

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

Методические рекомендации

**Психологический практикум
по подготовке к региональному этапу Всероссийского конкурса
«Педагог-психолог России»**

Севастополь
2021

Методические рекомендации «Психологический практикум по подготовке к региональному этапу Всероссийского конкурса «Педагог-психолог России» / Составитель: канд. психол. н. И.В. Ефимова. – Севастополь, ГАОУ ПО ИРО, 2021. – 14 с.

Рекомендовано к изданию решением Редакционно-издательского совета ГАОУ ПО ИРО (протокол № 6 от 21.01.2021).

Методические рекомендации адресованы педагогам-психологам образовательных учреждений для помощи в подготовке к конкурсным испытаниям регионального этапа Всероссийского конкурса «Педагог-психолог России» и могут быть полезны при подготовке к выполнению творческих заданий.

Методические рекомендации содержат практические упражнения и тренировочные задания, направленные на развитие творческих и профессиональных навыков и умений педагогов-психологов, в том числе навыков самопрезентации, самоанализа профессиональной деятельности, ассертивной модели поведения, коммуникации.

Содержание

1. Упражнения для подготовки к заочному этапу конкурса	3
2. Упражнения для подготовки к первому этапу конкурса	7
3. Упражнения для подготовки ко второму этапу конкурса	10
Литература.....	13

1. Упражнения для подготовки к заочному этапу конкурса

Для того чтобы педагог-психолог чувствовал себя уверенно на региональном этапе Всероссийского конкурса «Педагог-психолог России», ему необходима специальная подготовка. Чем лучше участник подготовит себя к выполнению конкурсных заданий, чем раньше начнет подготовку к участию в конкурсе, тем успешней будет результат. Предложенные упражнения помогут педагогам-психологам самостоятельно психологически подготовиться к конкурсу и сделать процесс подготовки интересным и запоминающимся.

Упражнение 1. «Ресурсы для творческой самопрезентации»

Цель: выявление личностных возможностей для творческого мышления и самопрезентации.

Порядок проведения упражнения

Ответьте письменно на следующие вопросы. По мере подготовки и участия в конкурсе расширяйте и добавляйте свой список.

1. Какие виды творчества Вам под силу? (Изобразительная деятельность, хореографическая, поэтическая, хоровая и т.д.)

2. Оцените по пятибалльной шкале уровень Ваших достижений в различных проявлениях творчества (которые Вы выписали в пункте 1).

3. Подумайте, как Вы можете использовать в самопрезентации те или иные проявления своих способностей (на каких этапах, сколько они будут занимать времени, оцените их уместность на каждом этапе).

4. Спрогнозируйте, какие неудачи могут быть при реализации данных творческих проявлений личности (например, можно чрезмерно увлечься и забыть о времени или презентация собственного творческого потенциала может стать самоцелью).

5. Проанализируйте свою личность и спросите у коллег и тех, кто Вас хорошо знает, что у Вас получается хорошо и какие бывают сложности при выступлении на публике (часто творческий потенциал реализуется на корпоративных мероприятиях, праздниках и т.п.; коллеги лучше Вас могут знать со стороны Ваши особенности).

Упражнение 2. «Самопрезентация – эвстресс или дистресс?»

Цель: мотивация на позитивное восприятие стрессовой ситуации самопрезентации, поиск ресурсов.

Порядок проведения упражнения

Часть I. Ответьте письменно на вопросы.

1. Любите ли Вы выступать перед аудиторией? Подумайте почему.

2. В каком зале, перед какими слушателями Вам бы хотелось выступить? Какие выступления Вам удаются лучше всего?

3. Чего, как Вам кажется, Вам не хватает для успешного публичного выступления?

4. Что Вы чувствуете перед любым выступлением, если узнаете о нем за день до выступления, за час?

5. Нужно ли кому-нибудь быть с Вами рядом во время выступления? Кто это может быть?

6. Что может сильно помешать Вашему выступлению? Можно ли эти факторы предотвратить?

7. Были ли в Вашем опыте выступления, которого Вы с нетерпением ждали?

Часть II. Воображаемое выступление.

Заготовленный тест выступления попробуйте проговорить про себя по памяти. Представьте, где будет стоять, что Вы будете делать, как будете интонировать те или иные фразы, как на это будет реагировать аудитория, что вызовет отклик публики в вашем выступлении. (Многие музыканты используют методику запоминания текста, предложенную польским пианистом И. Гофманом. Эта методика заключается в мысленном, беззвучном «проигрывании» сочинения, музыка звучит лишь в звуковых представлениях ученика-исполнителя. Если музыканту удастся таким способом проиграть все свое произведение, он, как правило, уже не боится забыть текст).

Резюме по результатам упражнений 1 и 2. Многогранность личности дает возможность для творческой самореализации, в том числе в рамках конкурса. При этом важна объективная и в то же время разноплановая оценка своих возможностей, своего творческого потенциала, ресурсов, умение понимать и ощущать «свою зону комфорта», осознавать виды восприятия трудностей и соответственно виды стресса, формировать для себя группу поддержки и сопровождения на конкурсе.

Упражнение 3. «Полимотивация к конкурсу – основа адаптации в конкурсе»

Цель: содействие осознанию разнообразных мотивов участия в конкурсе, применение психосинтеза для интеграции мотивов.

Порядок проведения упражнения. Закончите предложения (не менее 5 вариантов ответов на каждое незаконченное предложение):

1. Я участвую в конкурсе потому, что...
2. Я участвую в конкурсе для того, чтобы...
3. Если я не окажусь в числе победителей, то...
4. Если мне удастся победить (занять призовое место), то я...

Резюме по результатам упражнения 3. Полимотивированность – это ориентация на процесс участия в конкурс и на результат, это сочетание множества мотивов осуществления деятельности. Ориентация только на победу – это гипермотивация, которая по закону Йеркса-Додсона (Р. Йеркс

и Дж. Додсон) мешает достижению высокого результата. Экспериментально установлено, что существует определенный оптимальный уровень мотивации, при котором деятельность выполняется лучше всего (для данного человека, в конкретной ситуации). Если мотивация слишком сильна, увеличивается уровень активности и напряжения, вследствие чего в деятельности (и в поведении) наступают определенные разлады, то есть эффективность работы ухудшается. В таком случае высокий уровень мотивации вызывает нежелательные эмоциональные реакции (напряжение, волнение, стресс и т. п.), что приводит к ухудшению деятельности. В конкурсе одна из важнейших сторон – процессуальная; научитесь и настройтесь получать в ней удовлетворение и радость (участие для общения и поиска новых профессиональных контактов, для обобщения опыта работы, для подготовки к аттестации и т. д.).

Упражнение 4. «Что я делаю? Как я это делаю? Почему и для чего я это делаю?»

Цель: содействие осознанию модели собственной профессиональной деятельности.

Порядок проведения упражнения

Заполните таблицу

Что делаю? (направления деятельности педагога- психолога)	Зачем я это делаю? (почему и для чего)				
	Собственный интерес («мне нравится...»)	Заинтересованность администрации (в нашей образовательной организации - это важно...»)	Запрос из практики («Я с этим постоянно сталкиваюсь»)	Требования времени	Иное
Психологическое сопровождение учебной деятельности					
Психологическое сопровождение перехода на новый образовательный уровень и адаптации на новом этапе					

обучения					
Психологическое сопровождение деятельности по сохранению и укреплению здоровья обучающихся (воспитанников)					
Психологическое сопровождение воспитательной деятельности, развития личности обучающихся (воспитанников), их социализации					
Психологическое сопровождение профессионального самоопределения, предпрофильной подготовки и профильного обучения обучающихся (воспитанников)					

2. На основании заполненной таблицы составьте синквейн (нерифмованное стихотворение) о своей профессиональной деятельности. Способность резюмировать информацию, излагать сложные идеи, чувства и представления в нескольких словах важное умение для участия в конкурсе. Синквейн требует вдумчивой рефлексии, синтеза и обобщения понятий и информации. Слово «синквейн» пришло к нам из французского языка и переводится как «пять». Следовательно, синквейн – это стихотворение, состоящее из пяти строк.

Правила составления синквейна.

1 строка – одно слово, обычно существительное, отражающее главную идею;

2 строка – два слова, прилагательные, описывающие основную мысль;

3 строка – три слова, глаголы, описывающие действия в рамках темы;

4 строка – фраза из нескольких слов, выражающая отношение к теме;

5 строка – одно слово (ассоциация, синоним к теме, обычно существительное, допускается описательный оборот, эмоциональное отношение к теме).

Примеры синквейнов:

Документы.

Быстрый и общительный.

Сидеть, говорить, ходить.

Довольно просто.

Жизнь.

Конкурс.

Страшный, общительный, большой.

Редактировать, структурировать, систематизировать.

Это круто.

Так держать!

Ресурс.

Творческий, неповторимый.

Двигать, писать, мечтать.

Всегда приятно.

Поиск.

Резюме по результатам упражнения 4. Понимание модели собственной профессиональной деятельности в контексте работы психологической службы области и региона в целом помогает составлению индивидуальной траектории профессионального роста.

2. Упражнения для подготовки к первому этапу конкурса

Для подготовки и проведения мастер-класса используйте методические рекомендации, размещенные на сайте <http://www.sev-centr.ru/boxdata/26.html>.

В ходе подготовки к первому этапу конкурса можно использовать методы, описанные ниже.

Методы регуляции эмоционального состояния

«Зеркало». Используя волевое усилие, придаем своему телу и лицу выражение радости или спокойствия (при этом наше эмоциональное состояние изменяется в лучшую сторону).

□ Рационализация предстоящего события. Многократное представление события с высокой степенью детализации (негативные эмоции часто возникают в ситуации дефицита информации о чем-либо, мы искусственно заполняем данный информационный вакуум).

□ Позитивная ретроспекция. Необходимо вспомнить сложные жизненные ситуации, которые удалось успешно разрешить, почувствовать

это состояние, эмоции, мысленно перенести имеющийся в прошлом ресурс во внутреннюю «копилку» положительных эмоций.

□ «Воображаемый провал». Мысленно представьте возможную неудачу, давая нашему воображению возможность нарисовать самые мрачные картины будущего. Пережив эти пессимистичные образы, мы получаем энергию, которая уходила на «вытеснение» из сознания этой травмирующей информации.

Методы управления голосом и психологического освобождения от зажимов

Под дикцией понимается четкое, ясное и отчетливое произношение всех звуков родного языка с правильной их артикуляцией при четком и внятном произнесении слов и фраз. Четкое и ясное произнесение слов обеспечивается за счет правильной артикуляции каждого звука, прежде всего, умения в процессе речи свободно и достаточно широко открывать рот. При плохо открываемом рте звуки произносятся как бы сквозь зубы. Для развития подвижности мышц нижней челюсти, умения достаточно широко открывать рот в процессе речи используются специальные упражнения. Чтобы выработать хорошую дикцию, необходимо, прежде всего, укрепить мышцы языка, губ и нижней челюсти, наладить правильное речевое дыхание. Для этого используются специальные упражнения.

Упражнения для развития правильного речевого дыхания

1. Произведите короткий, спокойный вдох через нос, задержите на 2–3 секунды воздух в легких, затем произведите протяжный, плавный выдох через рот.

2. Сделайте короткий вдох при открытом рте и на плавном, протяжном выдохе произнесите один из гласных звуков (а, о, у, и, э, ы).

3. Произнесите плавно на одном выдохе несколько звуков: а-а-а-а-а, а-а-а-а-о-о-о-о-о-о.

4. Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки на одном выдохе. Обязательно соблюдайте установку, данную в первом упражнении:

Капля и камень точит.

Правой рукой строят – левой ломают.

Кто вчера солгал, тому завтра не поверят.

На скамеечке у дома целый день рыдала Тома.

Не плюй в колодец – пригодится воды напиться.

На дворе трава, на траве дрова: раз дрова, два дрова – не руби дрова на траве двора.

Как у горки на пригорке жили тридцать три Егорки: раз Егорка, два Егорка, три Егорка...

Голосовые упражнения.

«Стон». Вообразите, что у вас болит горло или голова, или просто ощущается усталость. Губы слегка сомкнуты, мышцы шеи, плеч, рук свободные. Вы на звуке [м] тихо стонете.

«Гудок». Слитно, как гудок, тяните гласный: у-у-у-у-у... «Гудок» негромкий, без напряжения, губы в положении «хоботка». К гласному [у] прибавьте гласный [о]: уоуоуоуоуоуоуо..., гласный [а]: уауауауауауа..., гласным [э]: уэуэуэуэуэуэ..., [и]: уиуиуиуиуиуи..., [ы]: уыуыуыуыуыуы...

Цель этого упражнения состоит в том, чтобы добиться единого качества звучания всех гласных [о, а, э, и, ы]. Для этого надо стараться оставлять губы все время (и при произнесении других гласных) в положении гласного [у] (ощутимы лишь легкие движения губ и языка).

Упражнения для подвижности органов артикуляции

Произнесите пословицы, поговорки, скороговорки, которые насыщены гласными звуками, требующими широкого раскрытия рта:

Мал, да удал.

Два сапога – пара.

Нашла коса на камень.

Знай край, да не падай.

Каков рыбак, такова и рыбка.

Под лежащий камень вода не течет.

У ужа ужата, у ежа ежата.

Упражнения в четкости произнесения согласных звуков в слогах

Прочитайте слоги:

па, по, пу, пы, пэ

пя, пё, пю, пи, пе

та, то, ту, ты, тэ

тя, тё, тю, ти, те

са, со, су, сы, сэ

ся, сё, сю, си, се

жа, жо, жу, жи, же

ап, оп, уп, ып, эп

ат, от, ут, ыт, эт

ас, ос, ус, ыс, эс

аш, ош, уш, ыш, эш

Рекомендации для самоанализа конкурсного задания в рамках реализации образовательных стандартов

Анализируется содержание конкурсного задания, его соответствие поставленным целям и задачам, адекватность выбранных форм и методов работы, достижение запланированных результатов. Анализируются наиболее удачные моменты занятия (достоинства), раскрываются ресурсные возможности и некоторые недостатки.

3. Упражнения для подготовки ко второму этапу конкурса

Современное общество характеризуется высокими требованиями к квалификации специалистов, в связи с чем появляется необходимость оценки деятельности специалиста в условиях реал-тайм с помощью кейсов. Кейс – это не только трудная проблемная ситуация, это еще и моделирование реальной ситуации консультации, в которой действия и реакции конкурсанта будут оценивать по ряду критериев. Кейсы могут включать задания, с которыми не приходилось сталкиваться в повседневной практической деятельности участника конкурса (это особенность именно кейсов), поэтому кейс считается одним из самых трудных отборочных этапов и предназначен для финалистов. Но и этот этап можно пройти успешно, зная некоторые правила:

□ Профессиональный подход: умение отделять общее от частного. В связи с ограничением времени работы (7 минут) кейс представляет собой только фрагмент консультации, поэтому необходимо сосредоточиться на главном – провести краткий анализ ситуации, выявить и сформулировать проблему и найти некоторые пути ее решения. Вас просят не решить проблему в ограниченное время (в реальности на решение может понадобиться несколько консультаций), а наметить тактические и стратегические пути ее решения.

□ Реальная ситуация важнее прошлого опыта. Важно не вспоминать похожие ситуации и известные пути их разрешения, а работать в режиме «здесь и теперь».

□ Активное слушание – эффективное взаимодействие. Для эффективности выявления проблемы и совместного с «клиентом» поиска решения полезно использовать технику активного слушания (перефразирование, отражение чувств, уточнение, резюмирование). Активное слушание дает обратную связь клиенту, что его действительно его слушали, Вам это позволит услышать информацию еще раз и уберечь от ответа на неправильный вопрос или неверной гипотезы.

□ Постоянное движение (динамика) важнее остановки. Во время консультации могут появиться какие-то неожиданности, случайности, шероховатости. Важно сохранить общий ход мыслей. Может случиться так, что в какой-то момент консультант испытывает затруднения, не знает, что дальше делать. Он перестает думать о последующих действиях и тем самым совершает новую ошибку. Здесь важно не растеряться, не превратить случайность в катастрофу. Особую важность приобретает развитие навыков перспективного мышления.

□ Оптимальное решение – профессиональный анализ. Важно как решение кейса, так и рефлексия происходящего. По окончании процесса взаимодействия нужно четко и доходчиво объяснить свою позицию, озвучить и прокомментировать характер проблемы, которую удалось выявить, и сформулировать, обосновать выбранные способы ее решения. Вы можете

работать с использованием разных техник и направлений в психологии, надо уметь доносить свой стиль и особенности консультативной работы до экспертов. Даже если не удалось решить кейс до конца, во время самоанализа Вы можете рассказать о своих возможных дальнейших действиях.

Правильное и положительное отношение к процедуре кейса. Полезно рассматривать вопросы, задаваемые членами комиссии, не как попытку проэкзаменовать конкурсанта, а как подсказки к анализу ситуации. Негативное отношение к оценке со стороны других и вопросам порождает неправильную мотивацию и настрой – страх и волнение, гнев, обиду. Кейс – это возможность проверить себя, узнать что-то новое, пусть и не самое приятное.

Успешное прохождение данного этапа зависит от следующих факторов:

- умение регулировать эмоциональное состояние, применять способы саморегуляции во время пребывания в стрессовой ситуации;
- знание особенностей восприятия в процессе общения, барьеров непонимания;
- владение умением выявить консультационную проблему, найти пути ее решения;
- соблюдение общей культуры (речь, манера поведения, внешний вид) и этических норм (тактичность, толерантность), умение учитывать регламент;
- реализация на практике составляющих коммуникативной компетентности (умение слушать, слышать, устанавливать контакт).

Упражнение 5. «Онлайн-стресс и экспресс-рекомендации»

Цель: содействие осознанию модели собственной профессиональной деятельности.

Порядок проведения упражнения

Выполните несколько прыжков или приседаний до учащения пульса (несколько похожее состояние бывает в момент выхода на сцену) и сразу после этого дайте краткие рекомендации. Ваши рекомендации должны быть практичны, научно обоснованы, учитывать возрастные особенности и не превышать 5–9 предложений. При возможности запишите свой ответ на электронное устройство. Выявленные ошибки затем должны устраняться тщательной тренировкой.

Темы и варианты для кратких психологических рекомендаций:

- Дайте психологические советы по адаптации первоклассника.
- Обоснуйте (для родителей) необходимость соблюдения режима дня для одаренного ребенка.
- Докажите, что Вы не можете сделать психологическую диагностику ребенка без его непосредственного присутствия.
- Помогите выпускнику школы преодолеть страх перед экзаменом.

□ Окажите помощь ребенку средней школы, по отношению к которому осуществляются различные виды психологического насилия со стороны одноклассников (различные формы буллинга).

□ Дайте советы, как справиться с компьютерной зависимостью.

Резюме по результатам упражнения 5. Подготовиться к решению кейсов можно только путем постоянной практики. Учитесь говорить кратко. Попробуйте провести консультацию с супервизором. Расскажите о консультации коллегам и попросите их дать обратную связь вашим действиям.

Упражнение 6. «Кейс под взглядом коллег»

Цель: приобретение навыков решения проблемных ситуаций в консультационной деятельности педагога-психолога в условиях наблюдения со стороны.

Порядок проведения упражнения

Для выполнения упражнения Вам потребуется минимум два помощника (один – для роли «клиента», другой – для супервизора). Попробуйте в течение 7 минут разрешить (разыграть) проблемные ситуации, описанные ниже. Проанализируйте свои удачные и проблемные зоны как консультанта. Сделайте выводы. Наметьте способы повышения уровня квалификации в консультационной деятельности.

Ситуация 1. На консультацию пришла мама ребенка. Сфера деятельности: домохозяйка. Проблемы с дочерью 12-ти лет. Единственный ребенок в семье. Девочка влюбилась в парня 17 лет, стала грубить, перестала учиться (до этого времени была отличницей). Девочка в беседе призналась маме, что у них любовь и они хотят пожениться. Встречаются 4 месяца. В последнее время молодой человек стал сильнее проявлять знаки внимания: дарит букеты роз, дорогие коробки конфет. Парень, с точки зрения мамы, «неблагополучный»: курит, пьет пиво, учится в училище, имеет физический дефект (бельмо на глазу). Мама находится в шоковом состоянии, не спит по ночам уже месяц, пришла к психологу с просьбой: «Помогите, я не хочу, чтобы он больше общался с моей дочерью, он ей не пара...»

Ситуация 2. На консультацию пришла мама ребенка. Мама находится в декретном отпуске по уходу за вторым ребенком (по специальности – продавец). Проблемы с дочерью 16-ти лет. Девочка практически месяц не ходит в школу (конец сентября), мотивируя это тем, что там нет друзей. Мама не может заставить ее ходить в школу (силу применять не хочет). В прошлом учебном году дочь сломала ногу и полгода была на домашнем режиме. В 9 класс девочку перевели учиться поближе к дому, в новую школу. Запрос мамы: «Помогите, она не ходит в школу, говорит, что и не будет ходить, ни с кем не общается, дома с ней мы ругаемся из-за этого...»

Ситуация 3. На первую консультацию пришел папа четвероклассника. Сфера деятельности: частный бизнес. Отец считает, что его сын неуверенный, не умеет за себя постоять как мужчина, занимается хоккеем, все время стоит в сторонке, не лидер. Отец готов к сотрудничеству с педагогом-психологом, на следующую консультацию договорились, что он придет вместе с сыном. На вторую консультацию приходит мама без сына, оказывается, она в разводе с папой, живет с другим мужчиной и сыном. Воспитанием сына занимается фактически теща (делает уроки, водит в школу, проводит выходные вместе с внуком). С точки зрения мамы, отец слишком груб с сыном, ребёнок от этого неуверен, у него плохие отметки в школе, хотя может учиться на 4 и 5. Мама и отец хотят помочь своему сыну, но не знают как.

Ситуация 4. На консультацию пришла мама ребенка. Сфера деятельности: секретарь. Проблемы с младшим сыном 8-ми лет. Он не такой, как старший. Старшему сыну 12 лет, учился и закончил начальную школу с отличием, спокойный, трудолюбивый, готовый прийти на помощь. Младшего отдали к той же учительнице, что и старшего (школа в сельском районе, выбрать другого педагога не было возможности). Педагог жалуется, что ребенок неуправляем, не слушает на уроках, хотя может соображать. Мама жалуется, что сын в школу ходить не хочет, перед школой одевается медленно, по дороге в школу может искать повод не пойти учиться (голова болит, что-то забыл дома). Сам ребенок считает, что у него хорошие отношения с учительницей, есть в классе друзья, но в школу он ходить не хочет. Что делать?

Ситуация 5. На консультацию пришла мама ребенка. Сфера деятельности: методист ДОУ. Проблемы с дочерью 10-ти лет. Дочь не может найти себе подруг и друзей ни в классе, ни в школе искусств, ни в лагере, ни во дворе. Учится на 4 и 5, весь день «расписан» по минутам, талантлива в изобразительной деятельности (учится в художественной школе, участвует в конкурсах), легко вступает со всеми в контакт, но не умеет этот контакт сохранять. Как научить ребенка общаться?

Литература

1. Ансимова, Н.П. Требования к содержанию и оформлению теоретических и методических разработок педагогов психологов службы практической психологии системы образования Ярославской области: методические рекомендации / Н.П. Ансимова, при участии и содействии И.В. Кузнецовой, О.В. Большаковой. - Ярославль: Центр «Ресурс» – 2007 – 32 с.

3. Ворожейкина, Т.Е. Как написать хорошее эссе // «Glamour». – 2011. - № 8. – С. 4–6.

2. Галактионова, Т.Г. От самопознания к самореализации: Персонал-технология образовательной деятельности. — СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1999. — 156 с.
3. Дашенцев, Д.А. Методическое сопровождение конкурсов профессионального мастерства [Электронный ресурс] // Педагогическое обозрение. — 2011. — № 3. — С. 19-20. - Режим доступа: http://centrgcro.nios.ru/DswMedia/po_111.pdf, свободный.
4. Дубровская, В.А. Влияние конкурсов педагогического мастерства на развитие профессионализма педагогов: дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.01 / Дубровская В.А. — Кемерово, 2007. — 192 с.
5. Дубровская, В.А. Критерии и показатели формирования профессиональной успешности педагога-конкурсанта // Дополнительное профессиональное образование: достижения, проблемы, тенденции: материалы Всероссийской научно-практической конференции, Кемерово, 23–24 ноября 2005 г.: в 2х ч. Ч. 1. — Кемерово: ГОУ «КРИПО», 2005. — С. 127–129.
6. Дубцова, Ю.Ю. Профессиональные конкурсы как ресурс развития образования [Электронный ресурс] // Педагогическое обозрение. — 2011. — №3. — С. 8–9. - Режим доступа: http://centr-gcro.nios.ru/DswMedia/po_111.pdf2, свободный.
7. Загашев, И.О. Умение задавать вопросы // Перемена. — 2001. — № 4. — С. 12–13.
8. Зырянова, Е., Бекреева, И. Проверка на профессионализм [Электронный ресурс]: психологическое сопровождение участников конкурса "Учитель года" // Школьный психолог. Приложение к газете "Первое сентября". - 2009. февр. (№ 3). - С. 14-15.- Режим доступа: http://psy.1september.ru/view_article.php?ID=200900311, свободный.
9. Кайгородцев, И.Л., Кайгородцева, М.В. Участие педагогических работников в конкурсном движении: управленческий аспект [Электронный ресурс] // Педагогическое обозрение. — 2011. — №3. — С. 6–7. - Режим доступа: http://centr-gcro.nios.ru/DswMedia/po_111.pdf2
10. Кашапов, М.М. Психология педагогического мышления. Монография. — СПб.:Алетейя, 2000. — 463 с.
11. Ксенчук, Е.В., Киянова, М.К. Технология успеха. — М.: «Дело ЛТД», 1993. — 192 с.
12. Самута, С.А. Конкурс профессионального мастерства — средство развития кадрового потенциала // Актуальные вопросы методической поддержки работников образования Ярославской области: сборник статей / под ред. С.И. Курициной. — Ярославль: ИРО, 2005. — С. 19–20.
13. Титеева, Т. Гранты и конкурсы в жизни учителя: искусство побеждать // Директор школы. — 2010. — №4. — С. 55–60.
14. Хартли, М. Как превратить стресс из врага в союзника. — Киев: «София», 1997. — 144 с.