

**Едифанова Елена Юрьевна**

преподаватель

БПОУ «Чебоксарский медицинский колледж» Минздрава Чувашии

г. Чебоксары, Чувашская Республика

DOI 10.21661/r-588064

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАСТАВНИЧЕСТВА: КАК ВЫСТРОИТЬ ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ**

**Аннотация:** в статье отражена значимость психологических аспектов наставничества в понимании и формировании доверительных отношений наставника и подопечного в процессе их взаимодействия. Рассматриваются основные психологические принципы наставничества, этапы его формирования и практические рекомендации по выстраиванию устойчивых наставнических отношений.

**Ключевые слова:** навыки, наставничество, доверие, межличностные отношения, наставник, психологические аспекты.

В современном динамично меняющемся мире, в условиях высокой конкуренции и необходимости непрерывного обучения, наставничество, как форма профессионального и личностного развития, приобретает все большую значимость. Роль наставника заключается в поддержке и мотивации наставляемого, обучении и передаче опыта, а также в построении доверительных отношений. Наставничество имеет большое значение для молодежи, так как помогает им найти свое место в обществе, профессионально реализоваться и достичь личностного роста. Наставник помогает наставляемому определить свои цели и мотивации, осознать сильные и слабые стороны, развивать коммуникативные и лидерские навыки [1].

Наставничество в среднем профессиональном образовании представляет собой сложный и многогранный процесс, охватывающий все этапы образования от первого курса до момента завершения обучения. Эта практика направлена на развитие не только профессиональных навыков студентов, но и их личностных

качеств, помогая им формировать ясное видение своей будущей карьеры. Эффективная система наставничества, разработанная с учетом психолого-педагогических технологий, оказывает положительное воздействие на достижения обучающихся, формирование их умений и навыков, что в конечном итоге будет сказываться на общей производительности труда в стране [2].

Особую актуальность вопросы наставничества приобретают в связи с реализацией федерального проекта «Профессионалитет», который стартовал в Российской Федерации в 2022 году в рамках национального проекта «Образование», предполагающий интенсификацию образовательной деятельности на основе совершенствования практической подготовки студентов, тесное сотрудничество с будущими работодателями в подготовке кадров.

В отличие от формального обучения, наставничество предполагает индивидуальное взаимодействие, передачу не только знаний и навыков, но и ценностей, профессиональной идентичности, способов мышления и принятия решений. Психологические аспекты наставничества позволяют понять, какие внутренние процессы и межличностные механизмы лежат в основе успешного взаимодействия, а также какие факторы могут препятствовать формированию доверия. С психологической точки зрения наставничество представляет собой особый вид межличностных отношений, основанных на асимметрии опыта и ответственности. Наставник выступает не только источником знаний, но и значимой фигурой, влияющей на самооценку, мотивацию и профессиональное самоопределение подопечного. Для наставляемого наставник может выполнять функции модели поведения, поддерживающего взрослого или даже символического «проводника» в профессиональное сообщество.

Важно понимать, что наставничество затрагивает глубинные психологические процессы: потребность в признании, безопасности, принадлежности и автономии. Если эти потребности игнорируются, у подопечного может возникать сопротивление, тревожность или формальное отношение к обучению. Наставник, в свою очередь, может сталкиваться с разочарованием, эмоциональным

выгоранием или ощущением неблагодарности, если психологический контакт не выстроен.

Ключевым условием эффективности наставничества является наличие доверительных отношений между наставником и подопечным. Доверие – это базовый элемент взаимодействия на всех уровнях социально -психологических общностей людей, поэтому ему придается очень большое значение. Без доверия процесс обучения теряет глубину, а наставничество превращается в формальный обмен информацией. Доверительные отношения требуют взаимного уважения, открытости и постоянной работы над коммуникацией [2].

Доверие является фундаментом наставничества и выступает необходимым условием для открытого диалога, установления психологического контакта, принятия обратной связи и готовности к изменениям. Психологически доверие можно определить как ожидание доброжелательности, предсказуемости и компетентности другого человека.

В контексте наставничества доверие включает несколько компонентов:

Эмоциональное доверие – ощущение безопасности, возможность быть искренним, не опасаясь осуждения или обесценивания.

Когнитивное доверие – уверенность в профессиональной компетентности наставника и целесообразности его рекомендаций.

Этическое доверие – убежденность в том, что наставник действует в интересах подопечного, соблюдает конфиденциальность и профессиональные границы.

Отсутствие хотя бы одного из этих компонентов снижает эффективность наставнического взаимодействия и может привести к формированию формальных, поверхностных отношений.

Процесс формирования доверительных отношений не происходит мгновенно и проходит несколько этапов.

Первый этап – установление контакта. На этом этапе важны первое впечатление, стиль общения, умение наставника слушать и проявлять искренний

интерес. Подопечный оценивает, можно ли этому человеку доверять, насколько он открыт и уважителен.

Второй этап – проверка границ и надежности. Подопечный может неосознанно «проверять» наставника: задавать сложные вопросы, сомневаться в рекомендациях, проявлять осторожность. Важно, чтобы наставник сохранял последовательность, терпение и уважение к автономии подопечного.

Третий этап – углубление взаимодействия. На этом этапе появляется готовность делиться сомнениями, ошибками, личными профессиональными трудностями. Наставник становится не только экспертом, но и партнером по развитию.

Четвертый этап – зрелые наставнические отношения.

Доверие стабилизируется, взаимодействие становится более равноправным, а подопечный постепенно обретает самостоятельность, сохраняя уважительное отношение к наставнику.

Для выстраивания доверительных отношений наставнику необходимы определенные психологические компетенции.

Прежде всего, это эмпатия – способность понимать эмоциональное состояние подопечного и учитывать его индивидуальные особенности. Эмпатия не означает соглашательство, но предполагает уважение к переживаниям другого человека.

Уважение к личности подопечного, к его точке зрения, его выбору.

Умение создавать доверительную атмосферу, баланс между личностным и деловым общением, быть примером для подражания, проявлять коммуникабельность, лидерские качества, преодолевать барьеры, соблюдать конфиденциальность, иметь желание проявлять себя в сфере наставничества [3].

Не менее важным является активное слушание: умение задавать уточняющие вопросы, перефразировать, отражать чувства и смысл сказанного. Это помогает подопечному чувствовать себя услышанным и значимым.

Конструктивная обратная связь также играет ключевую роль. Критика должна быть направлена на поведение или результат, а не на личность, и

сопровождаться поддержкой и конкретными рекомендациями, что будет способствовать развитию способности к рефлексии и самосовершенствованию.

Кроме того, наставнику важно осознавать собственные установки и ожидания, избегать проекций и стремления «переделать» подопечного под собственный образ, не допускать назидания, навязывания своей точки зрения, уверенности, что его выбор единственно правильный.

Следует отметить еще одну не менее важную черту наставника, такую как способность к адаптации и индивидуализации подхода к каждому [2].

Даже при наличии мотивации доверие может быть подорвано рядом факторов. Среди наиболее распространенных барьеров – авторитарный стиль общения, обесценивание опыта подопечного, нарушение конфиденциальности и непоследовательность в действиях наставника, перегрузка рекомендациями и наставлениями, неконструктивная критика.

Также серьезным препятствием является смешение ролей, когда наставник одновременно выступает в роли контролирующего руководителя или оценивающего эксперта. В таких условиях подопечный может опасаться открытости и избегать обсуждения реальных трудностей.

Осознание этих рисков позволяет наставнику своевременно корректировать свое поведение и сохранять психологическую безопасность взаимодействия.

Психологические аспекты наставничества играют ключевую роль в формировании эффективных и устойчивых отношений между наставником и подопечным. Доверие выступает не просто желательным элементом, а фундаментальной основой, без которой наставничество теряет свою развивающую функцию.

Выстраивание доверительных отношений требует от наставника не только профессиональной компетентности, но и развитых психологических навыков, готовности к рефлексии и уважения к индивидуальности подопечного. В условиях осознанного подхода наставничество становится мощным инструментом личностного и профессионального роста, принося пользу обеим сторонам и создавая основу для передачи опыта в долгосрочной перспективе.

Психологические аспекты наставничества играют ключевую роль в формировании эффективных и устойчивых отношений между наставником и подопечным. Доверие выступает не просто желательным элементом, а фундаментальной основой, без которой наставничество теряет свою развивающую функцию. Выстраивание доверительных отношений требует от наставника не только профессиональной компетентности, но и развитых психолого-педагогических навыков, готовности к рефлексии и уважения к индивидуальности подопечного. В условиях осознанного подхода наставничество становится мощным инструментом личностного и профессионального самоопределения и роста, принося пользу обеим сторонам и создавая основу для передачи опыта в долгосрочной перспективе.

### *Список литературы*

1. Качалов В.Ю. Роль наставничества в жизни молодёжи 16–25 лет (на материалах эмпирических исследований) / В.Ю. Качалов, Д.В. Дурновцева // Международный научно-исследовательский журнал. – 2024. – №3 (141). – URL: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.141.113> (дата обращения: 22.01.2026). EDN CTLZPP
2. Рабаданова Р.С. Психолого-педагогические аспекты наставничества в сопровождении обучающихся в системе СПО / Р.С. Рабаданова, С.А. Архипов, Э.С. Семинская // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2023. – №6. DOI 10.33910/herzenpsyconf-2023-6-61. EDN VJBBNO
3. Клинк О.Ф. Руководство для наставников на рабочем месте / О.Ф. Клинк, С.Г. Кукушкин, А.А. Факторович. – М.: АНО «Национальное агентство развития квалификаций», 2020. – 48 с.