

Силабус курсу:



СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

ПСИХОЛОГІЯ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Ступінь вищої освіти:	магістр
Спеціальність:	011 «Освітні, педагогічні науки»
Рік підготовки:	1
Семестр викладання:	весняний
Кількість кредитів ЄКТС:	5
Мова(-и) викладання:	українська
Вид семестрового контролю	залік

Автор курсу та лектор:

д.пс.н., проф., Антоненко Т.Л.

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

професор кафедри педагогіки

посада

tl.antonenko@gmail.com

електронна адреса

+38-099-052-05-13

телефон

месенджер

110 НК, за

розкладом

консультації

Викладач лабораторних занять:*

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

посада

електронна адреса

телефон

месенджер

консультації

Викладач практичних занять:*

д.пс.н., проф., Антоненко Т.Л.

вчений ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я та по-батькові

професор кафедри педагогіки

посада

електронна адреса

телефон

месенджер

консультації

* – 1) дані підрозділи вносяться до силабусу в разі, якщо практичні та (або) лабораторні заняття проводить інший викладач, котрий не є автором курсу та лектором; 2) припустимо змінювати назву підрозділу на «Викладач лабораторних та практичних занять:», якщо лабораторні та практичні заняття проводить один викладач, котрий не є автором курсу та лектором.

Анотація навчального курсу

Цілі вивчення курсу:

Метою викладання дисципліни є формування цілісного уявлення про внутрішні стимули саморозвитку особистості, розвитку навичок самопізнання, психологічної саморегуляції.

Предметом дисципліни «Психологія саморозвитку» є закономірності становлення і функціонування людини (особистості) як суб'єкта власного розвитку. Саморозвиток розглядається як особлива форма розвитку, при якій на перший план висуваються самодетермінованість і самокерованість якісних індивідних і особистісних перетворень, що досягають повноти свого здійснення. Потреба в саморозвитку, самоактуалізації є основна складова зрілої особистості. Прагнення до саморозвитку - це процес реалізації людиною протягом усього життя свого потенціалу з метою стати повноцінно функціонуючою особистістю.

Завдання дисципліни: розкрити роль самопізнання в різних наукових напрямках; вивчити сфери і галузі самопізнання і саморозвитку; розкрити характеристики Я-концепції; розглянути загальні характеристики саморозвитку як процесу; формувати у студентів здатність оцінити свої можливості на основі аналізу матеріалів самопізнання і вимог навчальної, а також майбутньої професійної діяльності; формувати у студентів вміння коригувати саморозвиток, правильно вибирати стратегію особистісного і професійного зростання.

Курс може бути корисним студентам з будь-яких спеціальностей.

Результати навчання:

Знати: основні теоретичні положення основ самопізнання і саморозвитку; значення самопізнання та саморозвитку в житті людини; способи самопізнання і саморозвитку особистості; образ актуального і перспективного уявлення про себе як суб'єкта навчальної діяльності на основі самопізнання і адекватної самооцінки; основні практичні методи дослідження самосвідомості, індивідуальності людини.

Вміти: відбирати методи самопізнання і саморозвитку; визначати бар'єри саморозвитку; організовувати оптимальний напрямок професійного саморозвитку особистості.

Передумови до початку вивчення:

Базові знання та уявлення з загальної психології та вікової психології.

Мета курсу (набуті компетентності)

В наслідок вивчення даного навчального курсу здобувач вищої освіти набуде наступних компетентностей:

1. Здатність до самоосвіти, професійного та особистісного розвитку протягом життя;
2. Розвивати та удосконалювати педагогічну техніку, педагогічні здібності та професійні й особистісні якості; формувати свій позитивний професійний імідж;
3. Визначати індивідуальну освітню траєкторію особистісного зростання та професійного становлення майбутнього фахівця;

Структура курсу

№	Тема	Години (Л/ЛБ/ПЗ) за формами навчання	Стислий зміст	Інструменти і завдання
1.	Психологічні аспекти вивчення особистості	денна 2/0/2 заочна	Основні модуси індивідуума: індивід, суб'єкт, особистість, індивідуальність. Типологія особистості. Характер особистості. Види і рівні розвитку здібностей. Спрямованість особистості	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
2.	Сутнісна характеристика теорій особистості.	денна 2/0/2 заочна 2/0/0	Трактування поняття «особистість» в психології. Поняття «особистість» в класичному психоаналізі З. Фрейда, аналітичної психології К. Юнга, індивідуальній психології А. Адлера. Гуманістичній теорії особистості. Вітчизняні концепції особистості.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
3.	Сутнісна характеристика і структура свідомості і самосвідомості.	Денна 2/0/2 заочна	Сутність свідомості. Структурна модель самосвідомості. Елементи ідентичності: екзистенціальне «Я» (саморегуляція і самоконтроль), категоріальне «Я» (самопізнання і самооцінка), пережите «Я» (самовідчуття). Механізми формування мотивації. Функція волі в процесі саморозвитку особистості.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
4.	Загальна характеристика самопізнання	денна 2/0/2 заочна	Самопізнання як структурний компонент самосвідомості людини. Структура «Я-концепції». Вікно Джохарі. Домінанта і установка. Ідентифікація та рефлексія як механізми самопізнання. Способи самопізнання.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
5.	Сутність саморозвитку та основні його характеристики.	Денна 2/0/2 заочна 0/0/2	Основні характеристики та загальні закономірності саморозвитку людини. Картина світу особистості. Міфологічний механізм самопроекування особистості. Життєвий сценарій, життєві завдання особистості. Самоприйняття і самопрогнозування як механізми саморозвитку.	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
6.	Форми саморозвитку	денна 2/0/2 заочна	Рушійні сили саморозвитку особистості. Інтелектуальні можливості та особистісний зріст. Самоствердження. Самовдосконалення. Самоактуалізація. Саморегуляція. Бар'єри саморозвитку	Участь в обговоренні Тести Індивідуальні завдання
7.	Формування культури самоосвіти та самовиховання		Самоосвіта та самовиховання як засоби саморозвитку. Проблеми формування культури самовиховання особистості. Специфічні психологічні засоби	

Рекомендована література

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. — М., 1995.
2. Ассаджолі Р. Психосинтез: Теория и практика. — М., 1994.
3. Ахмедов Т.Н., Жидко М.Е. Психотерапия в особых состояниях сознания. — М., 2001.
4. Бенджамін Гарді Не примушуй себе. Альтернатива силі волі. — Київ: Наш формат. — 2019. — 200с.
5. Березина Т. Н. Многомерная психика: Внутренний мир личности. — М., 2001.
6. Бернс Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание. — М., 1986.
7. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э. Берн; [пер. с англ.]. — Екатеринбург: Литур, 2001. — 576 с.
8. Бех І. Д. Від волі до особистості. - К.: Україна-Юта, 1995. - 207 с.
9. Василюк Ф.Е. Переживание и молитва (опыт общепсихологического исследования). — М.: Смысл, 2005. — 191 с.
10. Джемс У. Психология. — М., 1991.
11. Джонс Э. Жизнь и творения Зигмунда Фрейда. — М., 1997.
12. Емі Морін 13 звичок, яких позбулися сильні духом люди. — Київ: Фабула. — 2018. — 288с.
13. Психологія саморозвитку особистості: збірник наукових праць [Електронний документ] / за ред. Н.В. Чепелевої, Я.Ф. Андреєвої. — Чернівці – Київ, 2016. —284 с.
14. Крайг Г. Психология развития. - СПб:Питер, 2003. - 992с.
15. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці [Текст] : монографія / С. Б. Кузікова ; Сум. держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка — Суми : МакДен, 2012. — 410 с
16. Личность: внутренний мир и саморегуляция: Идеи, концепции, взгляды. - СПб., 1996.
17. Лозовий В., Сідак Л. Саморозвиток особистості у філософській рефлексії та соціальній практиці. — К., 2006. — 256с.
18. Мадди С.Р. Теории личности: сравнительный анализ. — СПб.: «Речь», 2002. — 539 с.
19. Маралов В. Г. Психология саморазвития: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 320 с.
20. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. — СПб., 1997.
21. Мистецтво життєтворчості особистості: Наук.-метод. посібник: У 2 ч. / Ред. рада: В. М. Доній (голова), Г. М. Несен (заст. голови), Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков (керівники авторського колективу) та ін. — К., 1997. — Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості. — 392 с.
22. Низовских Н.А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности. М.: Смысл, 2007.
23. Никитин Е. П., Харламенкова Н. Е. Феномен человеческого самоутверждения. - СПб., 2000.
24. Орлов А. Б. Психология личности и сущности человека: Парадигмы,
25. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера. — М., 1987.
26. Перлз Ф. Опыт психологии самопознания. — М., 1993.
27. Пітерсон Джордан «12 правил життя. Як перемогти хаос». — Київ: Наш формат. — 2019. -311с.
28. Проблеми саморозвитку особистості в сучасному українському соціумі : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (21 берез. 2019 р.) / НЮУ ім. Ярослава Мудрого. — Харків : Право, 2019. — 126 с.
29. Психология самосознания: Хрестоматия. — Самара, 2000.
30. Рейнуотер Д. Это в ваших силах: Как стать собственным психотерапевтом. — М., 1993.

31. Робертсон Р. Введение в психологию Юнга. — Ростов н/Д, 1999.
32. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М., 1994.
33. Сапогова Е.Е. Территория взрослости: Горизонты саморазвития во взрослом возрасте. М.: Генезис, 2016.
34. Сидоренко Е. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру. — СПб., 2000.
35. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Психология развития человека. — М., 2000.
36. Стивен Джозеф Аутентичность: Как быть собой . — М. - «Альпина Паблишер», 2017.
37. Фонтана Д. Как справиться со стрессом. — М., 1995.
38. Франкл В. Психотерапия на практике. — СПб., 1999.
39. Франкл В. Человек в поисках смысла. — М., 1990.
40. Фрейд З. Психология бессознательного. — М., 1989.
41. Хьел Л., Зиглер Д. Теории личности / Хьел Л., Зиглер Д. — [3-е изд.]. — СПб.: Питер, 2007. — 607 с
42. Цукерман Г. А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. — М., 1995.
43. Чудновский В.Э. Смысл жизни и судьба. — М., 1997.
44. Шрайнер К. Как снять стресс. — М., 1993.
45. Щукина М.А. Психология саморазвития личности. СПб.: Санкт-Петербургский университет, 2015.
46. Энциклопедия практического самопознания. — М., 1994.
47. Эриксон Э. Идентичность: Юность, кризис. — М., 1996.
48. Юнг К. Приближаясь к бессознательному // Глобальные проблемы и общечеловеческие ценности. — М., 1990.

Допоміжна

1. Адлер А. Понять природу человека. — СПб., Академический проект, 1997.
2. Амонашвили Ш. А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса / Ш. А. Амонашвили. — Минск : Университетское, 1990. — 560 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості : підруч. / І. Д. Бех. — К. : Либідь, 2008. — 848 с.
4. Бодалев А. А. Психология о личности. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988.
5. Боришевський М. Дорога до себе від основ суб'єктивності довершення духовності: монографія. - К.: Академкнига, 2010. - 416 с.
6. **Варій М. И.** Психологія особистості: Навчальний посібник. - К.: Центр учбової літератури, 2008. - 592 с.
7. **Гиппенрейтер Ю. Б.** Введение в общую психологию. - М., 1988. -С. 281-310.
8. Гріньова О. Вплив рефлексії на проектування життєвого шляху особистості // Педагогіка і психологія професійної освіти. — 2016. - № 4. — С.12-15.
9. Гроф Станіслав. Психологія майбутнього: уроки з сучасних досліджень свідомості / С. Гроф. Львів : Афіна, 2015. 328 с.
10. Гусева Т. И. Психология личности. - Ростов н/Д:Феникс, 2004. - 160 с.
11. Джордан Пітерсон «12 правил життя. Як перемогти хаос». - . — Київ: Наш формат. — 2019. — 320с.
12. Емі Морін 13 звичок, яких позбулися сильні духом люди. — Київ: Фабула. — 2018. — 288с.
13. Життєві кризи особистості: Наук.-методичний посібник: У 2 ч. / Ред. рада: В. М. Доній (голова), Г. М. Несен (заст. голови), Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков (керівники авторського колективу) та ін. — К.: ІЗМН, 1998. — Ч. 1: Психологія життєвих криз особистості.— 384 с.
14. Загальна психологія: підручник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук, Т.М. Лисянська. — К. : Либідь, 2005. — 464 с.

15. Загальна психологія: підручник / С.Д. Максименко, В.О. Зайчук, В.В. Клименко, В.О. Соловієнко. – К. : Форум, 2000. – 543 с.
16. Кириленко Т.С., Льошенко О.А. Психологія самопізнання. Київ : КНУ, 2015. - 191 с.
17. Кон И. С. В поисках себя: Личность и её самосознание. – М.: Политиздат, 1987. – 350 с.
18. Левитин К. Е. Личностью не рождаются. – М.: Наука, 1990.
19. Лейнг Рональд Разделенное Я. – К.: Государственная библиотека Украины для юношества, 1995. – 320 с.
20. Ліфарєва, Н.В. Психологія особистості [Текст] : навч. посібник для студ. внз / Н.В. Ліфарєва / Дніпропетр. ун-т екон. та права. – К. : ЦНЛ, 2003. – 238 с.
21. Максименко, С.Д. Загальна психологія: навч. посібник / С.Д. Максименко / М-во освіти і науки України, Нац. мед. ун-т ім. О.О. Богомольця. – 2-ге вид., переробл. та допов. – К. : Центр навч. л-ри, 2004. – 272 с.
22. Маслоу А. Х. Мотивация и личность: учебник - [Москва: Директ-Медиа, 2008.](#)
23. Мид М. Культура и мир детства: Избр. Произведения / Мид М. – М.: Наука, 1988. – 482 с.
24. Нельга О. В. Теорія етносу: Курс лекцій.— К.: Тандем, 1997.— 368 с.
25. Немов Р.С. Психология в 3-т., М., 1995.- Т.1.
26. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – С-Пб.: Речь, 2001. – 507 с.
27. Проблеми психологічної герменевтики / [Чепелєва Н.В., Титаренко Т.М., Смільсон М.Л. та ін.]; За ред. Н.В. Чепелєвої; Ін-т психології ім. Г.К.Костюка АПН України. – К.: Міленіум, 2004. – 400 с.
28. Психология личности в трудах зарубежных психологов / Сост. И общая редакция А.А. Реана. – СПб.: Питер, 2000. – 320с. – (Серия «Хрестоматія по психології»).
29. Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. И общая редакция Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2001. – 480с. – (Серия «Хрестоматія по психології»).
30. Психология личности. Тексты. /Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер. – М., 1992.
31. Психология самосознания. Хрестоматія. - Самара: Бахрах-М, 2000.- 672 с.
32. Психологічний словник. / Ред. В.І.Войтка.- К. : Вища школа.- 1982. -215 с.
33. Психологія особистості. Словник-довідник / За ред. П.П.Горностаєва і Т.М.Титаренко.- Київ «Рута» - 2001. - 319 с.
34. Психологія саморозвитку особистості: збірник наукових праць [Електронний документ] / за ред. Н.В. Чепелєвої, Я.Ф. Андрєєвої. – Чернівці – Київ, 2016. –284 с.
35. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Райс Ф. – СПб.: Питер, 2000. – 624 с.
36. Роджерс К. Измерение изменений в «Я» // Психология самосознания. – Самара: Издат. Дом “Бахрах-М”, 2003. – С. 447 – 459.
37. Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматія. – Самара: БАХРАХ-М, 2003. – 656 с.
38. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. – М.: Изд-во МГУ, 1989. – 214 с.
39. Стюарт Й., Джойнс В. Основи ТА: Транзакційний аналіз / Стюарт Й., Джойс В.; [пер. з англ.]. – К.: ФАДА, ЛТД, 2002. – 393 с.
40. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. – К.: Либідь, 2003. – 374 с.
41. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. / М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
42. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / Фрейд З. – М.: СГУ, 2000. – 669 с.
43. Фрейд З. Психология бессознательного: Сб. произведений / Сост., науч. ред., авт. вступ. ст. М.Г. Ярошевский. – М.: Просвещение, 1989. – 448 с.

44. Хорні К. Самоаналіз. Психологія жінки. Нові шляхи в психоаналізі. СПб., 2002. - 425 с.
45. Юнг К.Г. Аналітична психологія. Теорія і практика. / Пер. с нем. – М.: Канон, 1994. – 320 с.
46. Юнг К.Г. Архетип і символ. -М.: Ренессанс, 1991. - 276 с.
47. Юнг К.-Г. Душа і миф: шість архетипів / Юнг К.-Г.; [пер. с англ.]. – К.: Порт-Рояль, 1997. – 384 с.

Методичне забезпечення

1. Методичні вказівки до семінарських, практичних занять та самостійної роботи з дисципліни «Психологія саморозвитку особистості» (для магістрантів денної форми навчання за спеціальністю 011 «Освітні, педагогічні науки») / Укл.: Т.Л. Антоненко. – Северодонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2020. – 48 с.
2. Методичні вказівки до семінарських, практичних занять та самостійної роботи з дисципліни «Психологія саморозвитку особистості» (для магістрантів заочної форми навчання за спеціальністю 011 «Освітні, педагогічні науки») / Укл.: Т.Л. Антоненко. – Северодонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2020. – 45 с.

Оцінювання курсу

За повністю виконані завдання студент може отримати визначену кількість балів:

Інструменти і завдання	Кількість балів
Участь в обговоренні	42
Індивідуальні завдання	38
Заліковий тест	20
Разом	100

Шкала оцінювання студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS
90-100	A
82-89	B
74-81	C
64-73	D
60-63	E
35-59	FX
0-34	F

Політика курсу

Плагіат та академічна доброчесність:

Під час виконання завдань студент має дотримуватись політики академічної доброчесності. Запозичення мають бути оформлені відповідними посиланнями. Списування є забороненим.

Завдання і заняття:

Всі завдання, передбачені програмою курсу мають бути виконані своєчасно і оцінені в спосіб, зазначений вище. Аудиторні заняття мають відвідуватись регулярно. Пропущені заняття (з будь-яких причин) мають бути відпрацьовані з отриманням відповідної оцінки не пізніше останнього тижня поточного семестру. В разі поважної причини (хвороба, академічна мобільність тощо) терміни можуть бути збільшені за письмовим дозволом декана.

Студент може пройти певні онлайн-курси, які пов'язані з темами дисципліни, на онлайн-платформах. При поданні документу про проходження курсу студенту можуть бути зараховані певні теми курсу та нараховані бали за завдання.

Поведінка в аудиторії:

На заняття студенти вчасно приходять до аудиторії відповідно до діючого розкладу та обов'язково мають дотримуватися вимог техніки безпеки.

Під час занять студенти:

- не вживають їжу та жувальну гумку;
- не залишають аудиторію без дозволу викладача;
- не заважають викладачу проводити заняття.

Під час контролю знань студенти:

- є підготовленими відповідно до вимог даного курсу;
- розраховують тільки на власні знання (не шукають інші джерела інформації або «допомоги» інших осіб);
- не заважають іншим;
- виконують усі вимоги викладачів щодо контролю знань.