

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение

«Пермский краевой колледж «Оникс»

**Методическое пособие по формированию  
имиджа педагога**

Разработчики:

Березин Даниил Александрович

Бакина Галина Михайловна

## Содержание

<b>ИМИДЖ И ЕГО СОСТАВЛЯЮЩИЕ .....</b>	<b>3</b>
Понятие имиджа .....	4
Практические задания .....	7
<b>ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РЕЧЬ КАК ЧАСТЬ ИМИДЖА .....</b>	<b>4</b>
Культура речи .....	11
Практические задания .....	15
Этикет .....	21
Практические задания .....	24
<b>ВНЕШНИЙ ВИД ПЕДАГОГА КАК ОСНОВА ИМИДЖА .....</b>	<b>26</b>
Влияние внешнего вида педагога на работу с учащимися .....	27
Составляющие внешнего вида педагога .....	29
Практические задания .....	30
Влияние цвета одежды на восприятие педагога окружающими людьми ..	33
Практические задания .....	37
Как правильно подобрать и комбинировать стили одежды педагогу .....	39
Практические задания .....	43

# Имидж и его составляющие

## Понятие имиджа

Понятие «имидж» в научную литературу ввели Зигмунд Фрейд и Кеннет Болдуинг. Фрейд популяризировал это понятие, выведя его из сферы научной психологии, так как издавал журнал с одноименным названием.

В России это понятие стало широко использоваться в 90-е годы XX века, когда появился спрос на профессиональное формирование имиджа государственных деятелей, актеров, спортсменов.

«Имидж» переводится как «изображение, подобие, мысленный образ, представление, символ». Этот перевод отражает одно из значений термина, а именно: «имидж» как внешне наблюдаемый образ. Однако, в настоящее время этот термин чаще используют в значении: образ — представление — репутация; что подтверждается анализом литературы.



Справочные издания трактуют понятие «имидж» как «целенаправленно формируемый образ»; как «сложившийся в массовом сознании и имеющий характер стереотипа эмоционально окрашенный образ»; как «набор определенных компонентов, которые люди ассоциируют с определенной индивидуальностью»:

**1.Этичные компоненты** (порядочность, надёжность);

**2.Компоненты влияния** (умение убеждать, воздействовать на поведение);

**3.Культурные компоненты** (знание этикета, вежливость, достоинство, такт, уверенность в себе);

**4.Внешний вид** (манера держаться, выражение лица, причёска, одежда и обувь, осанка и походка);

**5.Профессиональные компоненты** (компетентность в своей области, коммуникативная компетентность).

Итак, имидж состоит из множества компонентов. Первое впечатление создают одежда, голос, опрятность, рукопожатие, визуальный контакт и осанка. То, насколько умело демонстрируется каждый из этих факторов, оказывает глубокое влияние на других, так как создание имиджа направлено непосредственно на восприятие нас другими людьми. Положительное первое впечатление делает общение с людьми значительно более простым и комфортным. Отрицательное первое впечатление может прервать взаимоотношения еще до того, как они начались.

### ***Формирование имиджа дает возможность:***

- **создать желаемый образ себя.** Это глубинно-личностный вопрос, поэтому вашим имиджем должны заниматься люди, имеющие психологическое образование и практику;

- **понять особенности целевой аудитории вашего имиджа.** Это позволяет достигнуть взаимопонимания с интересующими людьми и найти ключ к их расположению, что особенно полезно при устройстве на работу, смене рода деятельности, карьерном росте, поиске спутника или спутницы жизни, расширении социальных контактов;

- **обучиться механизмам достижения желаемого образа.** Важно получить грамотные рекомендации специалистов по моделированию текущего (актуального) имиджа;

- **ощутить свою целостность.** Формирование имиджа затрагивает весь

стиль жизни человека. Каждый выбор человека должен отражать его сущность. По этим предпочтениям и складывается впечатление о человеке у окружающих, а также его внутреннее ощущение собственной целостности;

- **достичь взаимопонимания.** Мы не просто находим ключ к возникновению симпатии к нам у окружающих, но мы выбираем тех людей, чья симпатия нам интересна;



- осознать свои сильные стороны и научиться умело демонстрировать их;
- овладеть своей мимикой, жестами, голосом и речью;
- улучшить и гармонизировать свой внешний вид, найти свой индивидуальный стиль;
- отточить свои манеры поведения и мастерство коммуникации.

*Имидж* — понятие многогранное. С одной стороны, это результат жизнедеятельности человека, с другой имидж можно рассматривать как средство управления жизненной перспективой. *Имидж* — явление целостное, включающее в себя и внешний, и внутренний (профессиональные, личностные и нравственные качества) образ.

## Вопросы:

1. В КАКИЕ ГОДЫ В РОССИИ ПОЯВИЛОСЬ ПОНЯТИЕ ИМИДЖ?  
ПОЧЕМУ ОНО СТАЛО АКТУАЛЬНО?
2. КАК ПЕРЕВОДИТСЯ СЛОВО «ИМИДЖ»?
3. С ЧЕМ АССОЦИИРУЮТ ИМИДЖ ЧЕЛОВЕКА?
4. КАКИЕ КОМПОНЕНТЫ ВХОДЯТ В ПОНЯТИЕ ИМИДЖ?
5. ЧТО ДАЕТ ЧЕТКОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ИМИДЖА?

# Практические задания

## Упражнение 1

### «Пословицы и поговорки»

#### Задание

Вам предлагается из списка пословиц и поговорок выделить те, в которых речь идет о воздействии имиджа на окружающих.

1. *«По платью встречают, по уму провожают».*
2. *«Кудри завивай, да про дело не забывай»,*
3. *«Красивый вид человека не портит»,*
4. *«Наряди пня – и пень дороже будет»,*
5. *«По одежде судят о положении человека»,*
6. *«По платью видят, кто таков идет»,*
7. *«Лучшие меньше, чем большие»,*
8. *«Лучшие без, чем неумело» и другие.*

Поясните ответы. Можно приводить примеры из собственной жизни о роли имиджа.

## Упражнение 2

### «Имидж делового человека»

#### Задание

Составьте имидж делового человека (учителя, социального педагога, психолога).

Подготовьте публичное выступление. С работой можно выступить перед студентами, коллегами и т.п; это может быть коллаж, стихотворение, песня и т.п.

### Упражнение 3

#### «Кто они?»

##### Задание

Вам предлагаются фотографии. Ваша задача рассмотреть их, проанализировать и понять, чем занимаются эти люди. После того как вы проанализировали фотографии, подумайте на какие ключевые моменты вы опирались, что являлось неотъемлемой частью имиджа этих людей?



### Упражнение 4

#### «Педагог, а какой он?»

##### Задание

Составьте устный портрет современного педагога на 1-2 минуты. Какие качества личности у него должны быть, как он должен выглядеть и т.п. Проанализируйте свой рассказ, присущи ли вам данные качества? На сколько важно вам соответствовать этому портрету и почему? Обоснуйте свой ответ.



# Педагогическая речь как часть имиджа

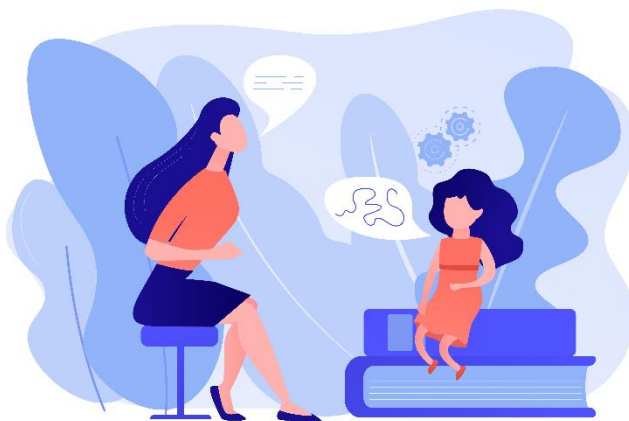
**Педагогическая речь как часть имиджа** — это неотъемлемая часть общей профессионально-педагогической культуры современного педагога.

С помощью речи педагог передаёт определённую информацию, развивает и обогащает интеллект учащихся, побуждает учеников к деятельности на основе полученных знаний, управляет вниманием учащихся, образует мир их представлений и понятий.

Некоторые требования к педагогической речи как части имиджа:

- **Грамотность.** Отсутствие ошибок, «слов-паразитов», умение изъясняться кратко, когда ситуация не требует детального уточнения.

- **Эмоциональная выразительность.** Насыщенность чувствами произносимых слов и речи в целом. Эмоционально окрашенные отдельные слова или произносимые с особой интонацией фразы делают речь педагога «живой», акцентируют внимание на наиболее важных моментах.



- **Лексическая выразительность.** Использование точных, ярких, нестандартных, образных слов и словесных оборотов, а также синонимов, омонимов и терминов.

- **Фонетическая выразительность.** Умение педагога владеть хорошим и грамотным произношением, ритмикой, темпом и громкостью.

- **Также в речи важны и невербальные средства:** адекватная жестикуляция и приемлемая мимика.

## Культура речи

Культура любого человека проявляется во всем, но прежде всего в том, как он общается, как говорит, слушает, как он мыслит и из каких побуждений он действует. Поскольку все это отражается в первую очередь в речи, именно умение общаться принято оценивать как культуру речи в широком смысле. Иначе говоря, культура речи представляет собой культуру речевой деятельности в целом, и, следовательно, культура речи характеризует все ситуации общения, распространяется на все виды речевой деятельности, на вербальную и невербальную составляющие речи, на все стили и жанры речи, отражает систему ценностей личности.



### Культура речи в современном

**понимании** — это область лингвистики, которая изучает осознанную речевую деятельность по созданию целенаправленной и целесообразной этически корректной речи в заданных или смоделированных условиях

общения. Она характеризует образованность (ширину и глубину знаний), воспитанность, интеллигентность (умение четко выразить свою мысль, внимательно выслушать, сделать правильное встречное движение, с достоинством и в соответствии с обстановкой себя держать).

Для педагога высокий уровень культуры речи особенно важен, поскольку, с одной стороны он всегда должен представлять собой такую личность, которая интересна ученикам, у которой есть чему учиться, а с другой стороны, обучение во многом строится на том, что учащиеся воспринимают и перенимают у педагога не только знания, но и его отношение к миру, способы действий, вплоть до конкретных речевых оборотов и «любимых» словечек.

**Культура** — «это выражение человеческих отношений в предметах, поступках, словах, которым люди придают значение, смысл, ценность».

**Общение** — это процесс непосредственных взаимоотношений, обращения людей друг к другу, основанный на разумном понимании и намеренной передаче знаний, мыслей и переживаний в соответствии с социальными нормами и условиями осуществляемой деятельности.

Педагогическое общение несет в себе более глубокую функцию, нежели просто контакты между людьми. Профессиональная культура общения педагога — социально значимый показатель его способностей, умения осуществлять свои взаимоотношения с другими людьми, понимать, передавать содержание мыслей, чувств, стремлений в процессе решения поставленных педагогической деятельностью задач. Чем шире творческий диапазон применяемых педагогом приемов и средств общения, тем более высок уровень его культуры.

---

*Культура речи занимает важнейшее место в работе педагога. Ведь слово — это не только средство общения и искусство управлять людьми. Это еще и отражение внутренней культуры и духовного богатства.*

---

Именно при помощи речи педагог сообщает нужную информацию, развивает и расширяет горизонты интеллекта учащихся, побуждает учеников к деятельности, управляет вниманием, образует мир представлений и понятий.

**Искусство красноречия** — это искусство «глаголом жечь сердца людей». Выразительность языка — понятие вполне определенное. Он может быть серым, тусклым и ярким, великолепным; сухим и сочным; бедным, ограниченным и богатым; монотонным и эмоциональным. Эти полярные качества проявляются в зависимости от степени овладения речевой культурой.

**Речевые огрехи педагогов** — явление не столь редкое и не столь безобидное, как кажется на первый взгляд. Произносительные, грамматические и

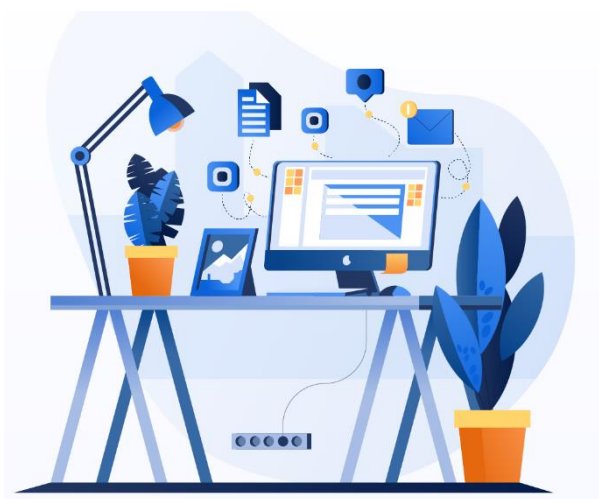
стилистические погрешности в языке учителей школ и вузовских преподавателей. Правильное произношение и ударение, выбор грамматических конструкций, сочетаемость и правильное употребление слов и выражений — суть неотъемлемые качества культуры речевой культуры педагога.

**Умение держаться перед аудиторией** — одно из составляемых ораторского мастерства. Слова и действия едины. У педагога действие выражается мыслью и жестом, позой, мимикой. И жест, и мимика всегда подкрепляют мысль, наглядно ее демонстрируют, проясняют подтекст сказанного. Слова, не подтвержденные жестами, лишаются главного — своей страстности и искренности. Жест сообщает то, что находится между строк и делает общение более полным и ярким.

**Педагогический такт** — это характерная профессиональная особенность педагога. В любой профессии есть нечто особенное, что отличает ее от других профессий. В педагогической деятельности такт определяется не только способностью избежать конфликта, но и умением, если нужно, пойти на этот конфликт, правильно разрешить любое возникшее противоречие.

**Главный признак педагогического такта** — нахождение меры в отношениях педагога и учащихся в процессе общения.

**Богатство речи** — качество, которое свидетельствует об определенном уровне речевого мастерства. Условие успешного общения в разных ситуациях и потому одно из важнейших ее достоинств.



**Точность речи** — это показатель речевого мастерства. Необходимое условие ее адекватного и полного понимания, а значит, и эффективности речевого общения в целом.

**Логичность речи** — это качество речи, которое должно быть ей присуще обязательно, а если логичность соблюдена во всем, то она становится одним из важнейших достоинств речи.

Культура речи педагога представляет собой культуру его речевой деятельности в целом, которая оценивается главным образом с позиций ее соответствия этическим и коммуникативным нормам, реализуемым через более частные речевые и языковые нормы.

(Синаторов, А. Л. Культура речевой деятельности педагога //Молодой ученый, 2018. — С. 110-112.)

## Практические задания

### Базовый комплекс артикуляционной гимнастики.

**№1 ЗАБОРЧИК**



Улыбнуться (зубы сомкнуты и видны), удерживать губы в таком положении.

**№2 ЛОПАТОЧКА**



Открыть рот, положить широкий расслабленный язык на нижнюю губу, занести «лопатку» в рот, стараясь не напрягать язык.

**№3 ЧАШЕЧКА**



Открыть рот, широкий расслабленный язык поднять к верхней губе. Прогнуть среднюю часть языка, загнув кверху боковые края.

**№4 ЛОШАДКА**



Присасывать язык к нёбу, растягивая подъязычную связку. Щёлкать языком медленно и сильно. Нижняя челюсть должна быть неподвижна!

**№5 ГРИБОК**



Улыбнуться (зубы видны). Приоткрыть рот. Присосать широкий язык всей плоскостью к нёбу и открыть рот.

**№6 ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ**



Рот приоткрыть, широким языком облизывать верхнюю губу, делая движения сверху вниз. Нижняя челюсть неподвижна!

**№7 КАЧЕЛИ**



Рот открыть, как при произношении звука «А», языком тянуться попеременно то к носу, то к подбородку



## Упражнение 1

### «Дыхание»

*На Востоке считается, что дыхание нижней частью живота является наиболее эффективным дыхательным упражнением. И ввести в свой дневной рацион минут десять такого дыхания будет очень полезно. Дыхательные упражнения можно выполнять и сидя за компьютером, и стоя. Дыхание животом идеально для расслабления.*

### Задание:

1. Вот один из самых простых методов снятия напряжения – сделать несколько глубоких вдохов и выдохов (вдох носом, выдох ртом).

Вдох-живот надувается

Выдох - сжимается

*Усложнить задание можно «Ладощками». Делать короткий, шумный, активный вдох носом и одновременно сжимать ладощки в кулачки (хватательное движение). Руки неподвижны, сжимаются только ладощки. Сразу же после активного вдоха выдох уходит свободно и легко через нос или через рот. В это время кулачки разжимаем. Таких упражнений в общей сложности нужно выполнить 24 раза по 4 коротких шумных вдоха-выдоха, между ними пауза 3-5 сек*

2. Как считают специалисты, вибрации, возникающие при активном произнесении (пении) звука «О», способствуют массажу сердца. А звук «И» снимает невроз, уменьшает чувство страха. Проверьте это на собственном опыте – в том случае, когда у вас ноет сердце или же, вы испытываете чувство страха.



## Упражнение 2

### «Буквы алфавита»

#### *Задание:*

Выберите наугад любую букву. В течение пяти минут придумайте предложение, все слова которого начинаются с этой буквы. Например, «Проккоп, Пётр, Прохор пошли путём простым».

## Упражнение 3

### «Скороговорки»

Для отработки четкости и ясности произнесения согласных звуков и слов полезно использовать скороговорки, которые построены на сочетании согласных звуков, трудных для произношения.

#### *Задание:*

1. Скороговорку нужно прочитать в замедленном темпе
2. Скороговорку нужно прочитать в среднем темпе
3. Скороговорку нужно прочитать в быстром темпе

*Вы будете постепенно ускорять темп, но следите за тем, чтобы четкость и ясность произнесения не снижалась.*

- 1) Прохор и Пахом ехали верхом
- 2) Галка села на палку, палка ударила галку
- 3) Водовоз вез воду из водопровода.
- 4) Мамаша Ромаше дала сыворотку из-под простокваши.

Каждое упражнение отрабатывается до тех пор, пока оно не будет выполняться легко и свободно, без особого напряжения.

## Упражнение 4

### Задание

Вам предлагаются пары слов. В каждой паре толь один вариант правильный (1 или 2). Нужно выбрать правильный ответ и отметить его в соответствующей графе.

### Опросный лист 1

- |                                 |  |
|---------------------------------|--|
| 1. асиммЕтрия – асимметрИя      | 16. никчЕмный – никчЁмный              |
| 2. бАнты – бантЫ                | 17. обеспЕчение – обеспечЕние          |
| 3. вклЮчит – включИт            | 18. обОдрить – ободрИть                |
| 4. газопрОвод – газопровОд      | 20. осУжденный – осуждЁнный            |
| 5. диспАнсер – диспансЕр        | 21. плЕсневеть – плесневЕть            |
| 6. ломОта – ломотА              | 22. полигрАфия – полиграфИя            |
| 7. дремОта - дремотА            | 23. пОнял – понЯл                      |
| 8. зАдать – задАть              | 24. премИровать – премировАть          |
| 9. зАнять – занЯть              | 25. принУдить – принудИть              |
| 10. звОнит – звонИт             | 26. слИвовый – сливОвый                |
| 11. катАлог – каталОг           | 27. тУфля – туфлЯ                      |
| 12. красИвее – красивЕе         | 28. углУбленное изучение – углублЁнное |
| 13. кУхонный – кухОнный         | 29. хАос – хаОс                        |
| 14. меньшИнства – меньшинства   |  |
| 15. мусоропрОвод – мусоропровОд |  |

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>

Шкала оценки уровня культуры речи педагога:

0 – 2 ошибки – *высокий уровень культуры речи;*

3 – 6 ошибок – *удовлетворительный;*

7 – 10 ошибок – *низкий;*

Говорите правильно!

# Опросный лист (ключ)

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<i>2</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>
<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
<i>2</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>1</i>

## Этикет

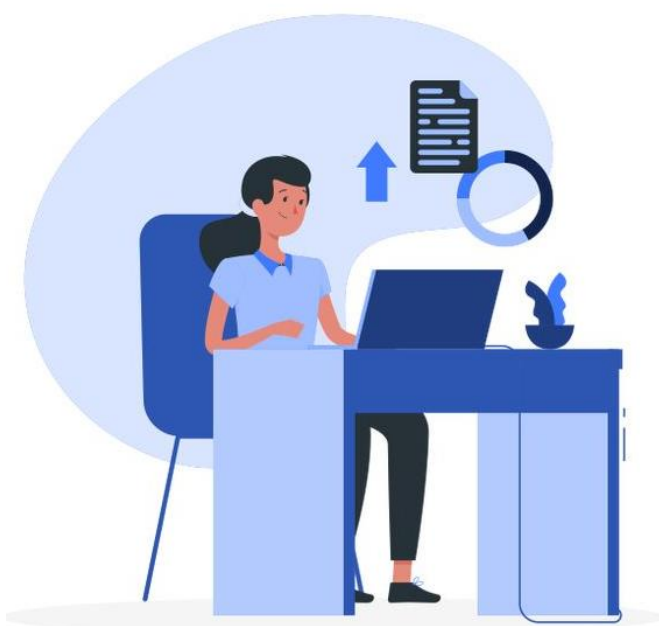
**Слово «этикет»** – французского происхождения и в переводе означает ярлык, церемония. В современном русском языке под этикетом понимается установленный порядок поведения, формы обхождения в каком-либо обществе, в тех или иных его звеньях.

Это касается честности, верности слову, правдивости, уважения к старости, общественным заслугам, гостеприимства, взаимоотношений детей и взрослых.

***Возникает вопрос: может ли быть особый педагогический этикет?***

Положительно можно ответить методом аналогии. Никто, очевидно, не подвергает сомнению то, что существует особый дипломатический этикет, особый военный этикет. Как тот, так и другой вытекает из необходимости особого регулирования правил поведения, взаимоотношений в специфической профессиональной деятельности.

В педагогической деятельности порядок поведения, формы обхождения педагога со своими коллегами, обучающимися и их родителями имеют огромное значение для укрепления авторитета педагога, а следовательно, для решения стоящих перед образовательным учреждением задач. *Важность усвоения педагогом техники поведения обусловлена спецификой профессиональной педагогической деятельности, заключающейся в том, что обучающиеся в силу возрастных особенностей склонны к подражательности. Они копируют манеры, прическу и даже походку педагога. Первое впечатление,*



которое производит преподаватель на обучающихся, нередко надолго определяет их отношение к нему.

Вместе с тем А.С. Макаренко подчеркивал, что лишь тогда тактичность и этичность преподавателя способствует формированию нравственных убеждений



детей, когда она не показная, а соответствует его внутренней культуре.

В манерах преподавателя проявляется его внутренняя культура и внешняя эстетическая ее выразительность. В связи с этим они имеют большое значение, ибо

выступают как яркая демонстрация преподавателем тех требований, которые он, предъявляет к культуре поведения обучающихся. Если требования или советы не согласуются с его собственным поведением, обучающиеся их не воспринимают.

Педагогическая этика рассматривает хорошие манеры как форму выражения простоты и скромности человека, тактичного и чуткого отношения к людям, его умения держать под контролем свои поступки и действия, управлять своими эмоциями.

Есть педагоги, обладающие сильным, громким голосом. Но на занятиях они говорят спокойным, приглушенным тоном. Если им надо подчеркнуть свое требование, они не повышают, а понижают голос. Повышенная интонация речи педагога будоражит и утомляет учащихся, вызывает у них ответную реакцию. В классе в такой обстановке сначала начинается легкий разговор, который не слышен за громким голосом педагога. Затем из тихого и локального разговор превращается во всеобщий, и преподавателю приходится еще больше повышать свой голос, чтобы успокоить класс. Но он, как правило, желаемого криком не достигает, так как крик есть скорее признак слабости, а не силы преподавателя. Чаще всего прибегают к крику, как к способу наведения порядка в классе те преподаватели, которые забывают, что уважающий себя человек не будет бросать зерна в неподготовленную

почву, а уважающий себя преподаватель не будет говорить в говорящий класс, не станет давать сведения той аудитории, которая его не приготовилась слушать.

---

*Порядочный и справедливый человек доказывает свою правоту убедительными доводами, невоспитанный – криком. Об этом преподаватель не только должен знать сам, но и обучать этому детей. Говоря об интонации речи преподавателя, необходимо напомнить, что спокойная интонация отнюдь не значит невыразительная. Выразительность интонации речи преподавателя – важное условие его влияния на обучающихся.*

---

Каким же с точки зрения педагогической этики должен быть тон преподавателя? Само собой разумеется, что он не должен быть однотипным, одинаковым на все случаи жизни. Но он, должен быть таким, чтобы сам тон воспитывал обучающихся, был образцом педагогического этикета. А.С. Макаренко придавал этому элементу педагогического этикета огромное значение и советовал преподавателям тренировать тон речи.

Воспитание имеет значение даже в том случае, когда на вас никто не смотрит. И это не мистика. Здесь имеет большое значение еще одно обстоятельство. Настоящий преподаватель – всегда советчик для обучающегося. Дети легче воспринимают мир наших чувств, чем суждений. Они легко различают под маской напускной доброжелательности игру в нее. Вместе с тем нередки случаи, когда под панцирем эмоциональной невыразительности, невозмутимого спокойствия обучающиеся угадывают доброе и отзывчивое отношение преподавателя к их сиюминутным нуждам и запросам. Вот в этой ситуации может помочь этическая технология.

(Зоютнева Е.И., Лобейко Ю.А., Катилевская А.К. педагогический этикет в контексте образовательной деятельности //cyberleninka.ru, 2023 – С. 1559-164.)

## Практические задания

### Упражнение 1

#### *Задание*

Придумать комплимент, соответствующий личностным качествам собеседника. Для выполнения задания выбери себе партнера коллега, одноклассник и т.п. Обмен комплиментами будет происходить в форме диалога. Нужно не только получить комплимент, но и обязательно его вернуть.

*Например:*

- Наташа, ты такой отзывчивый человек!
- Да, это так! А еще, я добрая!
- А у тебя Оля, такие красивые глаза!

Комплимент принимается в определенной форме: да, это так! А еще я... (добавляется положительное качество) и комплимент возвращается к говорящему.

---

#### *Анализ упражнения:*

---

1. С какими трудностями вы столкнулись при выполнении данного упражнения?
2. Были ли приятные моменты в упражнении, какие?

### Упражнение 2

#### **«Яблоко и червячок»**

#### *Задание*

Сядьте удобно, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы – яблоко. Спелое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке.



Все любят вас, восхищаются. Вдруг откуда не возьмись, подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!» Что бы вы ответили червяку?

---

*Анализ упражнения:*

---

Откройте глаза и запишите свой ответ на листок проанализируйте его. На сколько тактично вы смогли ответить? Отметьте слабые и сильные стороны.

### Упражнение 3

#### «Свои правила»

#### *Задание*

Уважаемый педагог, мы узнали, что такое педагогическая этика. Я предлагаю, немного подумать и составить такие правила педагогического общения, которые бы отражали взаимодействие с воспитанниками, родителями, коллегами и администрацией.

---

*Анализ упражнения:*

---

- Что Вы чувствовали, выполняя упражнение?
- Что вызвало наибольшие затруднения?
- Считаете ли Вы, что правила в общении лишний фактор?

# Внешний вид педагога как основа имиджа

## ***Влияние внешнего вида педагога на работу с учащимися.***

Во все эпохи развития нашей цивилизации профессия учителя является одной из самых авторитетных и уважаемых профессий в обществе. От педагога зависит будущее страны, личности миллионов детей, которые формируют будущее поколение и благополучие нашей страны. Именно поэтому профессия учителя является одной из самых почетных профессий, но вместе с этим одной из самых ответственных. Для достижения уважения и авторитета педагогу необходимо обладать большим количеством умений и навыков и соответствовать большому ряду требований.

Одним из важнейших требований является культура педагога: политическая, экологическая, культура общения и этикетная культура в одежде. Все мы знаем известное высказывание «Встречают по одежке, провожают по уму». Одной из самых первых составляющих, по которой у учеников складывается мнение - это внешний вид учителя. В образовательном процессе это играет немаловажную роль как средство педагогического воздействия на формирование познавательного интереса ученика.



Во время первых минут знакомства с преподавателем, ученик, в первую очередь, обращает свое внимание на его одежду, аксессуары, причёску и макияж- всё это должно быть подчинено решению педагогической задачи - эффективному воздействию на формирование личности ученика, стимулированию познавательной деятельности к предмету. И учителя, и

ученики, и их родители знают о сложившихся с давних времен требованиях к внешнему виду педагога: одежда делового стиля: классический стильный деловой костюм, который подчеркивает профессиональные, личные качества педагога и официальность его отношений с учениками. Состояние открытых частей тела, в том числе ногтей, должно иметь чистый и ухоженный вид и соответствовать элементарным санитарно-гигиеническим требованиям. Использование косметики и аксессуаров должно носить умеренный не вызывающий характер. Волосы должны быть подстрижены и причесаны. Лицо мужчины должно быть выбрито, либо иметь подстриженную ухоженную бороду и(или) усы.

Школьники всегда будут обращать внимание на стиль педагога, его имидж, манеру поведения не только в стенах образовательного учреждения, но и в обществе вне школы, из чего и складывается общий авторитет педагога. Школьники, особенно подростки, не упустят любые небрежности в костюме учителя: оторванная пуговица, не почищенная обувь, непричёсанные волосы и прочее, что неизбежно и стремительно снижают его авторитет. В том случае, когда учитель не следит за собой, в классе нарушается дисциплина, с его приходом в класс слышатся нелестные отзывы, перешептывания, смех. Но такая же ситуация может случиться и при чрезмерном внимании к своему стилю со стороны учителя: яркий макияж, короткая юбка, распущенные волосы, яркий маникюр, высокие каблуки – все, что мешает качественному проведению образовательного процесса.

Внешний вид педагога является значительным фактором, влияющим на образовательный процесс, на авторитет педагога и его место в коллективе. Но внешность только в том случае является фактором, переделывающим авторитет учителя, когда она свойственна ему наряду с другими положительными качествами его как учителя.

Внешний вид педагога может создать рабочее или нерабочее настроение на уроке, способствовать или препятствовать взаимопониманию, облегчая или затрудняя педагогическое общение. Культура внешнего вида, удачное

цветовое решение одежды педагога - средство, благотворно влияющее на эмоциональное состояние ученика, на развитие у него эстетической культуры, эстетического вкуса, побуждающего к активной познавательной деятельности в учебном и воспитательном процессе.

### ***Составляющие внешнего вида педагога:***

- **Опрятность и чистота.** Аккуратная причёска, ухоженные руки, выглаженная одежда без пятен и заломов.
- **Деловой стиль.** Классические брюки или юбка длиной до колена или чуть ниже, рубашка, блузка или водолазка неярких тонов, пиджак, жакет или кардиган, подчёркивающие официальность образа.
- **Умеренность в деталях.** Естественный макияж, минимум украшений, предпочтительно неброские и элегантные.
- **Комфорт и практичность.** Удобная обувь на низком или среднем каблуке, закрытые ткани, функциональные аксессуары (часы, очки при необходимости), портфель или сумка для документов.
- **Соответствие сезону и погоде.** Для лета — лёгкие, дышащие ткани, светлые оттенки, возможны короткие рукава. Для зимы — тёплые, но элегантные вещи, многослойность, допустимы свитера и джемперы под пиджак.
- **Цветовая гамма.** Базовые цвета: чёрный, тёмно-синий, серый, бежевый. Акценты — приглушённые оттенки бордового, зелёного, фиолетового. Принты — сдержанные, мелкие, не отвлекающие внимание.
- **Гигиена и здоровье.** Свежее дыхание, ухоженные зубы, здоровый вид.
- **Осанка и язык тела.** Прямая спина создаёт образ уверенного в себе профессионала, открытые жесты способствуют установлению доверительных отношений, доброжелательное выражение лица формирует позитивную атмосферу в классе.

## ***Практические задания***

### **Упражнение 1**

#### **«Анализ собственного стиля»**

##### **Задание**

1. Подумайте над своим обычным стилем одежды, который вы носите на работе.
2. Опишите три основных элемента вашего гардероба (например, пиджак, рубашка, юбка).
3. Оцените, какие ассоциации и эмоции эти элементы могут вызывать у учащихся. Например:
  - Пиджак: строгость, авторитет.
  - Светлая рубашка: доступность, легкость общения.
4. Напишите, какие изменения вы могли бы внести, чтобы улучшить восприятие вашего образа (если нужно).
5. Сделайте коллаж из фотографий одежды, которую вы планируете носить в будущем, учитывая ваши выводы.

### **Упражнение 2**

#### **«Создание образа учителя»**

##### **Задание**

1. Выберите любой предмет школьной программы (математика, литература, биология и т.д.).
2. Создайте два различных образа учителя, преподающего этот предмет:
  - Первый образ должен быть строгим и серьезным.
  - Второй образ — более демократичным и дружеским.

3. Объясните, почему вы выбрали именно такие элементы одежды для каждого образа.
4. Предложите, какой из образов был бы эффективнее для работы с разными возрастными группами (начальные классы, средние, старшие).

### Упражнение 3

#### «Ролевая игра»

##### Задание

1. Подготовьте короткую презентацию о себе перед воображаемым классом.
2. Наденьте одежду, соответствующую вашему профессиональному стилю.
3. Представьтесь классу, расскажите о своем опыте и планах на учебный год.
4. Обратите внимание на реакцию ваших слушателей (коллег или друзей, участвующих в ролевой игре):
  - Как ваша одежда повлияла на восприятие?
  - Что можно было бы изменить в вашем образе, чтобы сделать выступление более убедительным?

### Упражнение 4

#### «Анализ чужих образов»

##### Задание

1. Найдите фотографии известных учителей или образовательных деятелей.
2. Проанализируйте их внешний вид:
  - Какие элементы одежды они используют?
  - Как их стиль соответствует профессии и аудитории?
  - Какие ассоциации вызывает их внешность?

3. Составьте таблицу, где вы сопоставляете различные образы с типичными реакциями учеников.

## Упражнение 5

### «Работа с отзывами»

#### Задание

1. Проведите анонимный опрос среди коллег или знакомых о вашем внешнем виде.
2. Задайте следующие вопросы:
  - Какой элемент моего гардероба вам кажется наиболее удачным?
  - Есть ли что-то, что могло бы улучшить мой образ?
  - Как вы думаете, мой внешний вид соответствует моей профессиональной роли?
3. Проанализируйте полученные отзывы и составьте план изменений (если это необходимо).

## Упражнение 6

### «Креативное задание»

#### Задание

1. Нарисуйте или создайте коллаж, изображающий идеального учителя с точки зрения внешнего вида.
2. Опишите, какие элементы одежды и аксессуары вы использовали и почему.
3. Поделитесь своими работами с группой и обсудите, какие черты объединяют созданные образы.



## ***Влияние цвета одежды на восприятие педагога окружающими людьми***

У педагога существует множество составляющих в его внешнем виде, но цветовая гамма одежды преподавателя оказывает значительное влияние на восприятие его личности студентами и коллегами. В зависимости от выбора цветов одежда может подчеркивать авторитетность, профессионализм, уверенность, доброжелательность или даже строгость. Рассмотрим основные цвета и их влияние на восприятие:

### **Белый цвет**

**Ассоциации:** Чистота, свежесть, светлость, умиротворение.

**Восприятие:** Одежда белого цвета создает ощущение легкости, чистоты и невинности. Преподаватель в белом выглядит открытым и доступным. Однако белый цвет может ассоциироваться с некоторой холодностью и дистанцированностью.

### **Черный цвет**

**Ассоциации:** Авторитет, власть, сила, элегантность.

**Восприятие:** Черная одежда подчеркивает статус и профессионализм преподавателя. Она придает образу серьезность и формальность. В некоторых случаях черный цвет может восприниматься как строгий и даже мрачный.

### **Серый цвет**

**Ассоциации:** Спокойствие, нейтральность, зрелость.

**Восприятие:** Серые оттенки создают впечатление стабильности и надежности. Преподаватель в сером выглядит уравновешенным и сдержанным. Этот цвет помогает создать образ профессионала, который уверен в себе и своих знаниях.

### **Синий цвет**

**Ассоциации:** Надежность, доверие, спокойствие.

**Восприятие:** Синие тона способствуют созданию атмосферы доверия и уверенности. Они помогают установить контакт с аудиторией и вызывают уважение. Синий цвет также ассоциируется с интеллектуальной деятельностью и аналитическим мышлением.

### **Зелёный**

**Ассоциации:** Природа, гармония, рост, обновление.

**Восприятие:** Зеленые оттенки оказывают успокаивающее воздействие и способствуют расслаблению. Преподаватель в зеленом цвете воспринимается как человек, способный поддержать позитивную атмосферу и способствовать развитию.

### **Красный цвет**

**Ассоциации:** Энергия, страсть, сила, агрессия.

**Восприятие:** Красный цвет привлекает внимание и вызывает сильные эмоции. Он может подчеркнуть лидерские качества и энергичность преподавателя. Однако чрезмерное использование красного может создавать впечатление агрессивности и доминирования.

### **Желтый цвет**

**Ассоциации:** Радость, оптимизм, творчество.

**Восприятие:** Желтые оттенки создают атмосферу радости и творчества. Преподаватель в желтом цвете воспринимается как открытый и дружелюбный человек, готовый делиться знаниями и вдохновлять студентов.

### **Розовый цвет**

**Ассоциации:** Нежность, романтика, женственность.

**Восприятие:** Розовые тона придают образу мягкость и теплоту. Преподаватель в розовом цвете воспринимается как заботливый и внимательный человек, способный создать комфортную и поддерживающую обстановку.

### **Коричневый цвет**

**Ассоциации:** Земля, стабильность, надежность.

**Восприятие:** Коричневые оттенки подчеркивают надежность и основательность. Преподаватель в коричневом цвете воспринимается как опытный и уверенный специалист, обладающий глубокими знаниями.



#### **Фиолетовый цвет**

**Ассоциации:** Мистика, мудрость, духовность.

**Восприятие:** Фиолетовые тона ассоциируются с загадочностью и мудростью. Преподаватель в фиолетовом цвете воспринимается как глубокий мыслитель и человек, обладающий широкими познаниями.



#### **Бирюзовый цвет**

**Ассоциации:** Свежесть, оригинальность, креативность.

**Восприятие:** Бирюзовые оттенки привлекают внимание своей необычностью и яркостью. Преподаватель в бирюзовом цвете воспринимается как творческий и нестандартный человек, способный привнести новизну в учебный процесс.



#### **Бордовый цвет**

**Ассоциации:** Достоинство, роскошь, консерватизм.

**Восприятие:** Бордовые оттенки подчеркивают изысканность и достоинство. Преподаватель в бордовом цвете воспринимается как человек с высоким статусом и уважением к традициям.



#### **Золотистый цвет**

**Ассоциации:** Богатство, престиж, величие.

**Восприятие:** Золотистые оттенки придают образу роскоши и престижа. Преподаватель в золотистом цвете воспринимается как человек высокого статуса и значительных достижений.



#### **Серебристый цвет**

**Ассоциации:** Современность, инновационность, технологичность.

**Восприятие:** Серебристые оттенки подчеркивают современность и прогрессивность. Преподаватель в серебристом цвете воспринимается как человек, идущий в ногу со временем и использующий новейшие технологии в обучении.

## **Оранжевый цвет**

**Ассоциации:** Тепло, энергия, энтузиазм.

**Восприятие:** Оранжевые оттенки создают атмосферу тепла и энергии. Преподаватель в оранжевом цвете воспринимается как активный и жизнерадостный человек, способный мотивировать студентов.

## **Пастельные тона**

**Ассоциации:** Мягкость, нежность, уют.

**Восприятие:** Пастельные оттенки придают образу мягкость и тепло. Преподаватель в пастельных тонах воспринимается как спокойный и дружелюбный человек, создающий комфортные условия для обучения.

Таким образом, выбор цветовой гаммы одежды преподавателем играет важную роль в формировании его имиджа и восприятия его личными качествами. Разнообразие оттенков позволяет варьировать впечатления от строгости до открытости, от авторитета до дружелюбия, но, а умение грамотно подобрать стиль дополняет образ педагога.

## ***Практические задания***

### **Упражнение 1**

#### **«Цветовой тест»**

##### **Задание**

1. Заполните таблицу, указав, какие цвета вы чаще всего носите на работу и какие эмоции или ассоциации они вызывают у вас лично.

<b>Цвет</b>	<b>Эмоции/ассоциации</b>
Черный	
Белый	
Синий	
Зеленый	
Красный	
Желтый	
Серый	
Коричневый	

2. После заполнения таблицы сравните ваши собственные ассоциации с общепринятыми ассоциациями этих цветов (см. описание выше).
3. Ответьте на вопрос: Соответствуют ли ваши ощущения от выбранных вами цветов общественным ожиданиям? Если нет, подумайте, почему это происходит.

## Упражнение 2

### «Эксперимент с цветом»

#### Задание

1. В течение недели попробуйте носить одежду одного основного цвета каждый день. Например:
  - Понедельник: синий
  - Вторник: зеленый
  - Среда: красный
  - Четверг: желтый
  - Пятница: черный или серый
2. По окончании эксперимента запишите наблюдения:
  - Как изменилось ваше настроение в зависимости от выбранного цвета?
  - Замечали ли вы изменения в реакции учащихся или коллег?
  - Какие комментарии или замечания получали от окружающих?
3. Сравните свои ощущения с общими представлениями о влиянии этих цветов на восприятие.

## Упражнение 3

### «Анализ популярных образов»

#### Задание

1. Найдите фотографии известных учителей или публичных личностей, работающих в образовательной сфере.
2. Проанализируйте их стиль одежды, уделяя особое внимание использованию цвета.
3. Напишите эссе, в котором опишите, как цветовая гамма их одежды влияет на создание определенного имиджа и способствует успеху в профессиональной деятельности.

## ***Как правильно подобрать и комбинировать стили одежды педагогу***

Подбор и комбинация стилей одежды для педагога — это важный аспект профессионального имиджа, который влияет на восприятие его учениками, коллегами и родителями. Вот несколько рекомендаций по выбору стиля и сочетанию элементов гардероба:

### **1. Классический стиль**

Этот стиль является наиболее универсальным и подходящим для преподавателей. Основные элементы включают:

- **Пиджаки и блузки:** Однотонные пиджаки темно-синего, черного или серого цвета хорошо сочетаются с белыми, светло-голубыми или бежевыми рубашками/блузками.
- **Юбки и брюки:** Классические юбки-карандаш или прямые брюки будут отличным выбором. Длина юбок должна быть умеренной (до колена или чуть ниже).
- **Обувь:** Лаконичные туфли на невысоком каблуке или балетки. Избегайте слишком открытой обуви.

Пример комбинации: темно-синий пиджак + белая рубашка + черная юбка-карандаш + черные туфли.



## 2. Деловой стиль

Это немного менее формальная версия классического стиля, позволяющая больше вариаций.

- **Блейзеры и кардиганы:** Можно использовать блейзеры разных цветов (например, бордовый или оливковый), чтобы добавить разнообразие в гардероб.
- **Платья:** Простые платья с рукавами или без (можно дополнить жакетами). Лучше избегать слишком ярких принтов и глубоких вырезов.
- **Аксессуары:** Минималистичные украшения, такие как небольшие серьги или браслеты, добавляют утонченности.



Пример комбинации: серый блейзер + кремовое платье-миди + золотые серьги + лоферы.

## 3. Кэжуал-стиль

Для дней, когда требования к одежде менее строгие, можно выбрать более расслабленный, но всё же профессиональный вид.

- **Джинсы:** Джинсы прямого кроя без излишних украшений (дырки, вышивки и т.п.).
- **Рубашки и свитера:** Рубашки поло, легкие свитера или кардиганы поверх футболок.
- **Обувь:** Лоферы, мокасины или кроссовки (в зависимости от дресс-кода школы).

Пример комбинации: темные джинсы + белая рубашка-поло + коричневые лоферы.





#### 4. Элегантный повседневный стиль

Это промежуточный вариант между деловым и кэжуалом, позволяющий выглядеть профессионально, но комфортно.

- **Кардиганы и джемперы:** Однотонные или с минимальными узорами.
- **Штаны:** Брюки чинос или слегка зауженные брюки.
- **Топы:** Блузы с интересным дизайном воротника или принтами.

Пример комбинации: бежевый кардиган + синяя блузка + брюки чинос + балетки.



#### Общие рекомендации:

- **Цветовая палитра:** Используйте нейтральные и приглушенные цвета (серый, синий, бежевый, оливковый). Яркие акценты допустимы, но лучше добавлять их через аксессуары.
- **Качество ткани:** Выбирайте натуральные материалы (хлопок, шерсть, лен), которые выглядят дорого и служат дольше.
- **Длина и фасон:** важно, чтобы одежда была удобной, но не мешала движениям. Избегайте слишком облегающих или слишком свободных вещей.
- **Гигиена и уход:** Чистая и выглаженная одежда всегда производит лучшее впечатление.

Важно помнить, что ваш внешний вид должен соответствовать атмосфере учебного заведения и возрасту учеников. Например, преподаватели

младших классов могут позволить себе более яркие и игривые детали, тогда как старшеклассникам больше подойдет сдержанный и взрослый стиль.

Главное — найти баланс между профессиональным видом и личным комфортом, чтобы чувствовать себя уверенно и комфортно в течение всего рабочего дня.

## ***Практические задания***

### **Упражнение 1**

#### **«Анализ текущего гардероба»**

##### **Задание**

1. Переберите свой рабочий гардероб и разделите вещи на категории: классические, деловые, кэжуал, элегантные повседневные.
2. Составьте список тех предметов одежды, которые вы носите чаще всего.
3. Определите, какие предметы гардероба нуждаются в замене или обновлении.
4. Запланируйте покупку недостающих элементов, чтобы сбалансировать ваш гардероб.

### **Упражнение 2**

#### **«Создание капсульного гардероба»**

##### **Задание**

1. Выберите 10–15 базовых предметов одежды (рубашки, пиджаки, юбки, брюки и т.д.), которые хорошо сочетаются между собой.
2. Попробуйте составить минимум 7 разных нарядов из этих предметов.
3. Фотографируйте каждый наряд и сохраняйте их в отдельной папке.
4. Оцените, насколько удобно и разнообразно получилось ваше капсульное решение.

### Упражнение 3

#### «Комбинаторика стилей»

##### Задание

1. Выберите один классический наряд (например, костюм) и добавьте к нему элемент кэжуал-стиля (джинсовая куртка, кроссовки).
2. Аналогично, возьмите наряд в стиле casual и дополните его элементом делового стиля (жакет, классические туфли).
3. Попробуйте создать смешанные образы, где элементы разных стилей гармонично дополняют друг друга.
4. Опишите, как изменилась атмосфера наряда после добавления нового элемента.

### Упражнение 4

#### «Образ дня»

##### Задание

1. Каждый день в течение недели создавайте новый образ, ориентируясь на разные цели:
  - День деловых встреч.
  - День активных занятий (физкультура, экскурсии).
  - День открытых уроков.
  - День школьных мероприятий.
  - День семинаров или конференций.
2. Делайте фото каждого наряда и записывайте свои мысли о том, насколько удачно подобран образ.
3. В конце недели проанализируйте, какие образы оказались самыми удачными и почему.

## Упражнение 5

### «Модные эксперименты»

#### Задание

1. Изучите последние тренды в деловой моде (например, пастельные тона, геометрические принты, эклектичный стиль).
2. Подберите хотя бы один элемент одежды, который отражает современные тенденции, и интегрируйте его в свой обычный рабочий наряд.
3. Оцените, насколько комфортно вы чувствуете себя в новом образе и как он воспринят окружающими.

## Упражнение 6

### «Анализ стиля коллег»

#### Задание

1. Посмотрите, как одеваются ваши коллеги, особенно те, чей стиль вам нравится.
2. Определите, какие элементы их гардероба кажутся вам успешными и почему.
3. Подумайте, как можно адаптировать их идеи под свой собственный стиль.