

## **КАЧЕСТВА УСПЕШНЫХ НАСТАВНИКОВ**

**Желание участвовать** в программе по поддержке другого человека в течение длительного времени. У наставников имеется искреннее желание быть частью жизни других людей, чтобы помочь им в принятии трудных решений, в вопросах саморазвития и наблюдать, как они становятся лучше.

**Уважение к личности**, ее способностям и праву делать собственный выбор в жизни. Наставники не должны считать, что их способы решения проблем лучше или что участников программы нужно спасать.

Наставники, руководствуясь **чувством уважения и достоинства** в отношениях, способны завоевать доверие наставляемых и привилегию быть для них советниками.

**Умение слушать и принимать** различные точки зрения. Наставники часто помогают, просто слушая, задавая продуманные вопросы и с минимальным вмешательством давая наставляемым возможность исследовать свои собственные мысли. Когда люди чувствуют, что их понимают и принимают, они более склонны к тому, чтобы просить совета и реагировать на хорошие идеи.

**Умение сопереживать** другому человеку. Эффективные наставники могут сопереживать людям, не испытывая при этом жалости к ним. Даже не имея такого же жизненного опыта, они могут сопереживать чувствам и личным проблемам наставляемых.

**Умение видеть решения и возможности**, а также препятствия. Эффективные наставники способны балансировать между адекватным восприятием реальных серьезных проблем, с которыми сталкиваются их наставляемые, и оптимизмом при поиске реалистичных решений. Они способны упорядочить кажущиеся беспорядочными проблемы и указать разумные варианты действий.

**Гибкость мышления** - быстро оценивает ситуацию и принимает необходимые решения, легко переключается с одного способа действий на другой.

**Критичность мышления** - не считает верной первую пришедшую в голову мысль, подвергает критическому рассмотрению предложения и суждения других, принимает необходимые решения, только взвесив все доводы.

**Коммуникативные способности** - говорит о сложных вещах простым, понятным для наставляемого языком, открыт и искренен при общении, умеет слушать и слышать собеседника.

**Толерантность** - терпим к мнениям, взглядам и поведению, отличным от собственных и даже неприемлемым для наставника.

**Эмпатия** - эмоционально отзывчив на переживание других, способен к сочувствию.

**Рефлексивность** - способен к осмыслению собственной деятельности.

**Эмоциональная устойчивость** - способен сохранять функциональную активность в условиях воздействия стресса как в результате адаптации к нему, так и в результате высокого уровня развития эмоционально-волевой саморегуляции.