аламбы, жумуштан бошотуламбы ж.б.у.с.

29. Эгерде мага өнөктөш жакпаса, мен аны менен өткөргөн убактымды чектөөгө же ага азыраак көңүл бурууга аракет кылам.

30. Жумуштагы баарлашууда мен: "адамдарга жакшылык кылба, ошондо жамандыкты албайсың" деген принципти карманам.

31. Мен үй-бүлөмө өз жумушум жөнүндө каалоо менен айтып берем.

32. Менин эмоциялык абалым жумушумдун натыйжаларына терс таасирин тийгизген күндөр болот (азыраак иш жасайм, сапаты төмөндөйт, чыр-чатактар пайда болот).

33. Кээде өнөктөшүмө эмоциялык боорукердик көрсөтүү керектигин сезем, бирок муну кыла албайм.

34. Мен жумушум үчүн абдан тынчсызданам.

35. Жумуштагы өнөктөштөргө алардан ыраазычылык алгандан көрө көбүрөөк көңүл бурам жана кам көрөм.

36. Жумуш жөнүндө ойлогондо адатта мен өзүмдө жоготуп коём, жүрөгүм сайгылашат, кан басымым көтөрүлөт жана башым ооруйт.

37. Менин түздөн-түз жетекчим менен жакшы (толук каанааттандыруу) мамилем бар.

38. Ишим адамдарга пайдалуу экенин көргөнүмдө көп кубанам.

39. Акыркы убакта жумуштагы кыйынчылыктар мени кыйнап келет.

40. Ишимдин айрым кырлары терең көңүл калууга жана кайгыга алып келет.

41. Өнөктөштөр менен байланыш адаттагыдан начар болгон күндөр болот.

42. Мен ишкер өнөктөштөрдү (ишмердүүлүктүн субъектилерин) "жакшы" жана "жаман" деп бөлөм.

43. Жумуштан чарчоо мени досторум жана тааныштарым менен баарлашууну чектөөгө алып келет.

44. Мен адатта өнөктөшүмдүн инсанына иштен тышкары кызыгуу көрсөтөм.

45. Мен адатта жумушка эс алып, сергип, жакшы маанайда келем.

46. Кээде өнөктөштөр менен автоматтык түрдө, жылуулуксуз иштеп жатканымды байкайм.

47. Жумушта ушунчалык жагымсыз адамдарга туш болсом, аларга эркисизден жамандык каалайм.

48. Жагымсыз өнөктөштөр менен баарлашкандан кийин, кээде физикалык же психикалык өзүмдү сезүүм начарлайт.

49. Жумушта мен тынымсыз физикалык же психологиялык ашыкча жүктөрдү баштан кечирем.

50. Жумуштагы ийгиликтер мени шыктандырат.

51. Жумуштагы мен туш болгон кырдаал үмүтсүз (же дээрлик үмүтсүз) көрүнөт.

52. Жумуштан улам жан дүйнөмдүн тынчтыгын жоготтум.

53. Акыркы жылдын ичинде өнөктөштөрүм тарабынан менин дарегиме даттануулар болду.

54. Өнөктөштөрүм менен болуп жаткан нерселердин көбүн жүрөгүмө чукул кабыл албай, нервимди сактап тура алам.

55. Жумуштан көп учурда терс эмоцияларды үйгө алып келем.

56. Көп учурда күчүм жетпегенине карабай иштейм.

57. Мурда өнөктөштөрүмө азыркыга караганда көбүрөөк боорукер жана кунттуу болчумун.

58. Адамдар менен иштегенде мен нервинди коротпо, ден соолугунду сакта деген принципти карманам.

59. Кээде жумушка оор сезим менен барам – баарынан тажадым, эч кимди көргүм да, уккум да келбейт.

60. Чыңалган жумушкүндөн кийин өзүмдү жаман сезем.

61. Мен иштешкен өнөктөштөрдүн контингенти абдан татаал.

62. Кээде жумушумдун натыйжалары жумшаган күч-аракетиме татыбай тургандай сезилет.

63. Эгерде жумушумда жолдуу болсом, мен кыйла бактылуу болмокмун.

64. Жумушта олуттуу проблемалар болгондуктан, үмүтүм үзүлүп турат.

65. Кээде өнөктөштөрүмө алардын мага кандай мамиле кылышын каалабагандай мамиле кылам.

66. Өзгөчө кичипейилдикти же көңүл бурууну күткөн өнөктөштөрүмдү айыптайм.

67. Жумуштан кийин үй жумуштарын жасоого көп учурда күчүм жетпейт.

68. Мен адатта убакытты шашып өткөрөм: жумуш күнү теизрээк бүтсө экен деп тилейм.

69. Өнөктөштөрүмдүн жагдайлары, өтүнүктөрү, муктаждыктары мени чындап тынчсыздандырат.

70. Адамдар менен иштегенде, мен адатта башка адамдардын азап-тозогунан жана терс эмоцияларынан коргонуу үчүн "экран коём".

71. Адамдар (өнөктөштөр) менен иштөө абдан көңүлүмдү калтырды.

72. Мен күчүмдү калыбына келтирүү үчүн көп учурда дары-дармек ичем.

73. Эреже катары, менин жумуш күнүм көбүнчө тынч жана жеңил өтөт.

74. Менин аткара турган жумушка карата талаптарым жагдайлардан улам мен жетишкендерге караганда жогору.

75. Менин мансабым ийгиликтүү болду.

76. Мен жумушка байланыштуу бардык нерселерден абдан тынчсызданам.

77. Мен туруктуу өнөктөштөрүмдүн айрымдарын көргүм да, уккум да келбейт.

78. Өз кызыкчылыктарын унутуп, өздөрүн толугу менен адамдарга (өнөктөштөрүнө) арнаган кесиптештеримди жактырам.

79. Жумуштагы чарчоом, адатта, үй-бүлөм жана досторум менен болгон мамилеме анчалык деле таасир этпейт.

80. Мүмкүнчүлүк жаралса, өнөктөшүмө азыраак көңүл бурам, бирок алар байкабай тургандай кылам.

81. Жумушта адамдар менен баарлашканда көп учурда нервдерим ишти бузат.

82. Жумушта болуп жаткан дээрлик бардык нерсеге кызыгуумду жана жандуу сезимимди жоготтум.

83. Адамдар менен иштөө мага кесипкөй катары терс таасирин тийгизди – бул мени ачуулантты, нерв кылды жана эмоцияларымды мокотту.

84. Адамдар менен иштөө ден соолугума доо кетирип жатканы айдан ачык.

Тесттин жыйынтыктарын иштетүү жана чечмелөө:

- «күйүп кетүүнүн» ар бир 12 симптому үчүн өзүнчө упайлардын суммасы аныкталат.

- «күйүп кетүүнүн» калыптануусунун ар бир үч фазасы үчүн симптомдордун көрсөткүчтөрүнүн суммасы эсептелет.

- эмоциялык «күйүп кетүү» синдромунун жыйынтык көрсөткүчү – бардык 12 симптомдордун көрсөткүчтөрүнүн суммасы табылат.

Чыңалуу

1. Психикалык-травматикалык жагдайларды баштан кечируу: +1(2), +13(3), +25(2), -37(3), +49(10), +61(5), -73(5)

2. Өзүнө канааттанбагандык: -2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74(3),

3. «Капаска камалгандык: +3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75(5)

4. Тревога жана депрессия: +4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), +64(2), +76(3)

Резистенция

1. Адекваттуу эмес тандалма эмоциялык жооп кайтаруу: +5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77(5)

2. Эмоциялык-адеп-ахлактык дезориентация: +6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78(5)

3. Эмоцияларды үнөмдөө чөйрөсүнүн кеңейүүсү: +7(2), +19(10), -31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79(5)

4. Кесиптик милдеттердин редукциясы: +8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80(10)

Чарчоо

1. Эмоциялык таңсыктык: +9(3), +21(2), +33(5), -45(5), +57(3), -69(10), +81(2)

2. Эмоциялык четтегендик: +10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82(10)

3. Инсандык четтегендик (деперсонализация): +11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +72(2), +83(10)

4. Психикалык-соматикалык жана психикалык-вегетациялык бузулуулар: +12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +72(10), +84(5)

Сунушталган методика эмоциялык «күйүп кетүү» синдромунун кенен сүрөтүн берет. Баарынан мурда, өзүнчө алынган симптомдорго көңүл буруу керек. Ар бир симптомдун билдирилгендик көрсөткүчү Одөн 30 упайга чейинки чектерде:

9 жана андан азыраак упай – али түзүлө элек симптомду,

10-15 упай – түзүлүп жаткан симптомду,

16 жана андан көбүрөөк упай – түзүлгөн симптомду билдирет.

20 жана андан көбүрөөк көрсөткүчү бар симптомдор эмоциялык «күйүп кетүү» синдромунун бир фазасында же бүткүл мезгилинде басымдууларга киришет.

Методика «күйүп кетүүнүн» негизги симптомдорун аныктоого жол берет. Басымдуу симптомдор стресстин калыптануусунун кайсыл фазасына таандык экенин жана кайсыл фазада алар эң көп экенин белгилей кетүү маанилүү.

Сурамжылоонун жыйынтыктарын чечмелөөнүн кийинки кадамы – стресстин өнүгүшүнүн фазаларынын – чыңалуунун, резистенциянын жана чарчоонун көрсөткүчтөрүн аңдап-түшүнүү. Ар бир фаза үчүн упайлар Одөн 120 упай-

га чейинки чектерде өзгөрө алат. Бирок, ар бир фаза үчүн алынган упайларды салыштыруу туура эмес, анткени ал алардын синдромго салыштырмалуу ролун же салымын көрсөтпөйт. Чындыгында, аларда өлчөнгөн кубулуштар бир топ айырмаланат – тышкы жана ички факторлорго реакциялар, психологиялык коргонуу ыкмалары, нерв тутумунун абалы. Сандык көрсөткүчтөр ар бир фазанын канчалык деңгээлде калыптанганын жана кайсыл фазанын көбүрөөк же азыраак деңгээлде калыптанганын баалоо үчүн гана мыйзамдуу түрдө колдонула алат:

36 жана андан азыраак упайлар – фаза калыптана элек;

37-60 упай – фаза калыптануу стадиясында;

61 жана андан көбүрөөк упай – фаза калыптанган.

«Күйүп кетүү» синдромунун калыптануусунун ар кандай фазалары үчүн эсептелген семантикалык мазмунду жана сандык көрсөткүчтөрдү колдонуу менен, инсандын жетишерлик көлөмдүү мүнөздөмөсүн берүүгө жана ошондой эле маанилүүсү, алдын алуунун жана психикалык түзөтүүнүн жекече чараларын белгилөөгө болот. Төмөнкү суроолор каралат:

- кайсыл симптомдор басымдуулук кылат;

- чарчоо кайсыл түзүлгөн жана басымдуулук кылган симптомдор менен коштолот;

- чарчоо (эгерде ал аныкталса) «күйүп кетүү» симптомдоруна кирген кесиптик ишмердүүлүктүн факторлору менен же субъективдүү факторлор менен түшүндүрүлө алабы;

- кайсыл симптом(дор) инсандын эмоциялык абалын баарынан көбүрөөк оорлотот;

- нерв чыңалуусун азайтуу үчүн өндүрүштүк жагдайга кандай багыттарда таасир кылуу керек;

- эмоциялык «күйүп кетүү» адамга, анын кесиптик иш-мердүүлүгүнө жана өнөктөштөрүнө зыян келтирбеши үчүн, инсандын жүрүм-турумунун кайсыл белгилерин жана аспектилерин түзөтүү керек.

Булак: Диагностика эмоционального выгорания личности (В. В. Бойко) / Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002.

**Мүнөздүн негизги акцентуацияларын диагностикалоо
(Леонгард боюнча)**

Мүнөздүн акцентуациясы ченемди өтө четтеги варианттарын берет, анда мүнөздүн айрым белгилери ашыкча күчөтүлөт, натыйжада башкаларына жакшы же керек болсо жогору туруктуулук бар болгондо, айрым психологиялык таасирлерге тандалма алсыздык байкалат. Билингендик даражасына жараша, мүнөздүн акцентуациясынын эки баскычы айырмаланат: ачык жана жабык.

Бул методика акцентуациянын он тибин аныктоого жол берет: 1) гипертимдүүлүк; 2) тыгылып калуучулук; 3) эмотивдүүлүк; 4) педанттуулук; 5) коогалуулук; 6) циклотимдүүлүк; 7) демонстративдүүлүк; 8) дүүлүккүчтүк; 9) дистимдүүлүк; 10) экзальтташкандык.

Нускама. Ар бир суроого жооп берип, анын номерине ылайык жооп баракчасында өз пикириңизди белгилеңиз: "ооба, макулмун", ал "+" белгиси менен белгиленет, же "жок, макул эмесмин", ал "-" белгиси менен белгиленет. Сиздин жоопторуңуз жакшы же жаман деп бааланбайт, андыктан ачыктыкты көрсөтүңүз. Ырастоолордун үстүнөн узак ойлонуунун кереги жок. Эсиңизге келген биринчи жооптор ишеничтүү деп эсептелет.

Жоопторуңузду жооп баракчасына жазыңыз жана ачыкка ылайык өз натыйжаларыңызды талдаңыз.

Сурамжылоо

1. Маанайыңыз негизинен ачык, бузулбаган болобу?
2. Капалыктарга жана таарынычтарга сезимталсызбы?

3. Көз жашыңызды төгүү оңойбу?
4. Кандайдыр бир жумуш бүткөндө сизде аны аткаруунун сапатынан күмөн саноо жана баары туура жасалганын текшерүүгө умтулуу пайда болобу?
5. Бала кезиңизде сиз теңтуштарыңыздай эле кайраттуу белеңиз?
6. Сизде маанайыңыздын себепсиз өзгөрүүлөрү: абдан көңүлдүүдөн абдан кусалууга чейин болобу?
7. Коомчулуктун көңүл чордонунда болуудан ырахат аласызбы?
8. Сизде эч кандай себепсиз эле нааразы-кыжырлуу маанай пайда болгон күндөр болобу?
9. Сиз олуттуу адамсызбы?
10. Сиз суктанууга жөндөмдүүсүзбү?
11. Сиз иштиктүүсүзбү?
12. Сиз кимдир бирөөнү таарынтканыңызды тез унутасызбы?
13. Жүрөгүңүз жумшакпы?
14. Почта үкөгүнө кат таштаганда, ал жаракага тыгылып калбай түшкөнүн текшересизби?
15. Сиз даңкты сүйгөнүңүздөн улам жумушта эң мыктылардын бири болууга умтуласызбы?
16. Бала кезиңизде күн күркүрөгөндөн же иттерден коркчу белеңиз?
17. Адамдар сизди бир аз педант деп эсептешеби?
18. Маанайыңыз тышкы себептерге көз карандыбы?
19. Бардык тааныштарыңыз сизди жакшы көрүшөбү?
20. Кээде жан дүйнө толгонууларына же ички тынчсызданууга жакынсызбы?
21. Маанайыңыз бир аз басмыртпы?

22. Качандыр бир кезде ыйлагансызбы же катуу нерв чыңалуусуна кабылгансызбы?

23. Бир жерде көпкө туруу сизге кыйынбы?

24. Сизге адилетсиз мамиле жасалганда, өз кызыкчылыктарыңызды чечкиндүү түрдө коргойсузбу?

25. Канаттууну союп бере аласызбы?

26. Парда же дасторкон тегиз эмес болсо, кыжырыңыз келеби, дароо аны түздөөгө аракет кыласызбы?

27. Бала кезиңизде үйдө жалгыз калуудан корктуңуз беле?

28. Маанайыңыздын себепсиз өзгөрүүлөрү болобу?

29. Жеке сапаттарыңыз же окууңуз боюнча эң мыктылардын катарындасызбы?

30. Оңой эле ачууланасызбы?

31. Ойноок жана шайыр жүрүм-турумга жөндөмдүүсүзбү?

32. Бакытка балкыган учурларды башыңыздан өткөрдүңүз беле?

33. Сиз кимдир бирөөнө ал жөнүндө өз пикириңизди түз айта аласызбы?

34. Сиз коомчулуктун көңүлүн ачып, кеченин жандуу адамы боло аласызбы?

35. Канды көрүү сизди коркутабы?

36. Чоң жеке жоопкерчиликти талап кылган ишти каалоо менен жасайсызбы?

37. Адилетсиз мамилеге кабылган адамдарды коргойсузбу?

38. Караңгы жертөлөгө түшүүгө же бош, жарыксыз бөлмөгө кирүүгө туура келгенде тынчсызданасызбы?

39. Тез жана натыйжалары жөнөкөй жумуштан көрө шашылбоону жана отурууну талап кылган жумушту артык көрөсүзбү?

40. Сиз мамилечил адамсызбы?
41. Мектепте ыр окууну жактырдыңыз беле?
42. Жашоону кыйын деп эсептейсизби?
43. Бала кезиңизде үйдөн качып кеттиңиз беле?
44. Кайсы бир чыр-чатактан же талаш-тартыштан улам ушунчалык капа болуп, кийин жумушка же окууга бара албай калган учурлар болду беле?
45. Жолуңуз болбой калганда да, юмор сезимиңизди жоготпосуңузду айта аласызбы?
46. Таарынтып алган адамыңыз менен элдешүүгө аракет кыласызбы?
47. Элдешүүгө биринчи болуп кадам жасайсызбы?
48. Үйдөн чыгып баратканда же жатарда газ өчүрүлгөнүн жана эшиктердин кулпуланганын текшересизби?
49. Өзүңүзгө же үй-бүлөңүзгө бир нерсе болуп кетеби деп тынчсызданган учур болду беле?
50. Маанайыңыз аба ырайына жараша өзгөрүп турабы?
51. Сахнада же чоң аудиториянын алдында трибунадан сүйлөө сизге кыйынбы?
52. Бирөөгө ачууланганда, колуңузду бош коёсузбу?
53. Коомчулуктун алдында жүргөндү жактырасызбы?
54. Көңүлүңүз калганда үмүтүңүз үзүлөбү?
55. Уюштуруучулук ишти жактырасызбы?
56. Жолдо көптөгөн тоскоолдуктарга туш болсоңуз да, максатыңызга жетүүгө тырышасызбы?
57. Трагедиялуу тасма сизди ушунчалык таасирлентип, көзүңүзгө жаш тегерете алабы?
58. Күндүн көйгөйлөрү жөнүндө ойлонуп же келечек жөнүндө кыялданып жатканда көп учурда уктап калуу кыйын болобу?

59. Мектепте окуп жүргөндө башкаларга шыбырадыңыз же көчүрүүгө жол бердиңиз беле?

60. Кечинде көрүстөндөн жалгыз өтүп бара жатканда коркуу сезимин жеңүүгө туура келеби?

61. Үйүңүздөгү бардык нерсе өз ордунда экенине көз саласызбы?

62. Кечинде жакшы маанайда жатып, эртеси эртең менен бир нече саатка созулган жаман маанайда ойгоносузбу?

63. Жаңы кырдаалдарга оңой көнүп кетесизби?

64. Башыңыздын ооруганынан жабыр тартасызбы?

65. Көп күлөсүзбү?

66. Жактырбаган адамыңызга ал сиздин чыныгы мамилеңизден шек санабагандай ушунчалык жылуу мамиле кыла аласызбы?

67. Өзүңүздү энергиялуу, иштиктүү адам деп эсептейсизби?

68. Адилетсиздикке абдан капа болосузбу?

69. Жаратылышты чындап жакшы көрөсүзбү?

70. Үйдөн чыгып, анан бир нерсе болгон-болбогонун текшерүү үчүн кайтып келген учуруңуз болду беле?

71. Коркооксузбу?

72. Маанайыңыз көп өзгөрүп турабы?

73. Сиз качандыр бир кезде ышкыбоздордун спектаклдерине же драма ийримдерине катышкансызбы же азыр катышып жатасызбы?

74. Кээде сизди азгырыктуу, белгисиз бир нерсе кызыктырабы?

75. Келечекке пессимисттик көз караштасызбы?

76. Чоң кубанычтан терең кусалыкка чейин маанайыңыз кескин өзгөрүп турабы?

77. Адамдар менен баарлашканда белгилүү бир маанай түзө аласызбы?

78. Ачуулануу же капалануу сезимдерин канча убакытка чейин сактайсыз?

79. Башка адамдардын кайгысын көпкө чейин сезесизби?

80. Мектепте окуп жүргөндө, бир тактын айынан депте-риңиздеги баракты кайра көчүрүп жаздыңыз беле?

81. Сиз адамдарга ишенгенге караганда, көбүрөөк этият, ишенбей мамиле кыласызбы?

82. Көп учурда жаман түштөрдү көрөсүзбү?

83. Кээде тез жүрүүчү поезддин дөңгөлөктөрүнүн асты-на бой таштоо же ачык терезеден секирүү сыяктуу ойлор келеби?

84. Шайыр адамдардын курчоосунда көңүлүңүз көтөрү-лүп, шайыр болуп каласызбы?

85. Алар жөнүндө тынымсыз ойлонбоо үчүн көңүлүңүз-дү оор көйгөйлөрдөн алаксыта аласызбы?

86. Күтүүсүз же импульсивдүү түрдө иш кыласызбы?

87. Маектешүүдө сиз сүйлөөк эмес, унчукпас адамсызбы?

88. Эгер сиз спектаклде роль ойносоңуз, өзүңүздүн ким экениңизди унутуп, ролуңузга ушунчалык берилип кете аласызбы?

Жооптордун бланкы

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4

4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6
5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6		
6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8		

Натыйжаларды иштетүү жана чечмелөө

Ар бир акцентуация тиби боюнча алынган упайлар акцентуация түрүнүн аталышынан кийин көрсөтүлгөн белгилүү бир коэффициенттерди колдонуу менен теңдештирилет. Ар бир акцентуация түрү үчүн максималдуу упай 24 упайды түзөт. 12 упайдан ашкан упай акцентуациянын белгиси деп эсептелет. Конкреттүү адамдын акцентуациясынын орточо упайын да эсептөөгө болот. Бул учурда орточодон жогору упайлар акцентуациянын белгиси деп эсептелет.

1. Гипертимдүү тип (1, 11, 23, 34, 45, 55, 67, 77-суроолорго "ооба" деген жооптор). Гипертимдүү адамдардын негизги өзгөчөлүгү – бул дээрлик ар дайым абдан жакшы, ал тургай көтөрүңкү маанай, ал өзүн жакшы сезүү, жогору жашоо тонусу, көп учурда гүлдөгөн тышкы келбет менен гармониялуу айкалышат. Алар ар дайым жакшы табитке ээ жана тынч укташат. Өз алдынчалыкка болгон айкын каалоо көп учурда чыр-чатактардын натыйжасы болушу мүмкүн, бала кезинде ал качып кетүүлөргө, жоголууларга алып келет. Ачуулануу жана кыжырдануу менен мүнөздөлөт, айрыкча алар катуу каршылыкка туш болгондо, же жолу болбой калганда.

2. Тыгылып калуучу тип (2, 15, 24, 33, 37, 56, 68, 78, 81-суроолорго "ооба" жана 12, 46, 59-суроолорго "жок" де-

ген жооптор). Тыгылып калуучу типтер таарынычтарга жана капалыктарга өзгөчө сезимтал, өткөн окуяларды узак эстеп, кекчилдиги жана нааразычылыктардан оңой арылуу жөндөмдүүлүгүнүн жоктугу менен айырмаланышат. Өнүккөн даңк сүйүүчүлүк көп учурда өз кызыкчылыктарын тырыша коргоого алып келет. Кээде мындай адамдар башкалардын кызыкчылыктарын коргоп жатып, чыр-чатакка киришет. Алар өз максаттарына жетүү үчүн чоң өжөрлүккө ээ жана көп учурда өздөрүнө карата жалган адилетсиздиктен азап чегишет. Натыйжада, алар башкаларга этияттык жана ишенбөөчүлүк көрсөтүшөт.

3. Эмотивдүү тип (3, 13, 35, 47, 57, 69, 79-суроолорго "ооба" жана 25-суроого "жок" деген жооптор). Эмотивдүү типтин эң айкын белгиси – башка адамдарга же жаныбарларга боор ооруу. Булар башкалардын кемчиликтерин оңой кечире алган жана көп учурда чыр-чатактарда элдешүүгө умтулган жумшак жүрөктүү адамдар. Алар жаратылыш менен өзгөчө мамиледе, өсүмдүктөрдү өстүрүүнү жана жаныбарларга кам көрүүнү жакшы көрүшөт. Мындай адамдар жөнүндө "чымынга да зыян келтирбейт" деп айтышат.

4. Педанттык тип (4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83-суроолорго "ооба" жана 36-суроого "жок" деген жооптор). Педанттык тип аткарылган иштин тактыгына дайыма күмөн саноо жана өзүн-өзү тез-тез текшерүү менен мүнөздөлөт. Алар так, тыкан болушат, тазалыкка жана тартипке өзгөчө көңүл бурушат. Педанттык тип чыр-чатактарга алып келиши мүмкүн болгон ар кандай тартиптин бузулушуна катуу реакция кылат. Кандайдыр бир аракеттерди аткарууда алар шашылбайт, тырышчаак, жогорку сапаттагы ишке жана өтө тактыкка көңүл бурушат. Ашыкча педант-

тык кээде өзүн төмөн баалоо жана ишти аягына чыгара алаарына ишенбөөчүлүккө алып келиши мүмкүн.

5. Тынчсызданган тип (16, 27, 38, 49, 60, 71, 82-суроолорго "ооба" жана 5-суроого "жок" деген жооптор). Бул типтеги адамдар, адатта, бала кезинен эле коркоктук жана чочуркагандык көрсөтөт. Тынчсызданган типтеги балдар көбүнчө караңгылыктан, жаныбарлардан жана жалгыздыктан коркушат. Шылдыңдоого жана шектенүүгө чыдамсыздык адилетсиз айыптоолорго карабастан өзү үчүн тура албагандык же чындыкты коргой албагандык менен коштолот.

6. Циклотимдүү тип (6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84-суроолорго "ооба" деген жооптор). Бул типтеги адамдар, адатта, сынга жана жемелөөгө кыжырдануу, ал тургай оройлук жана ачуулануу менен жооп беришет. Бирок, жүрөгүнүн түпкүрүндө алар көңүл калууга жана терең депрессияга түшүп, бул суициддик аракеттерге алып келиши мүмкүн. Циклотимдүү балдардын абалынын өзгөрүшүнүн фазалары адатта үч жумага созулат. Студенттик жылдары алардын баалары бирдей эмес жана алар көп учурда жетишүүгө аракет кылышат, бул окуудан баш тартууга алып келет. Туруксуз циклоиддер, адатта, кадимки циклоиддерге караганда маанайынын кыска өзгөрүшүн башынан өткөрүшөт. "Жаман" күндөр илең-салаңдыкка караганда жаман маанай менен көбүрөөк белгиленет. Көтөрүлүү мезгилинде алар досторду күтүүнү, компанияга кошулууну каалашат. Өзүн баалоосу жакшы жана жаман фазаларды башынан өткөрүү тажрыйбасын топтогон сайын өнүгөт. Мындай тажрыйбага жеткенге чейин өзүн баалоосу маанайга жараша болот.

7. Демонстративдүү тип (7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88-суроолорго "ооба" жана 51-суроого "жок" деген

жооптор). Бул типтин негизги өзгөчөлүгү – чексиз эгоцентризм, дайыма көңүл бурууга, суктанууга, боор оорууга, урматтоого жана таң калууга болгон тойбос суусаяндык. Байкабай калуу мүмкүнчүлүгү өзгөчө кайгылуу. Калп айтуу жана кыялдануу толугу менен алардын инсанын кооздоого багытталган. Сырткы эмоциялуулугу чындыгында терең сезимдин жоктугун, анын ичинде күчтүү эмоциялык экспрессияны, театрлаштырылгандыкты, шоумендикке умтулууну жана поза берүүнү көрсөтөт. Башкалардын жанында мактоосу, адатта, өзгөчө жагымсыз; алар муну көтөрө алышпайт. Алардын шериктештикке болгон каалоосу, адатта, лидердей сезүү, өзгөчө абалды ээлөө зарылдыгы менен байланыштуу. Алардын өзүн баалоосу объективдүү эмес. Сүрүп чыгаруунун патологиялык жөндөмүнө ээ болгондуктан, алар билгиси келбеген нерсени толугу менен унута алышат. Бул аларга калп айтууга эркиндик берет. Алар, адатта, күнөөсүз жүз менен калп айтышат; алар айткан нерсе учурда алар үчүн чындык, анткени алар өздөрүнүн калптарын ички жактан билишпейт же жок дегенде өтө тайыз аң-сезимге ээ болуп, эч кандай өкүнүшпөйт.

8. Дүүлүккүч тип (8, 20, 30, 43, 52, 64, 74, 86-суроолорго "ооба" деген жооптор). Дүүлүккүч тип көбүнчө балалык кезинде баш ийбестик жана адамдын жүрүм-турумун жөнгө салууда кыйынчылыктар менен мүнөздөлөт. Бул экинчи сигнал берүү тутумунун өнүгүшүнүн кечигишине байланыштуу болушу мүмкүн, анткени бул типти кыска убакыттын ичинде объектилерди атоо тести менен оңой эле аныктоого болот. Адатта, адамдар 3 мүнөттүн ичинде 60тан ашык объектини атай алышат. Дүүлүккүч акцентуациясы бар адамдар бул тестте бир топ артта калышат. Алар өздөрүн алаксыта алышпайт

жана жалгыздыкты жакшы көтөрө алышпайт. Алар үстөмдүк кылып, эң алсыздар менен өз ара аракеттенүүнү тандашат. Демилгенин жоктугу алардын лидерлик ролду аткаруусуна тоскоол болот. Эч бир жумуш жагымдуу эмес; алар өтө зарыл болгондо гана иштешет. Келечекке кайдыгер мамиле кылып, алар толугу менен азыркы учурда жашашат, андан көп көңүл ачууну каалашат. Алардын дүүлүккөн реакциясын басуу кыйын жана башкалар үчүн кооптуу болушу мүмкүн.

9. Дистимдүү тип (9, 21, 42, 75, 87-суроолорго "ооба" жана 31, 53, 65-суроолорго "жок" деген жооптор). Олуттуулук, ал тургай депрессия жана келечекке пессимисттик көз караш менен мүнөздөлөт; маектешүүдө алар көбүнчө кыска сүйлөшөт же унчукпай калышат; алар сейрек бейкапар, шайыр маанайды сезишет. Алар, адатта, шериктештиктен жана ызы-чуулуу шериктештиктен качышат. Айырмаланган өзгөчөлүгү – капалуулук.

10. Экзальтташкан тип (10, 32, 54, 76-суроолорго "ооба" деген жооптор). Бул типтин көрүнүктүү мүнөздөмөсү – кубануу жана таң калуу, ошондой эле жылмаюу, бакыт, кубаныч жана ырахат сезими. Бул сезим көп учурда башкаларда анчалык деле толкунданууну жаратпаган себептерден улам пайда болушу мүмкүн. Ошол эле учурда, мындай адамдар оңой эле үмүтсүздүккө жана көңүл калууга кабылышы мүмкүн. Бул абалдар күтүүсүздөн чоң кубанычка, кубанычтын толкунуна жол бериши мүмкүн.

Жалпы ченем шкаланын жарымына барабар, б.а. 12 (жалпы шкала 24). Жекече ченем алынган бардык упайлардын суммасын 10го бөлүү менен аныкталат. Эгерде алынган сумма 12 упайдан ашса, анда сизде мүнөздүн акцентуациясы бар деп айтууга болот [23].

*Педагогикалык баарлашуунун кесиптик жактан
маанилүү сапаттары*

– окуучуларга жана алар менен иштөөгө кызыгуу, баарлашууга болгон керектөө жана билгичтик, мамилечилдик, коммуникациялык сапаттар

– окуучуларга эмоциялык эмпатия жана түшүнүү жөндөмү

– ийкемдүүлүк, өзгөрүп жаткан баарлашуу кырдаалдарында тез жана так багыт алуу, баарлашуу кырдаалына, студенттердин жекече өзгөчөлүктөрүнө жараша кептик таасир кылууну тез өзгөртүү билгичтигин камсыздоочу ыкчам-чыгармачыл ой жүгүртүү

– баарлашууда кайтарым байланышты туюу жана колдоо билгичтиги

– өзүн, өзүнүн психикалык абалдарын, денесин, үнүн, мимикасын башкаруу билгичтиги, маанайын, ойлорун, сезимдерин башкаруу билгичтиги, булчуңдардын чыңалуусун жоюу билгичтиги

– коммуникациянын спонтандуулугуна (даярдалбагандыгына) жөндөмдүүлүк

– мүмкүн болгон педагогикалык кырдаалдарды, өз таасир кылууларынын натыйжаларын прогноздоо билгичтиги

– жакшы вербалдык жөндөмдүүлүктөр: кеп маданияты, кептин өнүккөндүгү, бай лексикалык кор, тилдик каражаттарды туура тандоо

– педагогдун студенттерге талап кылынган багытта таасир кылууга жөндөмдүү турмуштук, табигый толгонуулары-

нын жана педагогикалык максатка ылайыктуу толгонууларынын ширетмесин берген педагогикалык толгонуулар өнөрүнө ээлик кылуу

– педагогикалык импровизациялоого жөндөмдүүлүк, таасир кылуунун ар түрдүү каражаттарын (ынандыруу, ишендирүү, жугузуу, таасир кылуунун ар түрдүү ыкмаларын, «курал-жарактарын», «курулмаларын» колдонуу) колдонуу билгичтиги [31].

**Педагогикалык таасир кылуунун майнаптуулугун
жогорулатуунун каражаттары**

– курал-жарактар – ыкмалар тутуму (мимикалык, кептик, психологиялык): жактыруу, кеңеш берүү, нааразычылык, кыйытып айтуу, өтүнүч, айыптоо, юмор, шылдыңдоо, буйрук берүү, ишеним көрсөтүү, каалоо ж.б. (160 түргө чейин)

– курулмалар – өз денесин, интонациясын жана баарлашуу стилин студенттерге ыңгайлаштыруу, кийин алардын жүрүм-турумун педагогдун максаттарына ылайыкташтыруу үчүн

– фразанын башында мурункуга салыштырмалуу үндү жогорулатуу аркылуу таасир кылууну күчөтүү; сөздүк таасир кылуу ыктарын өзгөртүү: татаалдан жөнөкөйгө, жөнөкөйдөн татаалга өтүү; фразаларды баса белгилөө; баарлашуунун ыктарын кескин өзгөртүү.

Күтүлбөгөн кырдаалдын келип чыгуусунан улам импровизациялоо шарттарында окутуучулардын жүрүм-турумунун төмөнкү негизги типтери мүмкүн болот:

– табигый (жемиштүү импровизациялык иш-аракеттер педагогдордо психологиялык эмоциялык кыйынчылыктарды жаратпайт)

– чыңалган-кайра түзүүчү (келип чыккан кыйынчылыкты жеңүү үчүн инсандын бардык ресурстарын мобилизациялоо болуп өтөт)

– атайылап качуу (педагогдун күтүлбөгөн педагогикалык кырдаалды жеңүүдөн аң-сезимдүү түрдө качуусу)

– эрксиз-токтотуучу (педагогдун иш-аракеттеринин башаламандыгы жана токтоп калуучулугу)

– эмоциялык бузулуу (педагог көзөмөлсүз, тутумсуз иш-аракет кылат, чыр-чатакты күчөтөт, өз сезимдерин башкара албайт же жашыра албайт)

– адекватсыз (педагог өз сезимдерин жашырат, бирок аларды педагогикалык жактан максатка ылайыктуу толгоууларга жана иш-аракеттерге айландыра албайт) [31].

Педагогикалык кырдаалдарды чечүү

Көрсөтүлгөн психологиялык-педагогикалык кырдаалдар окутуучунун кесиптик ишмердүүлүгүндө көп пайда болот. Сиз алар үчүн оптималдуу чечимди тандашооңуз зарыл.

Нускама. Сиздин алдыңызда бир катар татаал педагогикалык кырдаалдар турат. Алардын ар биринин мазмуну менен таанышып, берилген кырдаалга жооп кайтаруунун сунушталган варианттарынын ичинен педагогикалык көз караштан алганда эң туура деп эсептегениңизди тандооңуз абзел. Эгерде сунушталган варианттардын бири да сизди канааттандырбаса, тандоо үчүн келтирилген альтернативалардан кийинки төмөнкү эки сапка өзүңүздүн оригиналдуу жообуңузду жазыңыз.

1-кырдаал

Сабактын башында же сиз бир нече сабак өтүп бүткөндөн кийин, бир студент сизге: "Педагог катары бизге эч нерсе үйрөтө албайсыз деп ойлойм" дейт. Сиздин реакцияңыз:

1. "Сенин ишиң окутуучуну үйрөтүү эмес – окуп-үйрөнүү".
2. "Албетте, мен сен сыяктуу адамдарга эч нерсе үйрөтө албайм".
3. "Балким, сен башка окутуучудан окуганың жакшыдыр?"
4. "Сен жөн гана окуганды каалабайсың".
5. "Сен эмне үчүн мындай деп ойлойсуң, билгим келет".
6. "Кел, бул тууралуу кененирээк сүйлөшөлү. Менин жүрүм-турумумда сени ушундай ойго түрткөн бир нерсе барбы?"

7. _____

2-кырдаал

Сиз сабак өтүүгө кириштиңиз, бардык студенттер тынч-танып, жымжырттык өкүм сүрдү, күтүлбөгөн жерден аудиториядан бирөө каткырып жиберди. Сиз эч нерсе айтууга үлгүрбөстөн, күлгөн студентке суроолуу жана таң кала карап калганыңызда, ал: "Сизди карап туруу мага дайыма күлкүлүү жана сиз сабак өтө баштаганыңызда күлгүм келет", - деп билдирди. Буга кандай жооп кайтарат элеңиз? Төмөндө сунушталгандардын ичинен ылайыктуу оозеки жоопту тандаңыз жана белгилеңиз.

1. "Мына сага!"
2. "Сага эмне күлкүлүү?"
3. "Мейли, күлө бер!"
4. "Сен эмне, акылмансыңбы?"
5. "Мага шайыр адамдар жагат".
6. "Сенин көңүлүңдү ачканыма кубанычтамын".
7. _____

3-кырдаал

Педагог студентке тапшырма берет, бирок студент аны аткаруудан баш тартып, "Мен муну кылгым келбейт!" деп айтат. Педагогдун реакциясы кандай болууга тийиш?

1. "Эгер каалабасаң – биз сени мажбурлайбыз!"
2. "Анда сен эмнеге окуганы келдиң?"

3. "Сен үчүн эле жаман, сабатсыз бойдон кала бер. Сенин жүрүм-турумуң жүзүно өчөшүп, мурдун кесип салгысы келген адамдын кылыгына окшош".

4. "Бул сен үчүн кандай аякташы мүмкүн экенин түшүнөсүңбү?"

5. "Эмне үчүн экенин түшүндүрүп бере аласыңбы?"

6. "Кел, отуруп талкуулайлы – балким сен туура айтасың".

7. _____

4-кырдаал

Студент өзүнүн окуудан жетишүүсүнөн көңүлү калып, жөндөмдүүлүктөрүнөн жана качандыр бир кезде материалды туура түшүнүп, өздөштүрө алаарынан күмөн санайт да, окутуучуга айтат: "Сиздин оюңузча, мен качандыр бир кезде "эң жакшы" баа аламбы жана тайпадагы калган студенттерден артта калбаймбы?". Окутуучу гаа эмне деп жооп берүүгө тийиш?

1. "Чынын айтсам, күмөнүм бар".

2. "Албетте, күмөн санабасаң да болот".

3. "Сенин эң сонун жөндөмдүүлүктөрүн бар жана мен сага чоң үмүт артып жатам".

4. "Сен эмнеге өзүңдөн күмөн санайсың?"

5. "Кел, сүйлөшөлү жана проблеманы аныктайлы".

6. "Көп нерсе биз сени менен кандай иштешибизден көз каранды".

7. _____

5-кырдаал

Студент окутуучуга айтат: "Мен сиз өтө турган акыркы сабакка бара албайм – менин жаштар ансамблинин концертин билетим бар, аны араң алдым". Ага кандай жооп берүү керек?

1. "Келбей көрчү!"

2. "Бул сенин ишиң, сен экзамен (зачет) тапшырасың. Калтырган сабактар үчүн жооп берүүгө туура келет, кийинчерээк сөзсүз сурайм".

3. "Менимче, сен окууңа маани бербей жатасың".

4. "Балким, сен окууну таптакыр таштап кетишиң керектир?"

5. "Сен андан ары эмне кылууну пландап жатасың?"

6. "Эмне үчүн концертке баруу сен үчүн окууга караганда кызыктуураак экенин билгим келет".

7. "Мен сени түшүнөм: эс алуу, концерттерге баруу, мелдештерге катышуу жана досторуң менен баарлашуу чындыгында окууга караганда кызыктуураак. Бирок мен, ошентсе да бул сага эмне үчүн мынчалык маанилүү экенин билгим келет?"

8. _____

6-кырдаал

Студент аудиторияга кирип бара жаткан окутуучуну көрүп, ага: "Сиз абдан чарчап, алсырап калган окшойсуз", - дейт. Педагог буга кандай жооп кайтарууга тийиш?

1. "Мага мындай сын айтканың туура эмес деп ойлойм".

2. "Ооба, мен өзүмдү жаман сезип жатам".

3. "Мен жөнүндө ойлонбо, өзүңдү жакшылап кара".
4. "Бүгүн жакшы уктаган жокмун, менин жумушум көп".
5. "Кабатыр болбо, бул биздин сабактарга тоскоол болбойт".
6. "Сен абдан баамчылсың, камкордугуң үчүн рахмат!"
7. _____
- _____
- _____

7-кырдаал

"Сиз өткөн сабактар мага жардам бербей жаткандай сезилет", – дейт бир студент окутуучуга, анан кошумчалайт: – Мен окууну такыр таштоону ойлонуп жатам". Окутуучу буга кандай жооп кайтарууга тийиш?

1. "Маанисиз сөздөрдү айтпачы!"
2. "Ойлоп тапканын карасаң!"
3. "Балким, сен башка окутуучу тапканың оңдур?"
4. "Эмне үчүн мындай ойго келгениңди көбүрөөк билгим келет?"
5. "Сенин проблемаңды чечүү үчүн биргелешип иштесекчи?"
6. "Балким, сенин проблемаңды башкача чечүүгө болот чыгар?"
7. _____
- _____
- _____

8-кырдаал

Бир студент өзүнө ашыкча ишенип, окутуучуга минтип айтат: "Кааласам, кыла албаган эч нерсе жок. Анын ичин-

де сиз окуткан предметти өздөштүрүү да мен үчүн оңой", – дейт. Окутуучу буга кандай жооп кайтарууга тийиш?

1. "Сен өзүң жөнүндө өтө жакшы ойдо экенсиң".

2. "Сенин жөндөмдүүлүктөрүң мененби? Мен күмөн санайм".

3. "Эгерде сен ушинтип айтсаң, анда өзүңө ишенет чыгарсың?"

4. "Мен мындан күмөн санабайм, анткени эгер сен чындап кааласаң, муну жасай алаарыңды билем".

5. "Бул, балким, сенден көбүрөөк күч-аракетти талап кылат".

6. "Өзүңө ашыкча ишенүү сенин ишиңе зыян келтирет".

7. _____

9-кырдаал

Окутуучунун эскертүүсүнө жооп катары студент айтат: "Мен предметти өздөштүрүшүм үчүн мага көп иштөөнүн кажети жок. Мени толук жөндөмдүү деп эсептешет". Педагог буга эмне деп жооп берүүгө тийиш?

1. "Бул пикирге сен такыр эле ылайык келбейсиң".

2. "Ушул убакка чейин сен башыңдан өткөргөн кыйынчылыктар жана сенин билимдериң муну такыр күбөлөндүрбөйт".

3. "Көп адамдар өздөрүн толук жөндөмдүү деп эсептешет, бирок чындыгында баары эле андай эмес".

4. "Өзүң жөнүндө ушунчалык жогору ойдо болгонуңа кубанычтамын".

5. "Бул сени окууга ого бетер көп күч жумшоого түртүүгө тийиш".

6. "Бул сен өзүңдүн жөндөмдүүлүктөрүңө анчалык ишен-бегендей таасир калтырат".

7. _____

10-кырдаал

Студент педагогго айтат: "Мен дептеримди алып келүүнү (үй тапшырманы аткарууну ж.б.у.с.) кайрадан унутуп калыптырмын". Педагог кандай жооп кайтарууга тийиш?

1. "Мына, дагы баштадык!"

2. "Бул жоопкерчиликсиздик деп ойлобойсуңбу?"

3. "Менимче, сен ишке олуттуураак мамиле кыла башташың керек".

4. "Эмне үчүн экенин билгим келет?"

5. "Сенде муну жасоого мүмкүнчүлүк болгон эмес окшойт?"

6. "Эмне үчүн мен сага муну дайыма эскертип турам деп ойлойсуң?"

7. _____

11-кырдаал

Студент педагог менен маектешип жатып ага минтип айтат: "Сиз мага башка балдарга караганда жакшы мамиле кылышыңызды каалайт элем". Окутуучу студенттин бул өтүнүчүнө кандай жооп берүүгө тийиш?

1. "Эмне үчүн мен сага башкалардан жакшы мамиле кылышым керек?"

2. "Менде дегеле сүйүктүүм кылайын деген ой жок!"

3. "Мага сен сыяктуу сүйлөгөндөр жакпайт".

4. "Эмне үчүн сени башкалардан өзгөчө бөлүүм керек экенин билгим келет?"

5. "Эгер мен сага сени башкаларга караганда көбүрөөк сүйөм деп айтсам, анда сен өзүңдү жакшы сезип каласыңбы?"

6. _____

12-кырдаал

Студент окутуучу өтүп жаткан предметти жакшы өздөштүрө аларынан күмөн санарын билдирип, ага айтат: "Мен сизге өзүмдү эмне тынчсыздандырып жатканын айттым. Эми сиз айтыңызчы, мунун себеби эмнеде жана мен мындан ары эмне кылышым керек? Педагог буга кандай жооп кайтарууга тийиш?"

1. "Менимче, сенде өксүк комплекси бар".

2. "Сенде тынчсызданууга эч кандай себеп жок".

3. "Мен жүйөлүү пикиримди айтаардан мурун, маселени жакшыраак түшүнүшүм керек".

4. "Күтө туралы, мунун үстүндө иштейли да, кийин бул проблеманы талкуулоого кайтып келели. Менимче, биз аны чече алабыз".

5. "Азыр сага так жооп берүүгө даяр эмесмин, мен бул тууралуу ойлонушум керек".

6. "Кабатыр болбо, мен дагы убагында мындай нерсени такыр жасай алган эмесмин".

7. _____

13-кырдаал

Студент окутуучуга айтат: "Сиздин сабактарда айтып, коргоп жаткандарыңыз мага жакпайт". Педагогдун жообу кандай болууга тийиш?

1. "Бул жаман".
2. "Сен, балким, муну түшүнбөй жаткандырсың".
3. "Сабактарыбызды уланткан сайын сенин пикириң өзгөрөт деп үмүттөнөм".
4. "Эмне үчүн?"
5. "Ал эми сен эмнени жакшы көрөсүң жана эмнени коргогуң келет?"
6. "Табит жөнүндө талашпайт".
7. "Эмне үчүн мен муну айтып, коргоп жатам деп ойлойсуң?"
8. _____

14-кырдаал

Студент тайпадагы жолдошторунун бирине карата терс мамилесин ачык көрсөтүп, минтип айтат: "Мен аны менен чогуу иштегим келбейт". Педагог кандай жооп кайтарууга тийиш?

1. "Анда эмне кыласың?"
2. "Эч нерсе кыла албайсың, баары бир ошону жасайсың".

3. "Бул сенин акылсыздыгың".
 4. "Бирок ушундан кийин ал дагы сени менен иштегиси (окугусу) келбейт".
 5. "Эмне үчүн?"
 6. "Менимче, сен жаңылып жатасың".
 7. _____
-
-

Натыйжаларды баалоо жана тыянактар

Сыналуучунун ар бир жообу (сунушталган варианттардын ичинен бирин тандоосу) жадыбалда берилген ачкычка ылайык упайлар менен бааланат. Бул жадыбалда тигинен сол жакта педагогикалык кырдаалдар катар номерлери менен көрсөтүлгөн, ал жогоруда оң жакта ушул кырдаалдарга альтернативалуу жооптор рети боюнча берилген. Жадыбалдын өзүндө ар кандай педагогикалык кырдаалдар үчүн жооптордун ар түрдүү варианттары бааланган упайлар камтылган.

Эскертме: Эркин жооптор өзүнчө бааланат жана тиешелүү баалар жалпы упайга кошулат. Педагогикалык проблемаларды туура чечүү жөндөмдүүлүгү сыналуучунун бардык 14 педагогикалык кырдаал боюнча алган жалпы упайын 14кө бөлүү менен аныкталат.

Эгерде сиз орточо 4,5 упайдан жогору упай алсаңыз, сиздин педагогикалык жөндөмдүүлүктөрүңүз (бул методика боюнча) жогорку деңгээлде өнүккөн деп эсептелет. Эгерде сиздин орточо упайыңыз 3,5 жана 4,4 упайдын ортосунда болсо, сиздин педагогикалык жөндөмдүүлүктөрүңүз орто-

чо деп эсептелет. Акырында, эгерде орточо упай 3,4 упайдан аз болсо, анда сыналуучунун педагогикалык жөндөмдүүлүктөрү өнүкпөгөн катары каралат [23].

«Педагогикалык кырдаалдар» методикасына ачкыч.

Ар түрдүү кырдаалдарга жооптордун ар кыл варианттарын баалоо

Педагогикалык кырдаалдын катар номери	Жооптун тандалган варианты жана аны баалоо (упай менен)							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1	4	3	4	2	5	5	-	-
2	2	2	3	3	5	5	-	-
3	2	3	4	4	5	5	-	-
4	2	3	3	4	5	5	-	-
5	2	2	3	3	2	4	5	5
6	2	3	2	4	5	5	-	-
7	2	2	3	4	5	5	-	-
8	2	2	4	5	4	3	-	-
9	2	4	3	4	5	4	-	-
10	2	3	4	4	5	5	-	-
11	2	2	3	4	5	5	-	-
12	2	3	4	5	4	5	-	-
13	3	2	4	4	5	4	5	-
14	2	2	3	4	4	5	-	-

ГЛОССАРИЙ

Педагогдун ыңгайлашуусу – педагогикалык кызматкердин кесиптик ишмердүүлүккө, педагогикалык жамаатка ыңгайлашуу процесси жана натыйжасы.

Апперцепция – кабыл алуунун инсандын мурунку тажрыйбасынан, билимдеринин корунан жана жалпы багытталгандыгынан көз карандылыгы.

Аудиовизуалдык кабыл алуу – угуу жана көрүү менен бир убакта кабыл алуу.

Аутсайдер – чет элдик социалдык психологиядан алынган термин, психологиялык шайкеш эместиктен улам четке кагылган топтун мүчөсүн билдирет.

Психологиялык тоскоолдук – белгилүү бир ишмердүүлүктү же иш-аракетти аткарууга, атап айтканда, белгилүү бир адам же адамдардын тобу менен баарлашууга тоскоол болгон мотив.

Көңүл буруу – психикалык ишмердүүлүктүн бир эле учурда башкаларды этибарга албай, бир предметке же кубулушка багытталгандыгы жана топтоштурулгандыгы.

Өз ара аракеттенүү – адамдар менен кубулуштардын ортосундагы түз байланыштар: бул адамдардын өз ара мамилелеринин көрүнгөн, тышкы бөлүгү.

Өз ара мамиле – мамилелердин кыйла терең керектөөчүлүк-мотивациялык бөлүгү: адамдардын күтүүлөрү, кызыкчылыктары, жактыруулары жана жактырбоолору, алардын мамилелеринин башка мүнөздөмөлөрү.

Тарбиялоо – бул адамды ал жүзөгө ашырылып жаткан максаттардын, топтордун жана уюмдардын бөтөнчөлүгүнө ылайык салыштырмалуу маңыздуу жана максатка багытталган өстүрүү.

Кабыл алуу – бул турмуш чындыгынын предметтерин жана кубулуштарын алардын касиеттеринин жана бөлүктөрүнүн жыйындысында психикалык чагылдыруу, ал чагылдырылгандын бүтүндүгүн түшүнүү менен байланышкан.

Билим берүүнү гумандаштыруу – бул учурдагы маданият мейкиндигинде студенттин инсанын өзү ишке ашыруусу, өзү аныктоосу үчүн шарттарды түзүү процесси, ЖОЖдо инсандын чыгармачылык дараметин ачууга түрткү болгон гуманитардык чөйрөнү түзүү.

Денотаттык график (латын тил. denoto – белгилейм жана грек. γραφο – жазам) – тексттен түйүндүү түшүнүктүн маанилүү белгилерин эсептөө ыгы.

Жогорку мектептин дидактикасы – жогорку билим берүү жана жогорку мектепте окутуу жөнүндө илим – педагогикалык билимдин тез өнүгүп келе жаткан тармагы.

Педагогикалык милдет – бул субъектинин ишмердүүлүктүн максаттарын, шарттарын жана проблемаларын аңдап-түшүнүүсүнүн натыйжасы.

Кырдаалдык (педагогикалык) милдет – педагог-психологдун тарбиялануучулар менен өз ара аракеттенүүсү учурунда алардын иш-аракеттеринин (жосунунун, жүрүм-турумунун, мамилелеринин ж.б.у.с.) багытын түздөн-түз өзгөртүүгө багытталган милдет.

Стратегиялык (педагогикалык) милдет – тарбиялануучуларды олуттуу өзгөртүүгө, узак убакыттын ичинде белгилүү бир педагогикалык идеалга жетүүгө багытталган милдет.

Тактикалык (педагогикалык) милдет – стратегиялык милдеттин ажырагыс бөлүгү болгон жана атайын уюштурулган ишмердүүлүк аркылуу тарбиялануучуларда зарыл болгон сапаттарды калыптандырууну олуттуу түрдө алдыга жылдырууга багытталган милдет.

БББ (ЗХУ) – америкалык педагог Д. Оглдун стратегиясы – "билем – билгим келет – билдим" – материалды жадыбалдын жардамы менен уюштуруунун ыгы.

Инсерт – белгилөөлөрдү колдонуп менен текст менен иштөөнүн ыгы.

Квалификация (кызматкердин) – кесиптик ишмердүүлүктүн белгилүү бир түрүн өздөштүрүүнү расмий таануу документтик тастыктоо.

Коммуникация (психологияда) – маалыматты тилдин жана башка белгилик каражаттардын жардамы менен берүү.

Компетенттүүлүк – адамда эмгек ишмердүүлүктүн ийгиликтүү жүзөгө ашыруу үчүн компетенциялардын барлыгы.

Монологдук кеп – бирдиктүү татаал ой менен бириктирилген айтым.

Ой жүгүртүү – чындыктын таасирлерине негизделген жана адамга алган билимдерине, билгичтиктерине, көндүмдөрүнө жараша маалыматты туура иштетүүгө, өз пландарын жана жүрүм-турум программаларын түзүүгө мүмкүндүк берген тышкы дүйнөнүн кыйыр чагылдырылышы.

Үзгүлтүксүз билим берүү – бул ар бир адамды тарбиялоо, жалпы билим берүү, политехникалык жана кесиптик даярдоо милдеттерин биргелешип чечүүчү бардык тоогоолордун уюштуруучулук, мазмундук биримдигин жана үзгүлтүксүз өз ара байланышын камсыздаган, учурдагы жана келечектеги коомдук керектөөлөрдү эске алып, алардын өз алдынча билим алууга, өмүр бою ар тараптуу жана гармониялуу өнүгүүгө болгон каалоосун канааттандырган мамлекеттик жана коомдук билим берүү мекемелеринин бирдиктүү тутуму.

Кесиптик ишмердүүлүктүн объектиси (предмети) – эмгек ишмердүүлүгү процессинде таасир кылуу багытталган

кубулуш, предмет, процесс. Кесиптик ишмердүүлүктүн "объектиси" жана "предмети" терминдери материалдык өндүрүш менен байланышкан кесиптик ишмердүүлүктүн синоними катары каралат. Бул түшүнүктөрдү илимий изилдөөлөр, чыгармачылык ж.б.у.с. менен байланышкан материалдык эмес чөйрөдө айырмалоо керек. Бул учурда предмет түшүнүгү объект түшүнүгүнө караганда тарыраак жана кесиптик милдеттерди чечүү үчүн таанып билүү маанилүү болгон объектинин касиеттери же мамилелери менен байланышкан.

Кесиптик ишмердүүлүктүн аймагы – бул жалпы негизге (окшош же жакын арналышка, объектилерге, технологияларга, анын ичинде эмгек каражаттарына) ээ болгон жана аларды аткаруу үчүн эмгек кызматтарынын жана тиешелүү компетенциялардын окшош топтотун болжолдогон кесиптик ишмердүүлүктүн түрлөрүнүн жыйындысы.

Окутулуучулук – бул адамдын окутуунун мазмунун өздөштүрүү ылдамдыгынын жана сапатынын жекече көрсөткүчтөрү.

Окутуу – бул педагогдун жана окуучулардын биргелешкен, максатка багытталган ишмердүүлүгү, анын жүрүшүндө инсанды өнүктүрүү, ага билим берүү жана тарбиялоо жүзөгө ашырылат.

Жалпы компетенция – бул кесиптик ишмердүүлүктүн көптөгөн түрлөрүнө мүнөздүү болгон милдеттерди чечүүдө практикалык тажрыйбанын, билгичтиктердин жана билимдердин негизинде ийгиликтүү иш-аракет кылуу жөндөмдүүлүгү.

Баарлашуу – бул эки же андан көп адамдардын өз ара аракеттенүүсү, алардын ортосундагы таанып билүүчүлүк же аффективдик-баалоочулук мүнөздөгү маалымат алмашуудан турат.

Жогорку мектептин педагогикасы – жогорку кесиптик билим берүүнүн теориялык жана практикалык проблемаларын изилдеген педагогика илимдеринин бир тармагы.

Педагогикалык талдоо – бул практикалык милдеттерди чечүү жана аларды чечүүнүн жүрүшү менен натыйжаларын изилдөө үчүн маалымат алуу максатында конкреттүү тарбиялык-билим берүүчүлүк фактылардын (кубулуштардын жана процесстердин) маңызын ачып берүү.

Педагогикалык бийлик – педагогикалык процесстин уюштуруучулук жана жөнгө салуучулук-көзөмөлдөөчүлүк башталмасы.

Педагогикалык көзөмөл – бул студенттердин билимдерин, билгичтиктерин жана көндүмдөрүн аныктоо жана билим берүү программаларынын талаптары менен салыштыруу процесси.

Педагогикалык чеберчилик – бул педагогикалык ишмердүүлүккө кынтыксыз ээлик кылуунун деңгээли.

Педагогикалык жаңычылдык – бул педагогдун кесиптик ишмердүүлүгүнүн эң жогорку деңгээли – ал педагогикалык процессте жаңы, прогрессивдүү идеяларды, принциптерди, усулдарды, ыкмаларды ж.б.у.с. иштеп чыгууну жана ишке ашырууну табигый түрдө камтыйт. Жаңычылдык эч качан жекече мүнөз күтпөйт, ал бүткүл окутуу жана тарбиялоо тутумуна таасир көрсөтөт.

Педагогикалык кесипкөйлүк – бул педагогдун окуу-тарбия ишмердүүлүгүн тиешелүү кесиптик деңгээлде (мамлекеттик билим берүү стандартынын талаптарына ылайык) жүзөгө ашырууга теориялык жана практикалык даярдалгандыгы.

Педагогикалык процесс – анда тарбиячылар менен тарбиялануучулар уюмдашкандыкта өз ара аракеттениш-

кен педагогикалык тутумдардын шарттарында билим берүү менен тарбиялоонун максаттарын өз ара байланышта ишке ашыруучу процесс.

Педагогикалык психология – окутуунун жана тарбиялоонун психологиялык проблемаларын изилдеген психологиянын бир тармагы.

Педагогикалык чыгармачылык – бул көбүнчө жаңы идеяларды жаратуу менен эмес, окуу-тарбия ишинин ыкмаларынын түрүн өзгөртүү, модернизациялоо менен байланышкан белгилүү бир жаңылыктын элементи.

Педагогикалык техника – бул педагогго өз ойлорун окуучулар көргөн жана уккан нерселер аркылуу жеткирүүгө мүмкүндүк берген билгичтиктердин жыйындысы.

Педагогикалык технология – бул аларды аткаруунун ырааттуулугу инсанды тарбиялоо, окутуу жана өнүктүрүү милдеттерин чечүүнү камсыздаган ыкмалар менен ыктардын тутуму.

Педагогикалык алдын ала көрүү – бул берилген учурда жок болгон, бирок келечекте пайда болушу жана изилдениши мүмкүн болгон айрым педагогикалык кубулуштардын аныктамасы жана сыпаттамасы.

Педагогикалык милдетти чечүү проблемасы – бул субъектинин милдеттин белгилүү максаты менен аны чечүүнүн белгисиз жолдорунун ортосундагы карама-каршылыкты (тарбиячылар менен тарбиялануучулардын ишмердүүлүгүн уюштуруу үчүн белгилүү бир билимдердин же каражаттардын жоктугу) чечүү милдетин аңдап-түшүнүүсүнүн натыйжасы.

Кесип (адистик) – бул коомдо эмгектин бөлүштүрүлүшү менен аныкталуучу, адамдын кесиптик ишмердүүлүгүнүн коомд тарабынан таанылган, салыштырмалуу туруктуу

түрү. "Адистик" термини тар мааниде да колдонула алат – "бир кесиптин ичиндеги иштин түрү" (инженер-курулушчу, шайман жасоочу, дарыгер-терапевт).

Кесиптик компетенция – бул кесиптик ишмердүүлүктө тапшырманы аткарууда, милдетти чечүүдө билгичтиктердин, билимдердин жана практикалык тажрыйбанын негизинде ийгиликтүү аракеттенүү жөндөмдүүлүгү.

Кесиптик даярдоо – бул кесипкөй кадрларды окутууну уюштуруу, кесиптик билим алуунун ар кандай формалары.

Кесиптик-педагогикалык ишмердүүлүк: 1) анда социалдык-педагогикалык, ченемдик-мазмундук жана кызматтык-психологиялык аспектилер биримдикте жана өз ара байланышта көрүнгөн адам эмгегинин бир түрү. 2) биринин артынан бири чечилген кесиптик милдеттердин жыйындысы.

Кесиптик модуль – студенттерди эмгек процесси үчүн өз алдынча мааниге ээ болгон эмгек кызматтарынын белгилүү бир жыйындысын жүзөгө ашырууга даярдоону караштырган кесиптик билим берүү (окутуу) программасынын бир бөлүгү.

Психологиялык-педагогикалык өз ара аракеттенүү – педагогикалык баарлашууну, этикалык-кесиптик багытталгандыкты, инсандык-эмоциялык фонду, педагогикалык ишмердүүлүктүн түздөн-түз мазмунун мүнөздөгөн категория.

Өзү жөнгө салуу – инсандын өзүнүн психикалык абалын жана жүрүм-турумун башкаруу жөндөмдүүлүгү.

Психикалык-эмоциялык "күйүп кетүү" синдрому – анда психикалык-эмоциялык чөйрөнүн туруктуу, ачык көрүнгөн бузулуулары байкалган психикалык ашыкча жүктүн бир түрү (мисалы, "жаман" юморгон пайда болушу).

Педагогдордо психикалык-эмоциялык "күйүп кетүү" синдрому баалуулуктук-мотивациялык чөйрөдөгү ыраатсздыктын барлыгы менен шартталат.

Педагогикалык тутум – бул билим берүү жана тарбиялоо социалдык институттарынын ишмердүүлүгүнүн өз ара байланышкан элементтеринин: педагогикалык өз ара аракеттенүүнүн субъектилеринин жана объектилеринин, мазмунунун, формаларынын, усулдарынын жана каражаттарынын, субъектилик-объектилик чөйрөдөгү мамилелик байланыштардын, билим берүү-тарбиялоо милдеттерин бүтүндүктүү жана майнаптуу чечүү максатын көздөгөн максаттык жана натыйжалык компоненттердин жыйындысы.

Эмпатия – бул башка адамдардын психикалык абалдарын түшүнүү жана аларга боор ооруу жөндөмдүүлүгү.

Тил (психологияда) – бул психикалык (баарыдан мурда интеллектуалдык) ишмердүүлүктү кыйырлантуучу сөздүк белгилердин тутуму, ошондой эле кепте ишке ашырылуучу баарлашуунун каражаты.

АДАБИЯТТАРДЫН ТИЗМЕСИ:

1. Айсмонтас Б. Б. Педагогическая психология: схемы и тесты. – М.: «Владос», 2006. – 208 с.
2. Безрукова В. С. Педагогика. Учебное пособие для ВУЗов. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 2013. – 381 с.
3. Беляков С. А., Клячко Т. Л. Российское высшее образование: модели и сценарии развития. – М.: «Дело», 2013. – 316 с.
4. Беспалько В. П. Основы теории педагогических систем. – Воронеж: изд-во Воронеж.ун-та, 1997. – 204 с.
5. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. – М.: «Педагогика», 1999. – 192 с.
6. Волкова А., Руденко А. М., Самыгин С. И. Педагогика. Конспект лекций. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 2015. – 224 с.
7. Гончаренко С. У. Педагогические исследования: методологические советы молодым учителям. – Киев, 2011.
8. Гордон Т. Курс эффективного преподавателя. Как раскрыть в школьниках самое лучшее. – М.: «Ломоносов», 2010. – 432 с.
9. Гребенюк О. С., Рожков М. И. Общие основы педагогики (учебник для вузов). – М.: «Владос», 2004. – 160 с.
10. Дикая Л. Г. Психологическая саморегуляция функционального состояния человека (системно-деятельностный подход). – М.: ИП РАН, 2003. – 318 с.
11. Дополнительное профессионально-педагогическое образование: практика, инновации // Учебник под ред. Семенова А. Л. – М.: «Спутник+», 2013. – 344 с.
12. Зимняя И. А. Педагогическая психология (учебник для вузов). – М.: «Логос», 2001. – 384 с.
13. Ингенкамп К. Педагогическая диагностика / Пер. с нем. – М.: «Педагогика», 1991. – 240 с.

14. Кан-Калик В. А. Педагогическое творчество. – М.: «Педагогика», 1990. – 144 с.
15. Кларин М. В. Педагогическая технология в учебном процессе // Педагогика и психология. – 1989. – № 6. – 77 с.
16. Ковылина Т. И. Работа преподавателя над собой. – М.: «Спутник+», 2014. – 266 с.
17. Конопкин О. А. Осознанная саморегуляция как критерий субъективности // Вопросы психологии. – 2008. – № 3. – С.22-34
18. Конопкин О. А. Механизмы осознанной саморегуляции произвольной активности человека // Субъект и личность в психологии саморегуляции: сб. науч. тр. / под ред. В. И. Моросановой. – М.-Ставрополь: ПИ РАО, СевКавГТУ, 2007. – С.12-31.
19. Кузьмина Н. В. Педагогическое мастерство как фактор развития способностей учащихся // Вопросы психологии. – 1984. – № 1. – С.20-26
20. Кухарев Н. В. Становление педагога-исследователя в профессиональной деятельности (учебное пособие). –М.: «Экоперспектива», 2009. – 188 с.
21. Леонова А. Б., Кузнецова А. С. Психологические технологии управления состоянием человека. – М.: «Смысл», 2009. – 311 с.
22. Леонтьев А. А. Педагогическое общение. – Нальчик: Издатцентр «Эльфа», 1996. – 160 с.
23. Лихачев Б. Т. Педагогика: курс лекций. – М.: «Владос», 2010. – 647 с.
24. Лобанова А. В. Тетрадь роста (учебно-методическое пособие). – Краснодар, 2014. – 134 с.
25. Методика преподавания в вузе. Учебное пособие // Под ред. Федякиной Л. В. – М.: Изд-во РГСУ, 2014. – 257 с.

26. Митин А. Н. Основы педагогической психологии высшей школы. Учебное пособие – М.: «Проспект», 2015. – 192 с.
27. Михальская А. К. Педагогическая риторика. Учебное пособие. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 2013. – 380 с.
28. Основы педагогики и психологии высшей школы // Под ред. Петровского А. В. – М.: Изд-во МГУ, 1986. – 304 с.
29. Основы педагогического мастерства под ред. И. А. Зязюна. – М.: «Высшая школа», 2004. – 462 с.
30. Педагогика (учебное пособие) / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. – М.: «Школа-пресс», 1997. – 512 с.
31. Педагогика. Учебник для вузов. Стандарт 3-го поколения // Учебник под ред. Тряпицыной А. П. – СПб.: «Питер», 2013. – 304 с.
32. Педагогика и психология высшей школы (учебное пособие) / Под ред. Самыгина С. И. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 1998. – 544 с.
33. Пидкасистый П. И. Педагогика: Учебник для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2009. – 576 с.
34. Пидкасистый П. И. Организация учебно-познавательной деятельности студентов. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2005. – 144 с.
35. Питюков В. Ю. Основы педагогической технологии (учебно-практическое пособие). – М.: «Роспедагентство», 1997. – 176 с.
36. Подласый И. П. Педагогика: успешный экзамен. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: «Дата-сквер», 2010. – 464 с.
37. Профессиональные педагогические сообщества – стратегический ресурс повышения качества образования // Учебник под ред. Чураковой Р. Г. – М.: «Академкнига», 2013. – 184 с.

38. Психология саморегуляции в XXI веке. под ред. Моросановой В. И. – М.-СПб.: «Нестор-история», 2011. – 468 с.
39. Смирнов С. Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности (учеб.пособие). –М.: «Академия», 2001. – 304 с.
40. Столяренко Л. Д. Педагогическая психология. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 2003. – 544 с.
41. Сурженко Л. В. Реализуемость личностных ценностей преподавателей высшей школы в аспекте профессионального выгорания / Л. В. Сурженко // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер.: Педагогика и психология. – 2013. – Вып. 2. – С.90–96
42. Суртаева Н. Н. Проектирование педагогических технологий в профессиональной подготовке учителя: дис. д-ра пед. наук. – М.; 1995. – 341 с.
43. Фокин Ю. Г. Краткий справочник по обучению в высшей школе. Деятельный подход. – Ростов-н/Д.: «Феникс», 2015. – 94 с.
44. Фрадкин Ф. А. Педагогическая технология в исторической перспективе // История педагогической технологии: Сб. науч. тр. – М.: Изд-во НИИТП, 1992. – С.3–12
45. Харламов И. Ф. О педагогическом мастерстве, творчестве и новаторстве // Педагогика. – 1992. – № 7–8. – С.11–15
46. Хон Роберт Л. Педагогическая психология: принципы обучения. – М.: «Академический проект», 2005. – 736 с.
47. Целуйко В. М. Психологические основы педагогического общения. – М.: «Владос», 2007. – 296 с.
48. Штайнер Р. Принципы вальдорфской педагогики. Методика обучения. – М.: «Лонгин», 2012. – 160 с.
49. Щербаков А. И. Практикум по возрастной и педагогической психологии. – М.: «Просвещение», 1987. – 255 с.

Окуу басылмасы

Касаболотова Гүлзат Асековна

**Жогорку мектептин окутуучусунун
педагогикалык техникасы
педагогикалык чеберчиликтин
элементи катары**

Окуу куралы

Жооптуу редактору:

Д. Ж. Арыпбекова

Тех. редактору: *А. Кыдыралиев*

Корректору: *Г. Касаболотова*

Компьютердик калыпка салган: *Б. Өмүров*

Басууга 20.05.2026-ж. кол коюлду.

Офсеттик басуу. Форматы 60x84 ¹/₁₆.

Көлөмү 7,0 б.т. Нускасы 300 даана. Заказ № _____.

«Мега-Формат» басмаканасында басылды.