



# ТЕМЫ ДЛЯ КОМПЛЕКСНОЙ ПРЕЗЕНТАЦИИ (10-19)

НИКОНОВ АРТЕМ

# Методики диагностики саморазвития

## Основные методы самовоспитания

- ▶ **Самопознание**, которое включает: самонаблюдение, самоанализ, самооценивание, самосравнение.
- ▶ **Самообладание**, которое опирается на: самоубеждение, самоконтроль, самоприказ, самовнушение, самоподкрепление, самоисповедь, самопринуждение.
- ▶ **Самостимулирование**, которое предполагает: самоутверждение, самоободрение, самопоощрение, самонаказание, самоограничение

# МОТИВАЦИЯ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

## Мотивация саморазвития

- Мотив самоутверждения** – стремление утвердить себя в социуме; связан с чувством собственного достоинства, честолюбием, самолюбием.
- Мотив идентификации** с другим человеком – стремление быть похожим на героя, кумира, авторитетную личность.
- Процессуально-содержательные мотивы** – побуждение к активности процессом и содержанием деятельности, а не внешними факторами.
- Внешние мотивы** – такая группа мотивов, когда побуждающие факторы лежат вне деятельности.

# Понятие личностного роста в психологии саморазвития.

## ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ

- ✘ *Личностный рост* – это спонтанные изменения, происходящие во внутреннем мире человека и выражающиеся в конструктивном овладении средой, сотрудничестве с людьми.

Личностный рост предполагает:

- ✘ расширение зон самоосознания;
- ✘ полное осознание настоящей жизни «здесь и сейчас»;
- ✘ выбор решения как жить в настоящем моменте;
- ✘ принятие ответственности за свой выбор.



# Понятия «самосознание», «самопознание»,

## Словарь:

**Самосознание** - определение человеком себя как личности, способной принимать самостоятельные решения, вступать в определенные отношения с другими людьми и природой.

**Самореализация** - процесс наиболее полного выявления и осуществления личностью своих возможностей, достижения намеченных целей в решении лично значимых проблем.

**Самопознание** – изучение личностью собственных психических и физических особенностей.

**Самооценка** - отношение к собственной внешности вместе с представлениями о себе и других людях.

$$\text{самооценка} = \frac{\text{успех}}{\text{притязание}}$$

# Представление человека о себе - «Окном Джогари». Я-концепция

Таблица. Окно Johari

Категории представлений	Известные человеку	Неизвестные человеку
Известные другим	Арена — открытые представления (о цвете своих волос, о своем возрасте)	«Слепые пятна» — заблокированные представления (манера поведения, представления других людей о себе)
Неизвестные другим	Фасад — завуалированные представления (секреты, надежды, желания)	Неизвестные представления

# Проблемы самоактуализации в теоретических концепциях

## III. Теория самоактуализации А. Маслоу

Теория личности строится на основе исследования психически зрелых, прогрессивных, творческих людей, образующих так называемую "растущую верхушку" общества.

Одно из центральных мест в теории Маслоу занимает проблема **мотивации**. Отказываясь от психоаналитической интерпретации потребностей и мотивов, он формулирует положение, согласно которому социальность заключена в самой природе человека и выступает как его биологически обусловленное свойство.

Наблюдаемые в обществе агрессивные действия и поступки людей, черты жестокости вызваны не природой, а антигуманными условиями воспитания и жизни личности, некоторыми традициями, присущими **социуму**.



**Абрахам Маслóу**  
(Авраам Маслóв)  
(1908 – 1970)

# Профессиональная компетентность и пути

13

## Профессиональная компетентность -

- это совокупность умений педагога как субъекта педагогического влияния особым образом планировать научные и практические знания с целью лучшего решения педагогических задач.
- это единство его теоретической и практической готовности к осуществлению педагогической деятельности.

## ПУТИ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ:

<b>Информационная область</b>	•использование Интернет-ресурсов, ЦОР, обучающих программ
<b>Диагностико-прогнатическая область</b>	•составление индивидуального маршрута ученика
<b>Содержание образования</b>	•работа по изучению новых стандартов; •освоение и пропаганда новых педагогических технологий
<b>Инновационная и экспериментальная область</b>	•работа в творческой группе учителей МО; •проведение семинаров и мастер-классов
<b>Повышение квалификации</b>	•участие в методических выставках, профессиональных конкурсах и фестивалях;

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ