

РОЗРОБЛЕНО ТА ВНЕСЕНО: Кафедра корекційної педагогіки та інклюзії факультету педагогічної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка.

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: Ірина Субашкевич – старший викладач кафедри корекційної педагогіки та інклюзії

Обговорено та рекомендовано до затвердження кафедрою корекційної педагогіки та інклюзії “ _____ ” _____ 2015 року, протокол № _____

ВСТУП

Програма вивчення навчальної дисципліни «Самовиховання і саморегулювання особистості», складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра 6.010106 «Соціальна педагогіка».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є процеси самовиховання та саморегулювання особистості.

Міждисциплінарні зв'язки: дисципліни фахового спрямування.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

Змістовий модуль 1. Психолого-педагогічне обґрунтування самовиховання та саморегуляції.

Змістовий модуль 2. Технології самопізнання в процесі самовиховання.

Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни є:

- допомогти студентам в опануванні змістом, методами, засобами самовиховання взагалі і професійного зокрема.

Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- теоретично та практично оволодіти майстерністю як особливою якістю педагогічної діяльності у процесуальному та результативному аспектах на основі професійного самовиховання.

1.2. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати:

- співвідношення та взаємодію внутрішніх і зовнішніх чинників становлення свідомості та самосвідомості особистості;
- самовиховання як усвідомлену самозміну особистості, вагому рушійну силу її розвитку, про рівні розвитку самооцінки і залежність від них особливостей самовиховання;
- мотивацію, умови, цілі і завдання професійного самовиховання майбутнього спеціаліста;
- психологічні особливості самосвідомості, саморегуляцію поведінки як центрального моменту розвитку особистості: насамперед, про механізми та функції саморегуляції.

вміти:

- виявити власні домінуючі задатки, які у майбутньому можуть визначити весь її життєвий шлях, забезпечити ефективний розвиток фізичних, інтелектуальних і моральних якостей,
- сформулювати загальні та специфічні якості, цілісна множина яких є важливою для виконання педагогом професійно значущих функцій.
- у майбутньому кваліфіковано керувати і залучати до самовиховання своїх вихованців, самому потрібно «спробувати на собі» всю мудрість цієї дії.

На вивчення дисципліни відводиться 120 годин, 4 кредити ECTS.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Психолого-педагогічне обґрунтування самовиховання та саморегуляції.

Тема 1: Майстерність соціального педагога як чинник соціалізації та соціального розвитку дітей та юнацтва. Умови, від яких залежить успіх соціально-педагогічної роботи. Основні якості соціального педагога: професійні та особистісні. Вимоги до соціального педагога як спеціаліста. Психологічна допомога соціального педагога в розвитку особистості, основні її види: індивідуальна психологічна допомога, групова психологічна допомога, самопоміччя.

Тема 2: Самовиховання як фактор формування особистості. Самовиховання як усвідомлений, керований особистістю саморозвиток. Саморозвиток в психіці людини та його прояв. Взаємозв'язок саморозвитку і самовиховання. Самовиховання як вищий етап виховного процесу. Зв'язок між вихованням і самовихованням. Вплив самовиховання на комплексний підхід у виховному процесі. Історія самовиховання. Українська народна педагогіка про значення самовиховання, самовдосконалення. Самовиховання у житті та діяльності видатних людей. Програма самовдосконалення Л. М. Толстого. Моральні правила К. Д. Ушинського. Структура процесу самовиховання: самопізнання, самостворення, саморегуляція. Воля - провідна функція у самовихованні. Основне правило самопізнання. Самооцінка. Саморегуляція. Структурна модель самовиховання особистості.

Тема 3: Самовиховання як фактор розвитку особистості. Формування у студентів вміння постійно здійснювати самовиховання та самовдосконалення своєї особистості. Ознайомити з такими поняттями: самовиховання, воля, самоконтроль, самоволодіння, самостворення; забезпечити усвідомлення необхідності самовиховання, самовдосконалення своєї особистості; формувати мотиви самовиховання; формувати вміння та навички самовиховання; розробити індивідуальну програму самовиховання.

Тема 4: Суть процесу самопізнання як компонента самовиховання. Сутнісна характеристика особистості та її психологічна структура. Роль свідомості та самосвідомості в процесі самопізнання. Поняття «Я-концепції». Основні характеристики процесу самопізнання. Методи самопізнання. Самовиховання в історичному аспекті.

Тема 5: Самооцінка у структурі самовиховання . Самостворення — це самооцінка особистості. Самооцінка — це оцінка особистості самої себе. Види самооцінки і їх значення. Характерні риси людей з завищеною та заниженою самооцінкою. Умови об'єктивної самооцінки. Правила формування об'єктивної самооцінки. Рівні самооцінки: процесуально-ситуативний, якісно-ситуативний, якісно-консервативний і якісно-динамічний. Фактори, що впливають на формування самооцінки особистості та умови її вдосконалення. Методика самооцінювальної діяльності.

Тема 6: Методи діагностики та корекції самооцінки. Навчитися правильно здійснювати самооцінку. Ознайомлення з основними видами самооцінки особистості; формування правильне, адекватне ставлення до себе; ознайомлення з основними правилами самоспостереження та самооцінювання.

Тема 7: Суть професійного самовиховання майбутніх соціальних педагогів. Особливості професійного самовиховання майбутніх соціальних педагогів. Взаємозв'язок механізмів професійного самовиховання і творчості студентів. Самовдосконалення студентів у процесі практичної підготовки.

Тема 8: Формування вміння професійного самовиховання у студентів. Формування вміння професійного самовиховання у студентів, постановки цілей і завдань, організація режиму, контролю, вольової поведінки. Ознайомити а такими поняттями: саморегуляція, самостійність, домінанта поведінки, з творчими і дослідницькими методами роботи у професійному самовихованні; сформувати усвідомлення необхідності професійного самовиховання, розуміння змісту життя і щастя на різних рівнях (філософському, практичному, соціальному, професійному, сімейному); формувати мотиви професійного самовиховання та свідоме ставлення до навчання; сформувати здатність правильно поступати у вирішенні важливих життєвих ситуацій; сприяти формуванню навичок самоспостереження, самоаналізу; розробити індивідуальну карту професійної самодіагностики; розробити індивідуальну програму професійного самовиховання; розвивати професійне і особистісне самовизначення і самоствердження; створити умови для набуття досвіду професійного самовиховання; зорієнтувати на подальше професійне самовиховання.

Тема 9: Гуманізація педагогічного спілкування. Педагогічне спілкування як важливий професійний інструмент педагогічної діяльності, спрямований на створення сприятливого психологічного клімату. Педагогічне спілкування як прояв специфічних функцій, зокрема: пізнання особистості, обмін інформацією, організація діяльності, обмін ролями, співпереживання і самоствердження. Структурні складові професійно-педагогічного спілкування моделювання, організація початкової взаємодії, управління, аналіз і проектування наступних дій. Гуманізація педагогічного спілкування забезпечення дитині права на власну думку, самостійну дію, підтримання її самоповаги, утвердження в правах, впровадження співробітництва у взаєминах педагога і вихованця.

Тема 10. Оптимізація діяльності соціального педагога. Структурні компоненти педагогічної діяльності: конструктивний, організаторський, гностичний і комунікативний. Конструктивні вміння вихователя, спрямовані на проектування і планування своєї роботи, добір необхідних для її здійснення матеріалів; організаторські — на упорядкування внутрішньо групового життя, активізацію діяльності, здійснення необхідних дисциплінарних заходів; гностичні вміння пізнавати вікові й індивідуальні особливості дітей, орієнтуватись у їхньому внутрішньому житті; комунікативні сприяють

встановленню контактів з дітьми, їхніми батьками, колегами, іншими педагогами.

Змістовий модуль 2. Технології самопізнання в процесі самовиховання.

Тема 11: Вікові особливості самовиховання та їх характеристика.

Елементарне самовиховання в дошкільному віці — основа подальшого самовиховання. Формування навичок самовиховання у молодшому шкільному віці. Роль прикладу у самовихованні молодших школярів. Колективна оцінка як дійовий засіб самовиховання. Рухливі ігри як елемент самовиховання. Роль громадської роботи у розвитку самовиховання молодших школярів. Особливості самовиховання підлітків. Психологічна мета самовиховання підлітків. Особисті мотиви й інтереси у самовихованні підлітків. Роль учителя у самовихованні підлітків. Допомога у складанні програми самовиховання. Психологічні основи самовиховання у юнацькому віці. Значення волі у самовихованні учнів старшого віку. Стимули самовиховання у юнацькому віці. Керівництво процесом самовиховання старшокласників.

Тема 12: Організація процесу самовиховання. Джерела розвитку самовиховання особистості. Рушійні сили та механізм самовиховання. Етапи та зміст самовиховання.

Тема 13: Методики релаксації у системі аутогенного тренування та інших системах. Значення та можливості застосування релаксації у життєвих ситуаціях. Стресові ситуації, їх причини, ознаки, наслідки. Ситуації фрустрації, їх причини, ознаки, наслідки. Принципи АТ за Шульцем. Початковий курс АТ: вправи на відчуття важкості, тепла, на врегулювання ритму серця, на дихання, відчуття тепла у сонячному сплетінні, прохолоди в ділянці чола. Ситуації, в яких доречно використовувати вправи АТ, умови виконання. Медитативні вправи: зосередження на кольорі, на образі одного кольору, на образі предмета, на абстрактній ідеї, на емоційному стані, на образі іншої людини. Методика релаксації в системі візуалізації: вправа для відчуття розслабленості та спокою, вправа для здобуття відчуття впевненості. Прийоми самонавіювання в раціональній терапії. Формули самонавіювання для підлітків та юнаків за Г. М. Ситінім.

3. Рекомендована література

Базова література

1. Главацька О. Основи самовиховання особистості. Навчально – методичний посібник / О. Главацька. – Тернопіль, 2012. – 206 с.
2. Комінко С. Б. Краці методи психодіагностики. Навч. посібник / С. Б. Комінко, Г. В. Кучер. – Тернопіль: Карт-бланш, 2005. – 230 с.
3. Кононко О. Л. Соціально - емоційний розвиток особистості / О. Л. Кононко. – Київ: Рад. школа, 1999. – 180 с.

Допоміжна література

1. Гончаренко Т. Психологія внутрішнього світу / Т. Гончаренко. – Київ: Шк. світ, 2005. – 128 с.
4. Калошин В. Ф. Самоактуалізація викладача / В. Ф. Калошин. // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – №1. – С. 7–9.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: іспит (усний).

5. Засоби діагностики успішності навчання

Діагностика знань студентів здійснюється з допомогою усних та письмових опитувань на практичних заняттях, тестувань, письмових контрольних робіт, усних екзаменаційних завдань.