

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Конкурсант: Набока Анна Константиновна

Должность: Педагог-психолог

Место работы: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №8» города Ишима Тюменской области.

1. Сведения о профессиональном и дополнительном профессиональном образовании

Базовое образование:

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Тюменский государственный университет», Школа образования. Направление подготовки: «Общая и социальная психология». Квалификация: бакалавр. Диплом [107205 02005471], регистрационный номер: 1-24-1783

Дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации) за последние 3 года:

1. 2024 год – ООО «Институт интегративной психологии», программа: «Работа психолога с детьми: первичный анамнез, организация первой встречи, стратегия дальнейшей помощи».

2. 2025 год – ООО «Институт интегративной психологии», программа: «Гештальт в работе с тревогой и тревожностью».

3. 2025 год - ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО», «Профилактика деструктивного поведения учащихся», повышение квалификации (48 часов).

4. 2026 год – Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Тюменский государственный университет» - программа «Психология стресса»

Систематически повышаю квалификацию через участие в вебинарах, семинарах и конференциях, что позволяет мне быть в курсе современных тенденций психологической науки и практики.

2. Сведения об особенностях организации и субъектов образовательных отношений

МАОУ СОШ №8 г. Ишима – это крупное общеобразовательное учреждение, реализующее программы основного общего и среднего общего образования. В школе обучается 950 учащихся, из которых 644 человека составляют обучающиеся 5–11 классов (среднее и старшее звено). Именно с этой

возрастной категорией (подростки и юношество) я работаю непосредственно в рамках своей должностной функции.

Особенности организации:

- Школа имеет многопрофильную направленность: в старших классах реализуются профили (социально-экономический, естественно-научный, гуманитарный), что определяет повышенные требования к психологической поддержке профессионального самоопределения учащихся.
- В учреждении функционирует служба психолого-педагогического сопровождения, в которую входят педагог-психолог, социальный педагог, учитель-логопед, что позволяет выстраивать междисциплинарное взаимодействие.
- Школа активно участвует в региональных и муниципальных проектах, что создаёт дополнительную нагрузку на психологическое состояние учащихся и педагогов.

Особенности субъектов образовательных отношений:

- Обучающиеся 5–11 классов: возрастной диапазон от 10 до 18 лет. Характерны возрастные кризисы (подростковый, юношеский), высокая тревожность в период адаптации (5-й класс, 10-й класс), потребность в самоопределении, риск девиантного поведения, эмоциональная нестабильность.
- Педагогический коллектив: насчитывает около 60 учителей. Консультирование и выдача рекомендаций по потребностям в поддержке при работе с трудными подростками.
- Родительская общественность: преимущественно работающие родители, часть семей относятся к категории неполных или многодетных, что требует особого подхода в консультировании (консультирование родителей: по сложностям взаимоотношений с обучающимися, по вопросам детско-родительских отношений). Оказание психолого-педагогической помощи родителям и детей, что находятся в трудных жизненных ситуациях. Повышение психолого-педагогической компетентности родителей (помощь в понимании психологических особенностей детей и осваивании эффективных способов взаимодействия). Просветительская работа (ознакомление с современными исследованиями, психологическими феноменами, закономерностями обучения и воспитания обучающихся).

Взаимодействие строится на принципах системного подхода: выступающим связующим звеном между учениками, педагогами и родителями, обеспечивая непрерывность психологического сопровождения на всех этапах обучения.

3. Цели, задачи и основные направления профессиональной деятельности.

Деятельность полностью регламентируется трудовыми функциями, предусмотренными профессиональным стандартом, и направлена на создание психологически безопасной и развивающей образовательной среды.

Цель деятельности:

Психологическое сопровождение обучающихся 5–11 классов, направленное на сохранение и укрепление психического здоровья, успешную адаптацию, личностное развитие, профессиональное самоопределение и профилактику деструктивных форм поведения.

Задачи:

1. Проведение систематической психологической диагностики для выявления уровня развития познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, особенностей межличностных отношений и факторов риска.
2. Реализация коррекционно-развивающих программ для подростков с трудностями в обучении, общении и эмоциональной регуляции.
3. Консультирование учащихся, педагогов и родителей по различным актуальным, в том числе вопросам возрастных кризисов, профориентации, конфликтов и кризисных ситуаций.
4. Профилактика девиантного поведения, суицидальных рисков, буллинга.
5. Осуществление психологического просвещения через проведение семинаров, тренингов, родительских собраний.

Основные направления:

- Диагностическая работа – мониторинг психологического статуса обучающихся.
- Коррекционно-развивающая работа – индивидуальные и групповые занятия с подростками.
- Консультативная работа – оказание экстренной и плановой помощи субъектам образовательных отношений.
- Профилактическая и просветительская работа – формирование психологической культуры всех участников образовательного процесса.
- Методическая и экспертная работа – участие в разработке образовательных программ, оценка психологической безопасности среды.

4. Перечень применяемых психолого-педагогических технологий, методик и программ

В своей практической деятельности я использую инструментарий, соответствующий возрастным и индивидуальным особенностям учащихся среднего и старшего звена, а также запросам педагогов и родителей. Предпочтение отдаю методам, прошедшим валидизацию и рекомендованным для использования в системе образования.

Направление	Используемые технологии методики, программы	Назначение
Психодиагностика	1. Методика диагностики уровня тревожности (Спилбергер-Ханин); Опросник агрессивности Басса-Дарки; 3. Методика «Социометрия» (Дж. Моренс); 4. Тест на профессиональную направленность (Д. Голланд); 5. Методика «Шкала депрессии» (А. Бек).	Выявление эмоционального состояния, структуры межличностных отношений, склонностей к девиациям, профессиональных предпочтений.
Коррекция и развитие	1. Программа «Я среди людей» (тренинг коммуникативных навыков); 2. Элементы гештальт-подхода к индивидуальной работе (работа с тревогой, незавершёнными ситуациями); 3. Арт-терапевтические техники (изотерапия, мандала, коллаж); 4. Техники когнитивно-поведенческой терапии (работа с негативными установками).	Снижение тревожности, развитие эмоционально-интеллектуальных навыков, формирование навыков самопознания и саморегуляции.
Консультирование	1. Гештальт-консультирование (фокус на осознание контакта); 2. Технологии «Активное слушание» (по Роджерсу); 3. Методика «Семейная системная расстановка» (адаптированный вариант для решения детских и родительских конфликтов).	Разрешение кризисных ситуаций, гармонизация отношений в диадах «ученик-учитель», «ребёнок-родитель».

Направление	Используемые технологии методики, программы	Назначение
Профилактика	1. Социально-психологические тренинги: «Жизненные навыки», «Стоп-буллинг»; Программа профилактики суицидального поведения «Жизнь как ценность»; Интерактивные лекции элементами дискуссии для родителей и педагогов.	Формирование стрессоустойчивости, повышение психологической компетентности, предупреждение кризисных состояний.

5. Перечень разработанных локальных и методических документов, медиапродуктов, программ, проектов

Являюсь активным участником методической работы школы и муниципального уровня. Мною разработаны и внедрены следующие материалы, получившие положительную оценку профессионального сообщества.

Локальные и методические документы:

1. Рабочая программа педагога-психолога по сопровождению обучающихся 5–11 классов на 2025–2026 учебный год – утверждена директором школы (от 01.09.2026). Программа включает календарно-тематическое планирование диагностических, коррекционных, консультативных и профилактических мероприятий.

2. Программа адаптационных занятий для пятиклассников «Шаг навстречу» – направлена на снижение тревожности и формирование навыков эффективного общения в новом коллективе. Апробирована в 2025 году. По итогам апробации получены положительные отзывы педагогов и родителей.

3. Программа психолого-педагогического курса для обучающихся 8-11 классов «Структура внутренней устойчивости», направленная на формирование навыка регулирования тревожного состояния обучающихся.

4. Программа для педагогического состава по выработке медитативных навыков «Психологические основы и практики эффективного решения конфликтов» - мастер-класс для педагогов.

(материалы представлены по ссылке: <https://disk.yandex.ru/d/Tdck0MBf7FVjyg>)

Психологический продукт:

1. Психологическая игра «Стресс сценарии: выбери свою реакцию» для повышения уровня осознанности собственных реакций на стресс и выработке альтернативных вариантов поведения.

Проекты:

1. Проект «Мой путь профессионального самоопределения» – разработан цикл диагностических и консультативных мероприятий для помощи учащимся в выборе профессии. Апробирован в 7-х классах в 2025 году.

Публикации и выступления:

- Публикация: диагностический инструмент на профориентацию школьников: «Адаптация дифференциально-диагностического опросника Е.А. Климова», 2024 г.

- Выступление на муниципальном семинаре для педагогов «Психологические основы и практики эффективного решения конфликтов» (доклад с презентацией, благодарственное письмо, ноябрь 2025).

- Активное участие в работе городского методического объединения педагогов-психологов, регулярное представление опыта на заседаниях МО.

- Выступление на консультативном совете педагогов-психологов г. Ишима. Тренинговое мероприятие «ресурсное состояние: баланс работы и жизни педагога-психолога» (доклад, тренинг, май 2026).

- Выступление на августовской конференции «Призвание 2026» в рамках развития психолого-педагогического сопровождения. Практический мастер-класс «По ту сторону детских переживаний: работа с арт-терапевтическим инструментом прозрачный мольберт» (доклад, практика ориентированное мероприятие, благодарность, август 2026).

Дата заполнения: 02.09.2026

Директор МАОУ СОШ №8 г. Ишима: _____ / Н.Л. Тимофеева

(подпись/ФИО)

