

КОМПЕТЕНЦИИ НАСТАВЛЯЕМОГО



Ключевые навыки наставляемого



1. Установление доверительного контакта



2. Активное слушание



3. Определение сильных и слабых сторон



4. Постановка развивающих целей

Установление доверительного контакта

Для начала **конструктивного взаимодействия** со своим наставником, надо установить доверительный контакт.

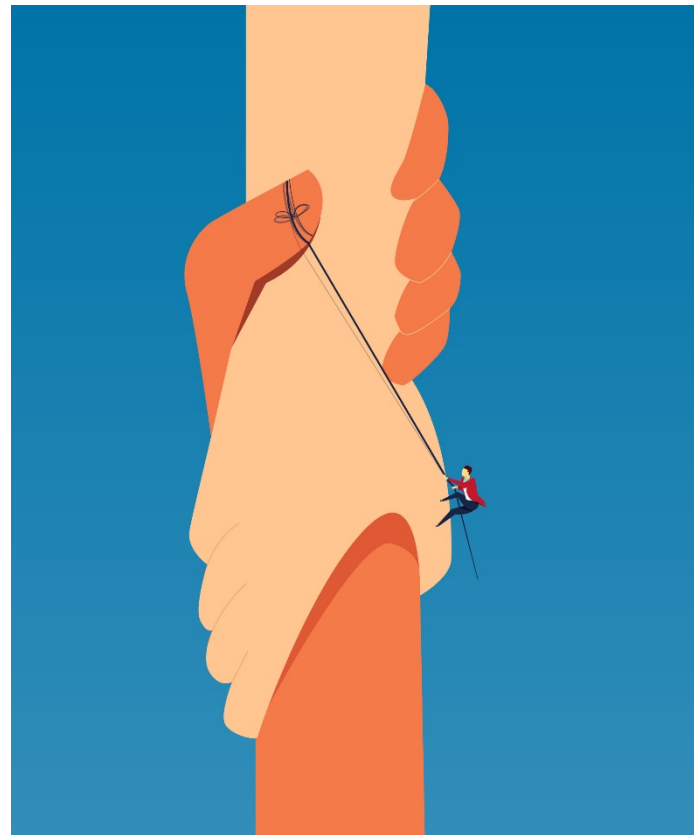
Основная цель установления контакта — создание благоприятной и дружественной атмосферы для дальнейшего взаимодействия.

Условия установления контакта;

- ✓ настроенность на контакт;
- ✓ интерес к партнеру по общению;
- ✓ взаимное доверие;
- ✓ равноправие позиций в разговоре, отсутствие давления «сверху».

Чтобы установить контакт, необходимо **демонстрировать уважение, позитивное отношение и искренний интерес** к своему наставнику всеми возможными способами:

- ✓ в словах
- ✓ в жестах
- ✓ в поступках



Активное слушание

«Активное слушание» — это совокупность способов поведения, позволяющих **адекватно понимать** собеседника и одновременно **показывать ему свое внимание и доброжелательность**.

Важно не просто слышать и понимать собеседника, но и давать ему понять, что вы проявляете к нему **искренний интерес**. Еще важнее **выносить** из этого контакта **важную для вас информацию** полностью и без искажений.

Основные навыки и поведенческие проявления активного слушания:

- ✓ **Внимание** (контакт глазами и сосредоточение на словах собеседника)
- ✓ **Активное слушание** (внимательное молчание, уточнение, перефразирование, резюмирование, эмпатия)
- ✓ **Невербальное поведение** (жесты и позы, показывающие доброжелательное и заинтересованное отношение к собеседнику)
- ✓ **Память** (удержание информации, полученной от собеседника)



Определение сильных и слабых сторон

«**Колесо профессионализма**» — инструмент, который позволит определить ваши сильные и слабые стороны своего профессионального развития. Для этого:

- **Постройте круг с выделенными сегментами** (колесо со спицами 4-8).
- Каждому сегменту (спице) дайте название в соответствие с одной из **составляющих профессиональной деятельности**.
- Используя 10-балльную шкалу, **оцените степень удовлетворённости** уровнем собственного профессионального развития в данном сегменте, зафиксируйте баллы точкой, где 0 – минимальная степень развития, 10 – максимальная.
- **Соедините обозначенные точки** в каждом сегменте.

Неровности и дефициты наглядно демонстрируют вам **область развития** на данный момент.



Постановка развивающих целей

Данное умение складывается из нескольких частных умений:

- Умение правильно формулировать любые цели, например, пользуясь критериями SMART (Конкретные, достижимые, измеримые, уместные, ограниченные во времени)
- Умение находить именно те цели развития, которые:
 - будут продвигать человека к достижению его жизненных целей (профессиональных и личных);
 - будут ему интересны;
 - будут лежать в «зоне его ближайшего развития» (т.е. будут трудны, но в принципе посильны).
- Наставник помогает сформулировать развивающие цели в ходе практически каждой сессии. Это могут быть и долгосрочные цели развития (на несколько лет, на год), и краткосрочные (цель на конкретную встречу, до следующей встречи, на период наставничества).

