

**ПОРТФОЛИО**  
**педагога-психолога**  
**МБОУ СОШ №17 с. Хушенга**  
**Капустиной**  
**Оксаны Александровны**



## **Общие сведения о педагоге**

**ФИО:** Капустина Оксана Александровна

**Дата рождения:** 18.07.1978

**Место работы:** МБОУ СОШ №17 с. Хушенга

**Должность:** педагог-психолог

**Кружок доп. образования:** «Память плюс» (развитие памяти с помощью приемов мнемотехники).

**Классное руководство:** 9 класс

**Название учреждения, оконченного педагогом:**

Забайкальский государственный педагогический университет им. Н.Г. Чернышевского г. Читы, 2009 год

**Специальность:** педагог-психолог

**Образование:** высшее

**Стаж работы:** 22 года

**Стаж работы в данном учреждении:** 22 года.

**Квалификационная категория, разряд:** высшая

## Эссе «Я- психолог»

Свое размышление мне хотелось бы начать с замечательного стихотворения:

« Я с солнца сбрасываю полог,  
Я утро начинаю здесь.  
Моя профессия — ПСИХОЛОГ,  
Или призванье это есть?  
Я здесь ступаю не спеша,  
Моя профессия — доверье,  
Мое призвание — душа.  
Я отмеряю расстоянье  
Терпенью, поиску, борьбе,  
Моя профессия — признанье,  
Мое признанье — путь к себе».

В МБОУ СОШ 17 с.Хушенга я работаю педагогом-психологом. Я горда тем, что выбрала для себя очень важную и нужную профессию педагога-психолога.

Для меня психология- это не только работа, но и жизнь, не только профессиональная реализация и карьерный рост, но и путь к саморазвитию и самореализации.

Психология — это творчество с большой буквы, так как я творю себя, свою судьбу и пытаюсь научить этому других, чтобы человек после тренинга или консультации мог сам, опираясь на самого себя строить свою жизнь, решать свои проблемы.

Для меня, как психолога, очень важно, чтобы каждому ребенку было комфортно в школе, чтобы он хотел в нее ходить с удовольствием и никогда не чувствовал себя одиноким и несчастным.

Работа с детьми это не только вечная молодость, это еще и вечное развитие, движение вперед. Профессии психолога можно позавидовать, она дает возможность развиваться творчески и духовно. Любой путь бывает не простым. У психологов тоже много трудностей и препятствий. Добиться успеха психологу помогают наука, профессиональные способности, вера в себя, оптимизм.

Необходимыми профессиональными качествами психолога считаю: толерантность, общительность, ответственность, доверие к детям и взрослым, готовность оказать помощь и поддержку.

Свой профессиональный путь стараюсь проходить с улыбкой, с улыбкой встречать детей, приходящих ко мне на индивидуальные и групповые занятия, родителей и педагогов, обратившихся за консультацией.

Для меня очень важен стиль взаимоотношений с родителями, коллегами, людьми, меня окружающими, а самым главным звеном в этой цепочке является ребенок.

У В.А.Сухомлинского, я когда-то прочитала замечательные слова, что «если ребенок живет во вражде, он учится агрессии, если ребенка постоянно критиковать, он учится ненависти, если ребенка высмеивать, он стремится к замкнутости, если ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины, но, в то же время, если ребенок растет в терпимости, он учится понимать других,

если ребенка подбадривать, он учится верить в себя, если ребенка хвалят, он учится быть благодарным и верить в людей».

Эти слова стали для меня главным ориентиром в моей основной деятельности и работе с родителями. Вся работа с детьми направлена на сохранение здоровья, эмоционального благополучия и развитие индивидуальности каждого ребенка.

Нам вверены детские души! Именно им мы помогаем найти свое место в этом огромном взрослом мире! У ребенка все еще только начинается!

Главное все, что делаешь с ребенком, нужно пропустить через себя.

И поэтому мое психологическое кредо:

«Психолог сам должен быть тем,

Кем он хочет сделать ученика».

И поэтому мой главный принцип: **НЕ НАВРЕДИ!**

Профессия педагога-психолога для меня:

-способ самовыражения,

-профессия, как способ самопознания,

-профессия, которая позволила изменить взгляд на многие события моей собственной жизни,

-профессия, которая позволила мне быть рядом с теми, кого я люблю.

Для психолога это очень важно — ощущать свою важность, полезность и значимость, т.е обратную связь, которую я получаю постоянно от всех участников образовательного процесса: детей, педагогов и родителей.

Я постоянно повышаю свой профессиональный уровень. Участвую в методических объединениях, семинарах, круглых столах, активно занимаюсь самообразованием. Опыт коллег, мастер-классы, педагогические советы- это кирпичики фундамента моего успеха.

Я уважаю, перечитываю и учусь у таких замечательных людей, как Дубровиной И.В, Битяновой М.Р, Выготского Л.С, Вачкова И.В.

Для меня психолог- это любимая профессия, это постоянное саморазвитие, это моя жизнь.

Никогда не задумывалась, кем хочу быть. Всегда хотела помогать людям. Всегда хотела заниматься тем, что по душе. Моя мечта сбылась!

**Я-ВДОХНОВИТЕЛЬ**

Стремлюсь делить свой мир с детьми, воодушевлять их на такие поступки, которые они хотят, но не решаются совершить.

**Я-НАСТАВНИК**

Как часто мы, оказавшись в одиночестве, уносимся мыслями к далеким людям. Но моя задача, чтобы ребенок искал тех, кто находится вблизи, и с ними разделил тоску, у них искал поддержки.

**Я-СПАСАТЕЛЬ**

На свете много друзей, которые не могут, просто-напросто попросить о помощи. Хотелось бы закончить свое размышление красивым четверостишьем:

Что ж, путь психолога нелегок, каменист,

Но подводя итог прошедших буден,

С детьми я словно, начинаю новый лист,

Как новый день, который завтра будет.

## **Официальные документы** (сертификаты, грамоты, благодарственные письма, свидетельства, публикации)

<b>Название конкурса</b>	<b>Сроки</b>	<b>Результат</b>
Региональный конкурс мастер-классов педагогов — психологов для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья «Семья — территория возможностей».	2021 год	Благодарственное письмо
Международный педагогический конкурс «Педагогика 21 века: опыт, достижение, методика». Конкурсная работа: «Психолого-педагогическое сопровождение детей группы риска».	2021 год	Диплом
Краевой вебинар «Безопасная образовательная среда: психологические аспекты».	2021 год	Благодарственное письмо
Региональный конкурс психолого-педагогических программ в образовательной среде — 2021».	2021 год	Диплом, печать в сборник
Муниципальный конкурс «Лучшая методическая психолого-педагогическая разработка мероприятия для педагогов, учащихся образовательного учреждения родителей и обучающихся».	2021 год	Грамота 2 место
Муниципальный конкурс «Мой лучший урок».	2022 год	3 место
Подготовка и проведение регионального вебинара «Современные методы и формы активного взаимодействия с участниками образовательных отношений. Безопасная образовательная среда: психологические аспекты».	2022 год	Благодарственное письмо

Подготовка и проведение региональное методическое вебинаре «Современные технологии и техники в практике педагога-психолога» Тема выступления: «Использование приемов мнемотехники в работе педагога-психолога для развития памяти младших школьников».	2023 год	Благодарственное письмо
Муниципальный этап Всероссийского конкурса «Лучший классный руководитель-2023».	2023 год	Диплом
Муниципальный конкурс «Лучшая методическая психолого-педагогическая разработка мероприятия для педагогов, учащихся и родителей обучающихся» (номинация: «Мероприятие по работе с учащимися»).	2024 год	1 место
Муниципальный конкурс «Лучшая методическая психолого-педагогическая разработка мероприятия для педагогов, учащихся и родителей обучающихся» (номинация: «Мероприятие по работе с педагогами»).	2024 год	2 место
Благодарность за многолетнюю успешную работу в системе образования и вклад в развитие психологической службы Забайкальского края (приказ от 18.11.2024 №118-и).	2024 год	Благодарственное письмо Министерства образования и науки Забайкальского края
Региональный конкурс психолого-педагогических программ в образовательной среде-2024.	2024 год	Сертификат участника
Региональный очный этап Всероссийского профессионального конкурса «Педагог-психолог Забайкалья — 2025».	2025 год	Диплом участника +памятный подарок
Региональный конкурс «Калейдоскоп психотехник» (видеофрагмент с педагогами).	2025 год	
Подготовка и участие в региональном вебинаре (деление опытом).	2025 год	

## **Данные о повышении квалификации, профессиональной подготовке и получении дополнительного образования**

<b>№</b>	<b>Вид полученного документа</b>	<b>Название курсов повышения квалификации</b>	<b>Количество часов аудиторных занятий</b>	<b>Сроки, дата выдачи</b>	<b>Кем выдан</b>
1	Свидетельство	«Профессиональный стандарт педагога как инструмент его подготовке к аттестации»	6 ч.	8 декабря 2020	АНО ДПО «Инновационный образовательный центр повышения квалификации и переподготовки «Мой университет»
2	Сертификат	Девиантное поведение детей и подростков: причины, профилактика и коррекция»	4 ч.	5 декабря 2020	Центр развития образования «Инновационные решения»
3	Сертификат	«Организация деятельности муниципальной Службы психолого-педагогического и медико-социального сопровождения системы образования в условиях ФГОС»	4 ч.	20 ноября 2020	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
4	Удостоверение	«Управление муниципальной Службой психолого-педагогического и медико-социального сопровождения системы образования в условиях ФГОС»»	36 ч.	2020	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
5.	Удостоверение	«Использование ИКТ в деятельности классного руководителя при новых ФГОС»»	72 ч.	6 сентября 2020	Центр педагогических инициатив и развития образования «Новый век» г.Тюмень
6	Сертификат	«Профилактика суицидального поведения среди несовершеннолетних	16 ч	19 марта 2020	Государственное учреждение «Забайкальский краевой Центр

		в образовательной среде»			психолого-педагогический медицинской и социальной помощи «Семья»
7	Сертификат	«Эффективные практики реализации ФГОС и адаптированных образовательных программ основного общего образования для детей с ОВЗ»	4 ч	2020	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
8	Удостоверение	«Организация деятельности педагога-психолога в системе общего образования: психолого-педагогическое сопровождение и межведомственное взаимодействие»	72 ч	15 ноября 2020	Московский государственный психолого-педагогический университет
9	Удостоверение	«Организация деятельности педагога-психолога в образовательной организации в условиях реализации стандартов нового поколения»	72 ч	2021	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
10	Удостоверение	«Развитие профессиональных компетенций педагога-психолога»	72 ч	2021	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
11	Удостоверение	«Управление муниципальной Службой психолого-педагогического и социального сопровождения системы образования в условиях ФГОС»	36 ч	2021	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»

12	Удостоверение	«Организация работы с обучающимися с ОВЗ в соответствии с ФГОС»	72 ч	2022	Общество с ограниченной ответственностью «Белореченская региональная служба»
13	Удостоверение	«Профессиональная компетентность педагога-психолога в области психолого-педагогического сопровождения обучающихся с девиантным поведением»	36 ч	12 декабря 2022	Государственное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «ДАР» Забайкальского края»
14	Удостоверение	Деятельность классного руководителя в соответствии с ФГОС в условиях современной школы»	72 ч	13 ноября 2022	ООО «Инфоурок»
15	Удостоверение	«Психолого-педагогическое сопровождение несовершеннолетних иностранных граждан в образовательной организации»	36 ч	13 февраля 2023	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
16	Удостоверение	«Программно-методическая деятельность педагога дополнительного образования в современных условиях»	36 ч	13 февраля 2023	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
17	Удостоверение	«Навыки оказания первой помощи»	36 ч	6 апреля 2023	Общество с ограниченной ответственностью «Центр инновационного образования и воспитания»
18	Сертификат	«Игра как инструмент поведенческой коррекции»	4 ч	7 апреля 2023	Форум Педагоги России
19	Сертификат	«Дианализ-современный российский метод	8 ч	14 апреля 2023	Институт Дианализа г.Новосибирск

		психотерапии, психологического консультирования и коучинга»			
20	Сертификат	«Как в семье помочь ребенку младшего школьного возраста с ЗПР преодолеть нарушения письма и чтения»	4 ч	20 марта 2023	Автономная некоммерческая культурно-просветительская организация «Новые решения»
21	Сертификат	«Инклюзивное образование: организация учебно-воспитательного процесса для детей с ОВЗ в соответствии с ФГОС»	20 ч	27 января 2023	Форум Педагоги России
22	Удостоверение	«Организация деятельности педагога-психолога в системе общего образования: психолого-педагогическое сопровождение и межведомственное взаимодействие»	72 ч	20 июня 2023	Московский государственный психолого-педагогический университет
23	Удостоверение	«Построение профориентационной деятельности в образовательной организации в рамках реализации Всероссийского проекта «Билет в будущее».	72 ч	8 декабря 2023	Центр непрерывного развития личности и реализации человеческого потенциала г.Москва
24	Удостоверение	«Первичная профилактика деструктивного поведения обучающихся в деятельности педагогов образовательных организаций».	36 ч	2023	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
25	Удостоверение	«Организация деятельности педагога-психолога в системе общего образования: психолого-педагогическое	76 ч	2024	Московский государственный психолого-педагогический университет

		сопровождение и межведомственное взаимодействие».			
26	Удостоверение	«Психолого-педагогическое сопровождение несовершеннолетних иностранных граждан в образовательной организации».	36 ч	2024	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
27	Удостоверение	«Профилактика раннего проблемного (отклоняющегося) поведения и социально-психологической дезадаптации несовершеннолетних»	32 ч	2024	Институт изучения детства, семьи и воспитания (ФГБНУ ИИДСВ) г.Москва
28	Удостоверение	Организация деятельности психолого-педагогического консилиума (ППк)	16 ч	2024	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
29	Удостоверение	Профессиональная деятельность педагога-психолога в образовательной организации	72 ч	2024	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
30	Удостоверение	Психолого-педагогическое сопровождение несовершеннолетних иностранных граждан в образовательной организации	36 ч	2024	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
31	Удостоверение	Сохранение психологического здоровья участников образовательных отношений	16 ч	2024	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования

					«Институт развития образования Забайкальского края»
32	Удостоверение	Формы реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	36 ч	2024	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»
33	Удостоверение	Технологии представления результатов педагогической деятельности при подготовке к аттестации и конкурсам профессионального мастерства	36 ч	2025	Государственное учреждение дополнительного профессионального образования «Институт развития образования Забайкальского края»

## **Распространение собственного опыта на сайтах, в газетах и сборниках**

<b>№</b>	<b>Год</b>	<b>Название</b>
1	2020 год	-Эмоциональное выгорание педагога. -Психолого-педагогическое сопровождение детей «группы риска». - Психологический тренинг по сплочению коллектива. - Неуспеваемость обучающихся: причины и предупреждение».
2	2021 год	-Методы и приемы снятия эмоционального напряжения в условиях подготовке и сдачи ЕГЭ. -Первый раз в 5 класс.
3	2022 год	-Развивающая психолого-педагогическая программа «Мир открытых сердец» (сборник ИРО г. Чита) -Как помочь ребенку справиться с «синдромом третьей четверти».
4	2023 год	-Авторитет родителей. --Как помочь своему чаду преодолеть учебные препятствия.
5	2024 год	-Нет весенней хандре! -Экзамен для всей семьи.

## **Тема самообразования**

<b>№</b>	<b>Тема, над которой работает педагог-психолог в рамках этой структуры</b>	<b>Начало работы</b>
1	«Использование приемов мнемотехники в работе педагога-психолога для развития памяти младших школьников»	2023 год

**Педагогический анализ участия детей в олимпиадах, конкурсах и научно-практических конференциях муниципального, регионального, российского уровней**

год	класс	Вид, тема	Результат
2020 -2021 год	6-7	Всероссийская дистанционная олимпиада по психологии «Психология без границ»	3 место в групповом туре
2021-2022 год	8	Конкурс по профессиональной ориентации «Трудовые династии»	Победа в номинации «За волю к победе»
2022- 2023 год	9	Школьная научно-практическая конференция «Шаг в будущее -Юниор» «Цветовое оформление школьных кабинетов, и их влияние на эмоциональное состояние школьников»	2 место
2022-2023 год	8-9	Всероссийский «Молодежный психологический чемпионат»	Дипломы за активное участие
2023-2024 год	9	Муниципальный этап краевой заочной Олимпиады школьников «Здоровая Россия» (номинация «Семья как фактор психологической защиты ребенка от современных угроз».	Грамота, 1 место