

## «Жас мамандармен кеңесу: Жұмыс барысында кездесетін қиындықтары» Әңгіме және тренинг хаттамасы

Кіріспе бөлім

**Мақсаты:** Жас мамандардың жұмыс барысында кездесетін қиындықтарын талқылау, кәсіби және жеке даму жолдарын анықтау, проблемаларды шешуге арналған әдіс-тәсілдермен таныстыру. Жас мамандардың кәсіби дамуына қолдау көрсету, жұмыс барысында кездесетін психологиялық және практикалық қиындықтарға арналған кеңестер беру.

**Қатысушылар:** Жас мамандар, тәлімгерлер, мектеп әкімшілігі, әдіскерлер, психологтар.

**Кеңес мазмұны:** «Жас мамандардың жұмыс барысында кездесетін қиындықтары»

**Жас мамандардың қиындықтары:** Жас мамандар көбінесе жұмысты бастау кезінде түрлі қиындықтарға тап болады. Олардың қатарында:

**Тәжірибе жетіспеушілігі:** Кәсіби дағдылар мен білімді практикада қолдану кезінде қиындықтар туындайды.

**Қарым-қатынас мәселелері:** Әріптестермен, оқушылармен және ата-аналармен тиімді қарым-қатынас орнату.

**Стресс және күйзеліс:** Кәсіби талаптар мен өз мүмкіндіктерін салыстырудан туындайтын психологиялық қиындықтар.

**Уақытты басқару:** Мектеп жұмысын, үй тапсырмаларын, жеке өмірді және кәсіби дамуды үйлестіруде қиындықтар.

**Әңгіме және тренингтің негізгі бағыттары:**

**Педагогикалық тәжірибені арттыру:**

**Мазмұн:** Тәжірибе жетіспеушілігін жеңу үшін әріптестермен тәжірибе алмасу, педагогикалық әдістемелер мен жаңа білімдерді меңгеру.

**Ұсыныс:** Тәлімгерлермен жұмыс істей отырып, әртүрлі әдіс-тәсілдерді үйрену, тақырыптық семинарлар мен тренингтер өткізу.

**Қарым-қатынас дағдыларын дамыту:**

**Мазмұн:** Балалармен, ата-аналармен және әріптестермен дұрыс қарым-қатынас орнату.

**Ұсыныс:** Белсенді тыңдау, пікір білдіру дағдыларын жетілдіру. Әріптестермен ынтымақтастықты күшейту.

**Психологиялық тұрақтылық:**

**Мазмұн:** Стресс пен күйзелісті басқару, өз эмоцияларын реттеу.

**Ұсыныс:** Стресс басқару бойынша тренингтер өткізу, күйзеліс жағдайында көмек көрсету үшін психологтармен жұмыс жасау.

**Уақытты тиімді басқару:**

**Мазмұн:** Уақытты жоспарлау мен ұйымдастыру дағдыларын жетілдіру.

**Ұсыныс:** Уақытты тиімді пайдалану үшін түрлі әдіс-тәсілдерді үйрету, жұмыс пен жеке өмір арасындағы теңгерімді сақтау.

Кеңес хаттамасы

**Кеңес тақырыбы:** «Жас мамандармен кеңесу: Жұмыс барысында кездесетін қиындықтары»

**Кеңес мазмұны:**

Жас мамандардың жұмыс барысында кездесетін қиындықтары талқыланды. Олардың арасында тәжірибе жетіспеушілігі, қарым-қатынас мәселелері, стресс пен күйзеліс, уақытты тиімді басқару мәселелері бар екендігі айтылды.

Әрбір мәселе бойынша ұсыныстар мен шешімдер айтылды. Сонымен қатар, осы мәселелерді шешу үшін арнайы тренингтер мен жаттығулар ұйымдастыру қажеттігі атап өтілді.

**Тәжірибе алмасу:** Тәлімгерлер мен әріптестер арасында тәжірибе алмасуды дамыту, әр түрлі жағдайларды талқылау арқылы жеке және кәсіби дамуды қолдау ұсынылды.

Тренинг бөлігі

**Тренинг тақырыбы:** «Жас маманның кәсіби дағдыларын дамыту»

**Тренингтің мақсаты:**

Жас мамандарға кәсіби дағдыларды дамытуға көмек көрсету, олардың жұмыс процесінде кездесетін қиындықтармен қалай күресуге болатындығын көрсету.

**Тренинг мазмұны:**

**1. Жұмыс стрессін басқару:** Тренинг барысында жас мамандарға күйзеліс пен стрессті басқару дағдылары үйретілді. Техникалар мен әдістерді қолдана отырып, өзін-өзі басқаруға, эмоцияларын дұрыс бағыттауға үйренді.

**2. Уақытты басқару:** Тренингте уақытты тиімді пайдалану әдістері талқыланды. Әсіресе, жұмыс пен жеке өмір арасындағы теңгерімді сақтау мәселесі қарастырылды.

**3. Қарым-қатынас дағдыларын жетілдіру:** Әріптестермен, балалармен және ата-аналармен қарым-қатынас жасаудағы негізгі қиындықтар анықталып, сол мәселелерді шешудің әдістері көрсетілді. Белсенді тыңдау мен тиімді коммуникация жаттығулары өткізілді.

**Тренинг жаттығулары:**

**Рөлдік ойындар:** Тренинг барысында жас мамандар әртүрлі жағдайларды рөлдік ойындар арқылы шешуге тырысты. Бұл әдіс олардың нақты жағдайларда өздерін қалай ұстайтындарын және қиындықтармен қалай күресетіндерін көруге мүмкіндік берді.

**Қарым-қатынас жаттығулары:** Тәрбиешілер мен жас мамандардың коммуникациялық дағдыларын жетілдіру мақсатында топтық жаттығулар ұйымдастырылды. Әр маман өз тәжірибесімен бөлісіп, басқалардан тәжірибе ала білді.

Сұрақ-жауап сессиясы

**Қатысушылар:** Жас мамандар мен тәлімгерлер.

**Сұрақтар мен жауаптар:**

**Сұрақ 1:** «Тәжірибе жетіспеушілігімен қалай күресуге болады?»

**Жауап:** Тәжірибе жетіспеушілігімен күресу үшін әріптестермен тәжірибе алмасу маңызды. Әрдайым сұрақтар қойып, көмекті қабылдауға дайын болу керек. Тәлімгердің кеңесі де үлкен көмек болады.

**Сұрақ 2:** «Қарым-қатынас мәселелерімен қалай күресуге болады?»

**Жауап:** Қарым-қатынас мәселелерін шешу үшін алдымен өзіңізді тыңдап, кейін ғана басқаларды тыңдауға тырысыңыз. Сіздің де, басқа адамдардың да пікірін құрметтеу маңызды.

**Сұрақ 3:** «Стресс кезінде қандай әдістерді қолдануға болады?»

**Жауап:** Стресс кезінде тыныс алу жаттығулары, релаксация техникалары, медитация және физикалық белсенділік өте тиімді. Күнделікті өмірге қосымша демалу уақытын енгізу де көмектеседі.

**6. Қорытынды бөлім**

**Қорытынды:** Жас мамандардың жұмыс барысында кездесетін қиындықтары көп, бірақ оларды жеңу үшін қажетті құралдар мен әдістер бар. Тәжірибе алмасу, қарым-қатынас дағдыларын дамыту, стресс пен уақытты басқару дағдыларын жетілдіру маңызды. Жас мамандарды қолдап, олардың кәсіби дамуына көмек көрсету үшін тәжірибе алмасуды және әр түрлі тренингтерді өткізу өте қажет.

**Ұсыныстар:**

1. Тұрақты түрде **тренингтер мен семинарлар** ұйымдастыру.
2. **Жас мамандарға психологиялық қолдау көрсету** үшін арнайы психологтар мен тәлімгерлерді тарту.
3. Тәрбиешілер мен жас мамандарға өз жұмыстарын ұйымдастыру мен тиімді басқару үшін **уақытты басқару курстарын** ұйымдастыру.
4. Қарым-қатынас дағдыларын дамыту үшін **практикалық тренингтер** мен **рөлдік ойындар** өткізу.

**Кеңес нәтижелері:**

Жас мамандардың кәсіби дамуындағы қиындықтар туралы толық ақпарат берілді. Тренинг барысында түрлі дағдыларды дамытуға арналған нақты жаттығулар мен әдістер көрсетілді.

Әр маман өз дағдыларын жақсарту және кәсіби дамуды қолдау үшін қажетті қадамдарды анықтап, келесі кезеңге дайын болды.

Бұл хаттама жас мамандардың жұмыс барысында кездесетін қиындықтарын шешуге бағытталған маңызды кеңестер мен тренинг нәтижелерін қамтиды.