

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

ЗАТВЕРДЖУЮ
Перший проректор
Микола Шинкарик
« 31 » Серпня 2020 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

**з дисципліни «Психологія Я-концепція»
ступінь вищої освіти: молодший бакалавр
галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки
спеціальність: 053 Психологія
освітньо-професійна програма: «Психологія»**

кафедра психології та соціальної роботи

Форма навчання	Курс	Се-местр	Лекції (год.)	Практ. (семін.) (год.)	ІРС (год.)	Тренінг (год.)	Самост. робота студ. (год.)	Разом (год.)	Залік (сем.)	Екз. (сем.)
Денна	2	2	28	28	3	4	87	150	2	-

**Тернопіль – ТНЕУ
2020**

Робочу програму склала професор кафедри психології та соціальної роботи,
д.психол.н., професор **Фурман Оксана Євстахіївна**.

Розглянуто та схвалено групою забезпечення спеціальності 053 Психологія,
протокол № 1 від 28 серпня 2020 р.

Керівник групи
забезпечення спеціальності
д.психол.н., професор



Анатолій ФУРМАН

**Структура робочої програми навчальної дисципліни
«Психологія Я-концепції»**

1. Опис дисципліни «Психологія Я-концепції»

Дисципліна «Психологія Я-концепції»	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів ECTS – 5	галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»	Статус дисципліни - Вибіркова Мова навчання українська
Кількість залікових модулів – 3	спеціальність 053 «Психологія» освітньо-професійна програма «Психологія»	Рік підготовки <i>Денна – 2</i> Семестр: <i>Денна – 4</i>
Кількість змістових модулів – 3	Ступінь вищої освіти – молодший бакалавр	Лекції: <i>Денна – 28</i> Практичні заняття: <i>Денна – 28</i>
Загальна кількість годин – 150		Самостійна робота: <i>Денна - 87</i> Індивідуальна робота – 3 Тренінг - 4
Тижневих годин: Денна форма навчання - 10,7 з них аудиторних – 4		Вид підсумкового контролю – залік

2. Мета й завдання вивчення дисципліни «Психологія Я-концепції»

2.1. Мета вивчення дисципліни.

Програма та тематичний план дисципліни спрямовані на глибоке та ґрунтовне оволодіння студентами знаннями із курсу “**Психологія Я-концепції**”, а також на процес формування умінь, навичок й норм та їх застосування у суспільному житті.

Предметом вивчення цієї дисципліни є самопізнання та позитивне формування Я-концепції людини в освітній навчальній організації. При цьому Я-концепція – феномен змінний, синтетичний, синергійний, тобто такий, що постійно перебуває під впливом як зовнішніх соціально-економічних умов, так і внутрішніх – самоспричинювальних, самореалізаційних. Саме це явище являє собою центральну ланку самосвідомості, тобто те надскладне утворення внутрішнього світу людини, котре сутнісно полягає у сприйнятті нею численних образів самої себе у

потоці найрізноманітніших ситуацій соціальної взаємодії та поєднанні цих образів у цілісне узагальнене уявлення – бачення себе у форматі Всесвіту.

Отже, у психодуховному світі людини і її самосвідомості зокрема, Я-концепція – важлива структурна складова психологічної самоорганізації, яка виконує функцію передумови і наслідку ефективності соціальної взаємодії і якості життя в цілому. Вона здебільшого формовивається як відносно усталена, динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, або ж як цілісний образ власного Я, котрий синтезує її самосприйняття такою, якою вона є, хоче бути в ідеалі і має обов'язково стати. Звідси очевидно, що Я-концепція визначає, по-перше, як буде діяти людина в конкретній ситуації, по-друге, як інтерпретуватиме дії і вчинки інших, по-третє, чого очікуватиме від близького і віддаленого майбутнього.

Мета вивчення дисципліни – оволодіння студентами теоретичними знаннями та практичними навичками, моральними нормами та гуманними цінностями позитивного творення себе, а відтак й оточення.

2.2. Завдання вивчення дисципліни.

У результаті вивчення курсу «Психологія Я-концепції» студенти повинні:

- оволодіти різними теоретико-практичними підходами до розуміння предмета психологічного вивчення;
- пізнати психологію Я-концепції людини у взаємозв'язку та поєднанні інтеракціоністичного, феноменологічного та соціально-культурного аспектів;
- застосовувати знання, уміння, навички та досвід творення себе як суб'єкта, особистості, індивідуальності та універсума докільця;
- формувати практичні навички і норми позитивного утворення свого Я-образу, Я-ставлення і на підґрунті цього самоздійснення гуманних Я-вчинків.

2.3. Передумови для вивчення дисципліни

Перелік дисциплін, які мають бути вивчені раніше: Теорія та історія психології, Загальна психологія, Вікова і педагогічна психологія, Психодіагностика, Соціально-психологічний практикум.

3. Програма навчальної дисципліни «Психологія Я-концепції»

Змістовий модуль І.

Обґрунтування Я-концепції в класичних психологічних теоріях

Тема 1. Проблематика Я у психоаналітичній теорії Зигмунда Фрейда.

“Я” як наукова проблема психології. Подвійний характер самосвідомості. Психологічна структура особистості у психоаналітичній теорії З. Фрейда. Рівні психічного життя людини. Я-концепція у структурі внутрішнього світу особи. Захисні механізми “Его”. Явище ідентифікації як

вияв емоційного зв'язку з іншими. Комплекси Едипа та Електри. Психоаналітичні методи терапевтичної роботи з пацієнтами.

ключові поняття:

Я-концепція, самосвідомість, свідомість, психоаналітична теорія, несвідоме, свідоме, підсвідоме, надсвідоме, “Над-Я”, або “Супер-Его”, “Я”, або “Его”, “Воно”, або “Іg”, ідентифікація, витіснення, проекція, заміщення, раціоналізація, протидія, регресія, сублімація, заперечення, комплекси, метод вільних асоціацій, аналіз сновидінь, трансфер, психотерапія.

[2; 3; 4; 8; 9; 10; 11]

Тема 2. Структурно-функціональна модель глобальної Я-концепції у науковому підході Роберта Бернса.

Концептуальні підходи до розуміння психологічної структури Я-концепції. Самісний формат структурного компонента психологічної організації особи. Шкала самосприйняття та ретроспективні розвідки щодо обґрунтування Я-концепції. Я образ людини. Складові самоорганізації людини у сфері самосвідомості. Самооцінка. Когнітивна, оцінкова та поведінкова складові. Афект неадекватності. Теоретична модель Я-концепції Р. Бернса та її узагальнена характеристика. Структура Я-концепції людини. Значення Я-концепції у житті особи.

ключові поняття:

Я-концепція, самосвідомість, соціальна взаємодія, фізичний Я-образ, соціальні ідентичності, диференційований образ Я, Я-минуле, Я-теперішнє, Я-майбутнє, Я-усвідомлювальне (І), Я-як об'єкт (Ме), інтегральне Я (Self), когнітивна, оцінкова, поведінкові складові, самооцінка, реальне Я, ідеальне Я, дзеркальне Я, значення Я-концепції.

[1; 4; 8; 9; 10]

Тема 3. Концепція самості у феноменологічній теорії Карла Роджерса.

Я-концепція у науковому осмисленні феноменологів. Я-концепція в ієрархії потреб людини. Риси самоактуалізованої особистості. Концепція самості. Розвиток Я-концепції. Організмичні оцінкові процеси. Система батьківського виховання. Стан невідповідності Я і досвіду. Поняття про повноцінно функціональних людей. Q-сортування як методика дослідження ставлення особистості до себе і визначення індексу задоволення собою. Призначення та основний зміст діагностичної методики. Самоописання й ідеальне самосхарактеризування.

ключові поняття:

феноменологічна (гуманістична) психологія, суб'єктивне сприймання, пізнання дійсності, самоактуалізація, ієрархія потреб, концепція самості, актуалізація, повноцінно функціональна особистість, Q-сортування, реальне Я, ідеальне Я, індекс задоволення собою.

[3; 4; 8; 9]

Змістовий модуль 2

Розвиток і формування Я-концепції особи у системі соціально-культурної взаємодії

Тема 4. Его-психологія в теорії особистості Еріка Еріксона.

Психологічне розуміння Его-ідентичності та сутнісні відмінності між Его-психологією і психоаналізом. Психосоціальний розвиток людини від народження до школи: немовлячий вік, раннє дитинство та вік гри. Становлення Его-ідентичності у шкільний вік та у період юності. Роль ранньої, середньої та пізньої зрілості у формуванні людини. Его-інтеграція особи в контексті життєвого вчинку.

ключові поняття:

психосоціальний розвиток, его-ідентичність, его-інтеграція, стадії особистісного розвитку, епігенетичний принцип, психосоціальна криза, позитивні новоутворення, життєвий шлях, творчий шлях, людський вчинок.

[4; 8; 9; 11]

Тема 5. Особливості ситуативного та вікового розвитку Я-концепції людини.

Зовнішність та її вплив на розвиток Я-концепції людини. Роль сім'ї і інваріантах розвитку самооцінки дитини. Особливості розвитку Я-концепції школярів у взаємозв'язку із навчальною успішністю. Розвиток Я-концепції у період юності. Я-концепція наставника та його спроможність до самозростання.

Ключові поняття:

образ тіла, схема тіла, фізичне Я, психофізичне Я, тілесне Я, егоцентризм, ендоморфна або пікнічна будова тіла, мезоморфна або атлетична будова тіла, ектоморфна або астенична будова тіла, генеративність, суперечлива Я-концепція, гармонійна Я-концепція.

[1; 8; 9; 11]

Тема 6. Я-концепція у контексті соціального доквілля.

Концепція самоефективності у взаємодії з іншими. Індивідуальний локус контролю. Колективна ефективність. Особиста схильність людини на користь свого Я. Ефект неправдивого консенсусу. Вплив культури на становлення Я-структур особи. Ефект посилення на себе. Незалежний та взаємозалежний погляд на становлення Я-концепції. Роль індивідуалізму й колективізму у становленні Я людини. Комунітаріанізм. Відхилення у розвитку Я-концепції. Причинно-мотиваційне значення Я-концепції у життєактивності індивіда.

ключові поняття:

самоефективність, колективна ефективність, схильність на користь свого Я, ефект неправдивого консенсусу, зовнішній та внутрішній локус контролю, Я-структури, незалежне Я, взаємозалежне Я, ефект посилення на себе, самобутність Я, індивідуалізм, колективізм, комунітаріанізм, роздвоєння концептуального Я.

[4; 6; 7; 8; 9; 11]

Тема 7. Соціальний і суб'єктний контексти розвитку Я-концепції.

Я-концепція як персоніфікація і спосіб соціальної поведінки.

Схильність на користь Я. Ідея самоспричинення. Значення символів у становленні Я-концепції. Функція значущих символів. Я-концепція у структурі інтегральної суб'єктності. Модель вільного спричинення. Структурна складова психологічної самоорганізації людини в освітньому процесі.

ключові поняття:

персоніфікація, самопідкріплення, самоспричинення, самоусвідомлення, рівень власної гідності, ідентифікація, символіка, лінгвістичні символи, інтегральна суб'єктність, ідея вільного спричинення, іманентне Я, ідеальне Я, трансцендентальне Я, трансфінітне Я, відносний суб'єкт, моносуб'єкт, полісуб'єкт, метасуб'єкт, абсолютний суб'єкт, оптимізація міжособистісних взаємин.

[4; 6; 7; 8; 9]

Змістовий модуль 3

Самотворення позитивної Я-концепції в інноваційному освітньому оргпроцесі

Тема 8. Становлення позитивної Я-концепції за модульно-розвивальною організаційною системою.

Я-концепція людини у сфері оргклімату. Самотворення Я-концепції наступників в інноваційній системі. Ієрархічна система диспозицій. Модель самотворення. Становлення Я-образу: когнітивна складова суб'єкта організаційно-освітньої поведінки. Категорійно-сутнісні характеристики самотворення позитивної Я-концепції. Утворення позитивного Я-ставлення: емоційно-оцінкова складова особистості у процесі оргосвітньої діяльності. Розгортання Я-вчинку: вчинково-креативна складова індивідуальності під час вартісного наповнення оргосвітньої події.

ключові поняття:

модульно-розвивальна система, організаційний клімат, самотворення, розвивальна взаємодія, особистісна адаптованість, Я-образ, Я-ставлення, Я-вчинок, Я-духовне, паритетність, система установок, позитивна Я-концепція; суб'єкт, особистість, індивідуальність.

[4; 8; 9]

Тема 9. Спонтанно-духовна організація Я-концепції універсума.

Ідея спонтанної активності (ІСА) у духовному контексті. Принципи активності та саморозвитку як форми спонтанної активності. Принцип ієрархічності та його психологічний зміст. Принципи самоорганізації духовної сфери людини як універсума. Ноогенний невроз. Науковий аналіз напрямків соціально-психологічного обґрунтування духовності. “Методологічний квадрат” складових духовності у сфері вітакультурного буття універсума. Духовні стани. Самотворення абсолюту Я-духовного універсума за інноваційної системи модульно-розвивального навчання.

ключові поняття:

ідея спонтанної активності, причинність, активність, саморозвиток, ієрархічність; принципи ментальності, розвитковості, духовності, модульності; особистісний ідеал, телеологія, архетипи, особисте несвідоме, колективне несвідоме, оргклімат, універсум, сенс життя, Я-реальне, Я-

несвідоме, Я-ідеальне, абсолют Я-духовного, інноваційний освітній процес, модульно-розвивальна система, самореалізація, “методологічний квадрат” духовності.

[4; 5; 8; 9]

4. Структура залікового кредиту з дисципліни "Психологія Я-концепції" Денна форма навчання

	Кількість годин				
	Лекції	Практичні	Самостійна робота	Індивідуальна робота	Контрольні заходи
Змістовий модуль 1.					
Обґрунтування Я-концепції в класичних психологічних теоріях					
Тема 1. Проблематика «Я» у психоаналітичній теорії Зигмунда Фрейда	2	2	7	-	
Тема 2. Структурно-функціональна модель глобальної Я-концепції	2	2	10	-	
Тема 3. Концепція самості у феноменологічній теорії	2	2	10	1	
Змістовий модуль 2					
Розвиток і формування Я-концепції особи у системі соціально-культурної взаємодії					
Тема 4. ЕГО-психологія в теорії особистості	4	4	10		
Тема 5. Особливості ситуативного та вікового розвитку Я-концепції	4	4	10	1	М 1 – 2 год.
Тема 6. Я-концепція у контексті соціального довкілля	2	2	10		
Тема 7. Соціальний і суб'єктний контексти розвитку Я-концепції	4	4	10		
Змістовий модуль 3					
Самотворення позитивної Я-концепції в інноваційному освітньому оргпроцесі					
Тема 8. Становлення позитивно-гармонійної Я-концепції за інноваційних освітніх умов	4	4	10	1	

Тема 9. Спонтанно-духовна організація Я-концепції	4	4	10		М 2 (РКР) – 2 год..
Разом	28	28	87	3	

5. Тематика практичних занять

Практичне заняття №1

Тема. Проблематика Я у глибинній психології.

Мета: забезпечити формування у студентів позитивного процесу ідентифікації з довкіллям задля повного становлення себе як особистості.

Запитання для обговорення:

1. “Я” – центральна ланка у психологічній науці.
2. Рівні психічного життя людини та їх взаємозв’язок із структурою особистості.
3. Витіснення, проекція, заміщення і раціоналізація як захисні механізми “Его”.
4. Соціально-психологічний аналіз протидії, регресії, сублимації та заперечення.
5. Механізм ідентифікації та його сутність.
6. Методи терапевтичної роботи з пацієнтами.
[2; 3; 4; 8; 9; 10]

Практичне заняття №2

Тема. Поняття про Я-концепцію у структурно-функціональній моделі Р. Бернса.

Мета: сформувати уявлення про складові Я-концепції та їх значення у житті людини.

Запитання для обговорення:

1. Соціально-психологічні підходи до розуміння структури Я-концепції.
2. Шкала самосприйняття та обґрунтування проблеми Я В. Джемсом, Ч. Кулі, Дж. Мідом тощо.
3. Структурні компоненти самоорганізації людини та їх психологічна сутність.
4. Модель глобальної Я-концепції Р. Бернса та її характеристика.
5. Поняття про Я-образ як когнітивну складову Я-концепції.
6. Емоційно-оцінковий компонент Я-концепції людини.
7. Самопізнання, самоставлення і саморегуляція як основні процеси самосвідомості.
8. Значення Я-концепції у життєреалізуванні людини.
[1; 4; 8; 9; 10]

Практичне заняття №3

Тема. Я-концепція у гуманістичній психології.

Мета: сприяти утворенню у студентів характеристик повноцінно-функціональної особистості.

Запитання для обговорення:

1. Психологічна організація внутрішнього світу людини у науковому осмисленні феноменологів (К. Роджерс, А. Маслоу).
2. Сутність концепції самості у теорії К. Роджерса.
3. Формування та розвиток Я-концепції.
4. Характеристики повноцінно функціональних людей та їх змістовий аналіз.
5. Q-сортування як методика дослідження ставлення особи до себе.
[3; 4; 8; 9]

Практичне заняття №4

Тема. Психосоціальний розвиток людини.

Мета: сприяти формуванню та виявленню позитивних новоутворень у студентів, а також розумінню кризових періодів у житті людини та ролі сім'ї у становленні її самооцінки.

Запитання для обговорення:

1. Поняття про Его-ідентичність та стадії психосоціального розвитку людини.
2. Сутнісні відмінності між Его-психологією і психоаналізом .
3. Соціальний розвиток особи від народження до школи.
4. Формування Его-ідентичності у шкільний вік та у час юності.
5. Значення ранньої, середньої та пізньої зрілості у становленні людини.
6. Поняття про Его-інтеграцію у форматі життєвого вчинку.
[4; 8; 9; 11]

Практичне заняття №5

Тема. Особливості ситуативного та вікового розвитку Я-концепції особистості.

Мета: проаналізувати та обґрунтувати особливості становлення Я-концепції за віковими періодами.

Завдання для обговорення:

1. Зовнішність та її вплив на розвиток Я-концепції.
2. Значення сім'ї у становленні самооцінки особи.
3. Розвиток Я-концепції школярів та юнаків у процесі соціальної взаємодії.
4. Я-концепція наставника та його спроможність до самозростання.
[1; 8; 9; 11]

Практичне заняття №6

Тема. Становлення Я-концепції у контексті соціальних взаємостосунків.

Мета: забезпечити утворення концепції самоефективності для встановлення гармонійних Я-структур людини.

Запитання для обговорення:

1. Самоефективність у контексті соціальної взаємодії.
 2. Схильність на користь свого Я як тенденція збереження Я-концепції.
 3. Культура та її вплив на Я-структури людини.
 4. Поняття про незалежне і взаємозалежне Я.
 5. Значення індивідуалізму та колективізму під час утворення Я людини.
 6. Я-концепція у життєактивності людини.
 7. Взаємозв'язок Я-концепції із типами ідентичності.
- [4; 6; 7; 8; 9; 11]

Практичне заняття №7

Тема. Соціальний і суб'єктивний аспекти розвитку Я-концепції.

Мета: сприяти утворенню складної та стійкої Я-концепції у студентів.

Запитання для обговорення:

1. Роль символів у формуванні Я-концепції та природа Я.
 2. Системність соціальних взаємостосунків та функції Я.
 3. Різновиди Я-концепції людини (робоча, складна, точна, стійка).
 4. Я-концепція у форматі інтегральної суб'єктності.
 5. Я-концепція особи в освітньому процесі.
- [4; 6; 7; 8; 9]

Практичне заняття №8

Тема. Становлення Я-концепції у сфері інноваційно-психологічного клімату.

Мета: формування позитивного Я-образу, Я-вчинку студента через форми спонтанної активності.

Запитання для обговорення:

1. Позитивно-гармонійна Я-концепція у сфері інноваційного клімату.
 2. Модель самотворення та її соціально-психологічний аналіз.
 3. Процес утворення Я-образу суб'єкта, Я-ставлення особистості, Я-вчинку індивідуальності.
 4. Основні характеристики самотворення позитивно-гармонійної Я-концепції людини за умов освітнього процесу.
- [4; 8; 9]

Практичне заняття №9

Тема. Спонтанно-духовна складова Я-концепції універсума.

Мета: сприяти формуванню в студентів складових-носіїв духовності та здійснити підсумковий аналіз пройденого навчального курсу.

Запитання для обговорення:

1. Спонтанна активність у духовному контексті.
2. Принципи активності та саморозвитку та їх психологічний зміст.
3. Ієрархічність як форма спонтанної активності.
4. Самоорганізація духовної сфери людини як універсума.
5. Методологічний квадрат складових духовності та функціональні ролі Я-концепції людини.

6. Комплексне практичне індивідуальне завдання

Виконання КПЗ є складовою навчального процесу, активною формою самостійної роботи студентів. Під час його виконання студенти закріплюють теоретичні знання з курсу “Психологія Я-концепції”.

Загальні вимоги до виконання КПЗ

Кожний варіант складається з теоретичного питання, розкриваючи зміст якого студенти повинні обґрунтувати знання наукових літературних джерел.

Особливу увагу слід приділити оформленню завдання, обсяг якого має бути не менше 10 сторінок друкованого тексту (Times New Roman, 14 кегель, через 1,5 інтервали, ліве поле 3 см, верхнє, праве, нижнє - 2 см). Сторінки тексту нумерують. Наприкінці роботи додається список використаної літератури, оформлений з дотриманням стандартів.

Добір літератури, статистичної інформації та інших матеріалів

Навчальну літературу з вибраного варіанта завдання студент добирає як за рекомендованим списком літератури, так і самостійно. Особливу увагу слід звернути на періодичні наукові видання. Опрацювання їх у запропонованих темах завдань вигідно вирізнятиме роботу.

Виклад змісту

Зібраний, вивчений і опрацьований матеріал за темою викладається відповідно до запропонованого плану, за яким кожний розділ починається з нової сторінки. Сторінки нумеруються у правому верхньому куті. Таблиці, схеми, рисунки повинні мати назву. На конкретні дані з першоджерел робляться посилання.

Варіанти КПЗ

1. Я-концепція – центральна ланка самосвідомості.
2. Свідомість, самосвідомість і Я-концепція, їх взаємоспричинення та взаємозв'язок.
3. Сублімація та регресія – захисні механізми Еґо.
4. Заміщення та раціоналізація як захисні механізми Я-людини.
5. Роль гуманістичних підходів у становленні Я-концепції.
6. Методики дослідження Я-концепції людини, їх сутність та обґрунтування.
7. Роль Еґо-інтеграції у становленні Я-концепції людини.
8. Значення символів під час формування Я-концепції людини.
9. Образи суб'єктивної реальності та їх взаємозв'язок із складовими Я-концепції.
10. Компоненти Я-концепції та їх змістова сутність.
11. Я-образ як визначальний компонент Я-концепції.
12. Роль самооцінки, самоповаги у становленні концептуального Я.
13. Позитивно-гармонійна Я-концепція та її значення в житті людини.
14. Проблематика архетипів в концепції К. Юнга.

15. Поняття про особистість та її Я в підході К. Хорні.

КПЗ виконується студентами у формі проведення психодіагностичних методик дослідження Я-концепції людини та здійснення їх кількісного і якісного соціального аналізу. Перелік методик, що потрібно провести та опрацювати (кожна методика проводиться із п'ятьма особами, оброблені бланки, а також здійснений аналіз складаються у папку з файлами):

- визначення ідентифікаційного зв'язку і почуття “Ми”;
- незалежного і взаємозалежного Я;
- тест “Символічний образ Я”;
- дослідження егоцентризму;
- “Я – соціально-символічні завдання”;
- тест “Дім – Дерево – Людина”;
- дослідження самооцінки особистості (3 версії);
- діагностики рівня суб'єктивного контролю;
- особистісної адаптованості людини;
- діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі.

7. Самостійна робота студентів (денна форма навчання)

№ п/п	Теми	К-сть годин
1.	Поняття про Я-концепцію в осмисленні А.А. Налчаджяна	21
2.	Проблема особистої ідентичності І.В. Антонова	22
3.	Рівні і одиниці самосвідомості В.В. Століна	22
4.	Поняття про самосвідомість в концепції І.С. Кона	22
Разом:		87

8. Тренінг з дисципліни

Організація і проведення тренінгу (4 год.)

З дисципліни «Психологія Я-концепції»

(Радчук Г.К., Андрійчук І.П. Психолого-педагогічні умови гармонізації Я-концепції майбутніх практичних психологів. Методичні рекомендації для викладачів вищих навчальних закладів та практичних психологів освіти. – Тернопіль, 2002. – С. 26–47).

Метою запропонованого тренінгу є гармонізація Я-концепції студента, його уявлень про себе і ставлення до себе; активізація процесів особистісного саморозвитку; формування навичок емоційної та поведінкової саморегуляції.

Умовами успішної роботи Т-груп є:

Встановлення гуманних стосунків у процесі занять. Члени групи повинні навчитися брати на себе відповідальність, самостійно розв'язувати свої проблеми, а також вміло використовувати отримані у групі досвід та інформацію.

Формування навичок прийняття людини такою, яка вона є, – безумовна позитивна оцінка особистості в цілому, відмова від оцінкових суджень, заміна їх такими, які б свідчили про готовність до порозуміння. При підборі Т-групи найважливіше сформуванню стійку внутрішню мотивацію кожного до роботи, до взаємодії. Попередньо студентам пропонується відповісти на запитання: 1) Що я чекаю від роботи у групі? 2) Які проблеми буду розв'язувати? 3) З якими труднощами я зустрічаюся, навчаючись у ВНЗ?

На початку роботи кожної групи проводиться вступна бесіда з учасниками, в якій висвітлюються мета, завдання, принципи функціонування групи (звертатись один до одного на “Ти” і по-імені, щоб забезпечити спілкування у системі “людина-людина”; бути відповідальним за свої вчинки та дії; все, що відбувається, здійснюється “тут і тепер”; все, що робиться у групі, повинно відбуватися добровільно, конфіденційно; треба приймати себе та інших такими, які вони є).

Найважливішими принципами керівника групи є відповідальність, компетентність, конфіденційність. Кількість учасників у групі становить від 10 до 15 осіб. Тривалість тренінгу 40 годин, тобто 10 занять по 4 години кожне. Тренінг передбачає три взаємопов'язаних частини: I – підготовча (4-8 год); II – основна (28-32 год); III – завершальна (4 год). Перед кожним заняттям обов'язково чітко формулюється *інструкція* для учасників.

Кожне тренінгове заняття складається із 4 елементів:

1. Рефлексія попереднього досвіду, аналіз домашніх завдань із самопізнання та саморозвитку, формулювання близьких цілей.
2. Подальший поступ у предметі вивчення, який передбачає пошук і привласнення засобів досягнення поставленої цілі.
3. Підвищення групової згуртованості, яка передбачає саморозкриття учасників, довірливе спілкування, відчуття захищеності кожного всередині даної групи.
4. Підведення підсумків. Рефлексія роботи в групі.

9. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

У процесі вивчення дисципліни “Психологія Я-концепції” використовуються наступні засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- поточне тестування та опитування;
- підсумкове тестування за кожним змістовим модулем;
- ректорська контрольна робота;
- оцінювання виконання КППЗ;
- залік.

10. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни “Психологія Я-концепції” визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

(%)

Заліковий модуль 1	Заліковий модуль 2 (РКР)	Заліковий модуль 3 (підсумкова оцінка за КПЗ)
30 %	40 %	30 %
Усне опитування під час занять (5 тем по 10 балів = 50 балів). Письмова робота 50 балів	Усне опитування під час занять (4 тем по 10 балів = 40 балів). Письмова робота 60 балів	1. Написання КПЗ у формі письмової роботи (40 балів) 2. Захист КПЗ (40 балів) 3. Участь у тренінгах (20 балів)

Шкала оцінювання:

За шкалою університету	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90-100	відмінно	A (відмінно)
85-89	добре	B (дуже добре)
75-84		C (добре)
65-74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35-59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

11. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

№	Найменування	Номер теми
1.	Курс лекцій	1-9
2.	Індивідуальні завдання для самостійного виконання	1-9
3.	Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: Монографія. – Тернопіль: Економічна думка, 2002. – 186 с.	1-9

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Аркатова О.Є., Єльчанінова Т.М. Постельник М.В., Аркатов Е.С., Єльчанінов Т.Н. Становлення самосвідомості як соціальної адаптації та чинників, які зумовлюють життєві стратегії. Херсонський державний університет. Видавничий дім: Гельветика, 2019
2. Будин И.Ф. Япарова О.Г. Особенности Я-концепции педагогов дошкольного образовательного учреждения с разным стажем работы. *Pedagogy and Psychology. Theory and practice.* 2017. № 2. P.89-91
3. Блохина Т.С. Соотношение понятий «Я-концепция» и «образ Я». *Акмеология.* 2017. № 3. cyberlenika.ru
4. Демчук О.А. Я-концепція як продукт розвитку самосвідомості особистості. *Молодий вчений.* 2016. С. 240-243.
5. Дудник О.А. Факторна структура емоційно-оцінних характеристик Я-концепції студентів із високим рівнем особистісної безпорадності. Психологічні перспективи. Луцьк, 2019. Вип. 33. С 103-114.
6. Дудник О.А. Емоційно-оцінний компонент Я-концепції особистості. Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології: матеріали VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. Луцьк: ПП Іванюк В.П, 2019. С.135–138.
7. Отич Д. Екологічна самосвідомість особистості як психологічний феномен. *Науковий часопис НПУ ім. М.І. Драгоманова.* Серія 12: Психологічні науки. 2020. С. 87-94.
8. Подофей С.О. Вплив значущих інших на формування Я-концепції підлітків-діабетиків: дис... к. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2016. 232 с.
9. Попова О.Б. Изучение Я-концепции акцентуированной личности. *Акмеология.* 2017. № 3.
10. Рашковська І.В. Самооцінка та ідеальне «Я» підлітка. Теорія і практика/І.В. Рашковська. – Київ: Шкільний світ, 2018. – 120 с.
11. Сміт Д. Думати, як Зигмунд Фрейд / Пер. з англ. К. Козачук. Київ : КМ-Букс, 2019. 206 с.
12. Стельмах О.В. Психологічні умови формування професійної Я-концепції майбутніх рятувальників: дис. ...к.психол.наук: 19.00.07. Острог, 2016. 265 с.
13. Фурман О.Є. Я-концепція як предмет багатоаспектного теоретизування. Психологія і суспільство. 2018. № 1-2. С. 38-67.
14. Фурман О.Є., Фурман А.В. Маніпуляція як феномен соціально-психологічного тиску // Мат-ли Міжнар. наук.-практ. конф. [«Україна в умовах реформування правової системи: сучасні реалії та міжнародний досвід»], (Тернопіль, 21-22 квітня 2017р.) / МОН України, Тернопільський національний економічний університет. – Тернопіль: Економічна думка, 2017. – С. 220–223.
15. Лурка А. Responsibility of personality in coordinates of psychological analysis. Психологія і суспільство. 2018. №1-2. С. 109-117.
16. Лурка М. Peculiarities of the mutually caused development of personality self-consciousness and self-concept. Психологія і суспільство. 2018. №3-4. С. 154-162.