

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки
Кафедра соціальної роботи та педагогіки вищої школи



Заступник ректора з науково-педагогічної і
навчальної роботи та рекрутації
проф. С. В. С. П. М.

Протокол № 2 від «17» жовтня 2018 р.

№89117102018

ПРОГРАМА
вибіркової навчальної дисципліни

САМОВИХОВАННЯ І САМОРЕГУЛЯЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

підготовки магістра

спеціальності 0.11 Освітні, педагогічні науки

освітньої програми (спеціалізації) Педагогіка вищої школи

Луцьк – 2018

Програма навчальної дисципліни «Самовиховання і саморегуляція особистості» підготовки магістра, галузі знань 01 Освіта/Педагогіка за спеціальністю 0.11Освітні, педагогічні науки за освітньою програмою Педагогіка вищої школи.

Розробник: Мартинюк Тетяна Анатоліївна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи

Рецензент: Гончарук Ольга Валеріївна, кандидат педагогічних наук, доцент педагогіки.

Програма навчальної дисципліни затверджена на засіданні кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи

протокол № 2 від 18 вересня 2018 р.

Завідувач кафедри:  (Гусак П.М.)

Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною комісією факультету педагогічної освіти та соціальної роботи
протокол № 2 від 18.09. 2018 р.

Голова науково-методичної комісії факультету  (Антонюк В.З.)

Програма навчальної дисципліни схвалена науково-методичною радою Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

©Мартинюк Т.А., 2018 р.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Таблиця 1.1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
Денна форма навчання	01 Освіта/Педагогіка 0.11 Освітні, педагогічні науки Педагогіка вищої школи Магістр	Вибіркова
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання 6
ІНДЗ: <u>немає</u>		Семестр 11- ий
		Лекції 16 год.
		Практичні (семінарські) 16 год.
		Самостійна робота 80 год.
		Консультації 8 год.
	Форма контролю: залік	

2. АНОТАЦІЯ КУРСУ:

Програма навчального курсу «Самовиховання і саморегуляція особистості» складена відповідно до навчального плану підготовки здобувача другого рівня вищої освіти. Навчальний курс спрямований на оволодіння студентами знаннями, що дозволяють вивчити себе, усвідомити власну професійну мотивацію і можливості саморегуляції як у професійній сфері, так і особистій.

Метою навчальної дисципліни “Самовиховання і саморегуляція особистості ” є озброєння майбутніх викладачів вищої школи теоретичними професійними знаннями та практичними навичками з проблем самовиховання, самопізнання, розвитку самосвідомості, набуття досвіду особистісних змін, послідовного самопізнання та сприяння особистісному зростанню та самоздійсненню, саморегуляції та самореалізації у практичній діяльності.

Завданнями курсу є:

- оволодіння теоретичними знаннями з проблем самовиховання, самопізнання та саморозвитку особистості на різних вікових етапах;
- розкриття значення процесу самопізнання як механізму розвитку самосвідомості;
- актуалізація знань про професійно значущі якості особистості майбутніх педагогів вищої школи та мотивацію на їх розвиток та самовдосконалення;

3. КОМПЕТЕНЦІЇ

До кінця навчання студенти будуть компетентними у таких питаннях:

- здатність до адекватного розуміння себе і здійснення продуктивного самовиховання своєї особистості;
- здатність до ознайомлення та подальшої особистісної та професійної роботи з основними засобами самопізнання та саморозвитку;
- здатність до самодослідження і саморегуляції у професійному самовизначенні;
- готовність до набуття досвіду особистісних змін, послідовного самопізнання та самовиховання особистості викладача закладу вищої освіти.

4. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Структура навчальної дисципліни для денної форми навчання представляється у вигляді таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. Теоретико-методологічні засади обґрунтування самовиховання та саморегуляції особистості					
Тема 1. Історія самоосвіти та самовиховання особистості	14	2		10	
Тема 2. Самовиховання як фактор розвитку особистості.	14	2	2	10	
Тема 3. Сутність процесу самопізнання як провідного компоненту самовиховання	14	2	2	10	
Тема 4. Самооцінка у структурі самовиховання та самооцінювальної діяльності особистості. Методи діагностики та корекції самооцінки	14	2	2	10	
Тема 5. Регулятивні операції у самовихованні	16	2	2	10	2
Разом за модулем 1	70	10	8	50	2
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Технології самовиховання, самопізнання та саморегуляції					
Тема 6. Вікові рівні самовиховання особистості та їх характеристика	11	2	2	7	
Тема 7. Особливості організації процесу самовиховання	12	2	2	6	2
Тема 8. Сутність професійного самовиховання майбутніх педагогів. Формування вміння професійного самовиховання у студентів.	13	2	2	7	2
Тема 9. Методики релаксації у системі аутогенного тренування та інших системах.	16		2	10	2
Разом за змістовим модулем 3	50	6	8	30	6
Всього годин:	120	16	16	80	8

5. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ (СЕМІНАРСЬКИХ) ЗАНЯТЬ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. Теоретико-методологічні засади обґрунтування самовиховання та саморегуляції особистості

Тема 1. Історія самоосвіти та самовиховання особистості

1. Самовиховання в історичному аспекті.
2. Феномени «самовиховання» і «самовдосконалення» в українській народній педагогіці.
3. Проблема самоосвіти та самовиховання особистості в пам'ятках педагогічної літератури періоду Київської Русі. Українські педагоги та просвітителі XVII-XIX ст. про

необхідність наполегливої роботи над собою (Ф. Прокопович, І. Вишенський, К. Ставровецький, Г. Сковорода, Т. Шевченко та ін.).

4. Місце і роль самоосвіти та самовиховання в педагогічних поглядах К.Д. Ушинського, М.І. Пирогова, І.І. Огієнка, Г.Г. Ващенко, С.Ф. Русової. А.С. Макаренка, В.О. Сухомлинський про формування потреби в самоосвіті та самовдосконаленні.

Основна література: 30, 81, 82, 83, 84.

Тема 2. Самовиховання як фактор розвитку особистості.

1. Суть поняття «самовиховання».
2. Роль виховання у процесі самовиховання.
3. Роль самовиховання в розвитку особистості.
4. Взаємозв'язок між саморозвитком і самовихованням.
5. Структура процесу самовиховання. Модель самовиховання особистості.

Література: 17, 39, 51, 52, 55, 56, 70, 71, 72, 79

Тема 3. Сутність процесу самопізнання як провідного компоненту самовиховання

1. Сутнісна характеристика особистості та її психологічна структура.
2. Роль свідомості та самосвідомості в процесі самопізнання.
3. Поняття «Я-концепції».
4. Основні характеристики процесу самопізнання.
5. Методи самопізнання.

Література: 12, 17.

Тема 4. Самооцінка у структурі самовиховання та самооцінювальної діяльності особистості

1. Суть поняття самооцінки.
2. Види самооцінки та їх значення.
3. Характерні риси людей з завищеною та заниженою самооцінкою.
4. Фактори, що впливають на формування самооцінки особистості та умови її вдосконалення.
5. Правила та умови формування об'єктивної самооцінки.
6. Методика самооцінювальної діяльності.
7. Методи діагностики та корекції самооцінки

Література: 12, 17.

Тема 5. Регулятивні операції у самовихованні

1. Особистість як система самоуправління.
2. Загальна характеристика регулювальних процесів.
3. Склад саморегуляції діяльності та поведінки.
4. Вплив думки, слова та волі на саморегулювальний процес.
5. Методи саморегуляції.

Основна література: 12, 17.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Технології самовиховання, самопізнання та саморегуляції

Тема 6. Вікові рівні самовиховання особистості та їх характеристика

1. Психологічні особливості студентського віку.
2. Характеристика особистості студента в ранній дорослості.

3. Самооцінка особистості студента. Самоцінність особистості.
4. Саморозуміння і самопізнання.
5. Особливості переходу від отрочтва до дорослості. Формування вміння роботи вибір.

Література: 4,6,8,9,10, 13,15, 18, 20, 25,31, 32, 34,37, 39,42, 43, 46, 49, 56, 57, 60,64, 67, 68, 89, 92.

Тема 7. Особливості організації процесу самовиховання

- 1.Зміст самовиховання особистості педагога.
2. Основні джерела розвитку самовиховання особистості.
- 3.Рушійні сили та механізм самовиховання.
4. Основні етапи процесу самовиховання особистості.

Література: 2, 22, 25, 29, 37, 47, 57, 58, 72.

Тема 8. Сутність професійного самовиховання майбутніх педагогів. Формування вміння професійного самовиховання у студентів.

1. Особливості професійного самовиховання майбутніх викладачів вищої школи.
2. Взаємозв'язок механізмів професійного самовиховання і творчості студентів.
3. Умови виникнення потреби у професійному самовихованні та самовдосконаленні.
4. Етапи самовдосконалення у процесі оволодіння професійно-педагогічними вміннями.
5. Самовдосконалення студентів у процесі практичної підготовки.

Література: 2, 22, 25, 29, 37, 47, 57, 58, 72.

. Тема 9. Методики релаксації у системі аутогенного тренування та інших системах.

1. Значення та можливості застосування релаксації у життєвих ситуаціях.
2. Стресові ситуації, їх причини, ознаки, наслідки.
3. Ситуації фрустрації, їх причини, ознаки, наслідки.
4. Принципи АТ за Шульцем.
5. Медитативні вправи: зосередження на кольорі, на образі одного кольору, на образі предмета, на абстрактній ідеї, на емоційному стані, на образі іншої людини.
6. Методика релаксації в системі візуалізації: вправа для відчуття розслабленості та спокою, вправа для здобуття відчуття впевненості.
7. Прийоми самонавіювання в раціональній терапії. Формули самонавіювання для підлітків та юнаків за Г. М. Ситінім.

Література: 2, 22, 25, 29, 37, 47, 57, 58, 72.

Таблиця 6.1

6.ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

№ з/п	Тема	Кількість годин
Змістовий модуль І. Теоретико-методологічні засади обґрунтування самовиховання та саморегуляції особистості		
1.	Створіть авторську таблицю «Психологічна структура процесу	2

	самовизначення особистості» та заповніть її.	
2.	Зробіть підбірку інформації про приклади роботи над собою відомих людей, зробіть аналіз та презентацію.	4
3.	Створіть графічне представлення питання «Система самовиховання особистості»	2
4.	Створіть та заповніть таблицю «Методи самовиховання»	5
5.	Скласти власну програму самовиховання (див. Зразок у кн. О.Л. Главацької	5
6.	Виконайте тест «Самооцінка» за кн. О.Л. Главацької, виявіть свою самооцінку за допомогою тесту-питальника за кн. О.Л. Главацької, зробіть письмові висновки.	5
7.	Продумайте та проаналізуйте самонаказ на справжню ситуацію із вашого життя і виконайте його;	5
8.	Наведіть приклади різних рівнів саморегуляції своїх вчинків та поведінки, який рівень у вас домінує?	5
9.	Виконайте творчі завдання для самовдосконалення (за кн. О.Л. Главацької, с. 178)	5
Змістовий модуль III. Правовий супровід роботи соціального працівника в сфері соціального обслуговування		
10.	Виконайте творчі завдання для самовдосконалення (за кн. О.Л. Главацької, с. 178)	2
11.	Скласти власний життєвий проект (методика розроблена Л.В. Сохань).	2
12.	Опрацюйте книгу Л. Хей «Сила всередині нас»;	4
13.	Опрацюйте книгу Д. Карнегі шість способів розташувати до себе людей, дванадцять способів прихилити людей до своєї точки зору і дев'ять способів змінити людину, не наносячи їй образу.	2
14.	Зробіть презентацію книги з тем курсу (на власний вибір)	2
15.	Зробіть презентацію власних життєвих проектів	
	Разом	54

7. РОЗПОДІЛ БАЛІВ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Форми оцінювання: усне опитування у вигляді мультимедійного представлення розроблених по темах проектів, модульна контрольна робота, підсумковий тест.

Таблиця 7.1

Критерії оцінювання висвітлення основного завдання (доповіді) студента на практичному занятті

Бал	Критерії		
	Характер пізнавальної діяльності	Структура відповіді	Характер відповіді
1	Роз'яснення переважної кількості позицій	Зачитує виклад матеріалу за лекцією та одним підручником	Глибоке усвідомлення представлених позицій
2	Виділення та роз'яснення всіх ключових моментів	Поєднує виклад матеріалу за лекцією і кількома підручниками, користуючись записами	Розуміння теорії питання та прикладного її застосування
3	Повне розкриття питання,	Поєднує виклад матеріалу за лекцією і	Виділення ключових позицій питання та акцентування на

	підкріплення викладу фактами та описаними прикладами	кількома підручниками, не користуючись записами	них уваги
4	Наведення власних прикладів щодо прикладного застосування розкритих проблем	Чітка структурована відповідь за попередньо підготовленим планом та детальним описом його позицій, використання додаткових джерел	Повне та ґрунтовне висвітлення проблеми, узагальнення викладеного у вигляді чіткого переліку позицій

Таблиця 7.2

Розподіл балів для денної форми навчання

Поточний контроль (макс = 40 балів)								Модульний контроль (макс = 60 балів)		Загальна кількість балів
Модуль 1								Модуль 2		
Змістовий модуль 1				Змістовий модуль 2				МКР 1	МКР 2	100
T 1	T 2	T 3	T 4	T 5	T 6	T 7	T 8			
5	5	5	5	5	5	5	5	30	30	

Шкала оцінювання

Таблиця 7.3

Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності	Оцінка	
	для екзамену	для заліку
90 – 100	Відмінно	Зараховано
82 – 89	Дуже добре	
75 - 81	Добре	
67 -74	Задовільно	
60 - 66	Достатньо	
1 – 59	Незадовільно	Незараховано (з можливістю повторного складання)

8. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Алієв Х. Ключ к себе: этюды о саморегуляции / Х. Алієв. – М., 1990. – 223 с.
2. Антонова Л.Г. Педагогический дневник и личность учителя / Л.Г. Антонова. – М., 1998. – С. 39-45.
3. Андреев В.И. Саморазвитие менеджера / В.И. Андреев. – М., 1995.
4. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М., 1986.
5. Архипова С.П. Тренінг самопізнання: навч.-метод. посіб. / С.П. Архипова. – Черкаси, 2007. – 80 с.
6. Асмолов А.Г. Психология личности / А.Г. Асмолов. – М., 1990.

7. Атватер И.А. Я вас слушаю. Советы руководителю, как правильно слушать собеседника / И.А. Атватер.– М., 1994.
8. Барсова А. Как прожить свою, а не чужую жизнь, или Типология личности / А. Барсова. – М., 2001.
9. Безруких М.Я. Я, или Правила поведения для всех / М.Я. Безруких. – М., 1991.
10. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих отношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э. Берн. – М., 1988.
11. Биркендиль В. Как добиться успехов в жизни / В. Биркендиль. – М.: Интерэкспорт, 1992.
12. Березовська Л.І. Самовиховання та саморегуляція особистості : навч. посіб. / Л.І. Березовська. – К. : Видавничий Дім «Слово», 2011. – 168 с.
13. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості / О.Ф. Бондаренко. – Х., 1996. – 239 с.
14. Браун Л. Имидж – путь к успеху / Л. Браун. – С.Пб., 1996.
15. Вилюнас В.А. Психологические механизмы мотивации человека / В.А. Вилюнас. – М., 1990.
16. Воронов М. Психологические основы успеха / М. Воронов. – К., 2003.
17. Главацька О. Основи самовиховання особистості / О. Главацька. – К. : Кондор, 2008. – 206 с.
18. Галузинський В.М. Педагогіка: теорія та історія / В.М. Галузинський, М.Б. Евтух. – К., 1996.
19. Гримак Л.П. Общение с собой: начало психологии активности / Л.П. Гримак. – М.: Политиздат, 1991. – 320 с.
20. Дайер У. Поверь в себя / У. Дайер. – Минск, 2000. – 336 с.
21. Дороніна М.С. Культура спілкування ділових людей / М.С. Дороніна. – К., 1998.
22. Елканов С.Б. Профессиональное самовоспитание учителя / С.Б. Елканов.- М., 1986.
23. Жизненный путь личности / под ред. Л.В. Сохань. – К., 1987.
24. Життєві кризи особистості: у 2 ч. / за ред. В.М. Донія, Г.М. Несен, Л.В. Сохань. – К., 1998.
25. Займитесь собой: пособие по саморегуляции и самосовершенствованию. – М., 1995.
26. Иванов Ю.В. Деловая соционика. – 2-е изд., доп. и перераб. / Ю.В. Иванов. – М., 2004.
27. Карнегі Д. Як здобувати друзів і впливати на людей / Д. Карнегі; перекл. з англ. В.М. Грузина – К.: Молодь, 1990. – 168 с.
28. Карнегі Д. Как перестать беспокоиться и начать жить / Д. Карнегі. – М., 1989. – 224 с.
29. Карпенчук С.Г. Самовиховання особистості: наук.-метод. посіб. / С.Г. Карпенчук. – К., 1998. – 216 с.
30. Ковалев А.Г. Личность воспитывает себя / А.Г. Ковалев. – М., 1983. – 256 с.
31. Кон И.С. В поисках себя / И.С. Кон. – М., 1984. – 335 с.
32. Карпенчук С.Г. Теорія та методика виховання: навч. посібник / С.Г. Карпенчук. – К., 1997.
33. Кондаш О. Хвилювання: страх перед випробуванням / О. Кондаш. – К., 1981. – 170 с.
34. Креггер О. Типы людей / О. Креггер, Дж.М. Тьюсен. – М., 1995.
35. Крижанская Ю.С. Грамматика общения / Ю.С. Крижанская, В.П. Третьяков. – М., 1999. – 279 с.
36. Курбатов В.И. Стратегия делового успеха / В.И. Курбатов. – Ростов-на-Дону, 1995. – 416 с.
37. Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха. – М., 2001. – 448 с.
38. Лабунская В.А. Невербальное поведение (социально-перцептивный подход) / В.А. Лабунская. – Ростов, 1986. – 136 с.
39. Леви В.Л. Искусство быть собой: индивидуальная психотехника / В.Л. Леви. – Луганск, 1990. – 254с.
40. Леонтьев А.А. Психология общения / А.А. Леонтьев. – М., 1999. – 365 с.
41. Лукашевич М.Н. Самоменеджмент. Теория и практика : учеб. / М.Н. Лукашевич. – К., 2007. – 344 с.
42. Меннингер К. Война с самим собой / К. Меннингер. – М., 2000. – 480 с.
43. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте / Ю.А. Миславский. – М., 1991. – 152 с.
44. Мистецтво життєтворчості особистості : у 2 ч. / за ред. В.М. Донія, Г.М. Несен, Л.В. Сохань. – К., 1997.
45. Мерфи Дж. Сила вашего подсознания / Дж. Мерфи; пер. с нем. Р.М. Кутузовой. – Донецк, 2004. – 200 с.
46. Мостова І. Першокурснику: поради психолога / І. Мостова. – К.: Тандем, 2000. – 76 с.
47. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека / Г.С. Никифоров. – М., 1990.
48. Норбеков М.С. Опыт дурака или ключ к прозрению: как избавиться от очков / М.С. Норбеков. – С.-Пб., 2002. – 316 с.

49. Общая психология / под ред. А.В. Петровского. – М., 1986. – 464 с.
50. Общение и оптимизация совместной деятельности / под ред. Г.М. Андреевой, Я. Яноушека. – М., 1987. – 302 с.
51. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности / Ю.М. Орлов. – М., 1992. – 278 с.
52. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера: беседы психолога со старшеклассниками / Ю.М. Орлов. – М., 1987. – 224 с.
53. Палеха Ю.І. Ділова етика: навч.-метод. посіб. / Ю.І. Палеха. – К., 2004.
54. Парыгин Б.Д. Анатомия общения: учеб. пособ. / Б.Д. Парыгин. – С.-Пб., 1999. – 301 с.
55. Пекелис В. Твои возможности, человек! / В. Пекелис. – М., 1984. – 282 с.
56. Петровский А.В. Быть личностью / А.В. Петровский. – М.: Педагогика, 1990. – 112 с.
57. Петровский А.В. Что мы знаем и чего не знаем о себе / А.В. Петровский. – М., 1988. – 160 с.
58. Пехота Е.И. Индивидуальность учителя: теория и практика: учеб. пособ. / Е.И. Пехота. – Николаев, 1996. – 144 с.
59. Пиз А. Язык телодвижений. Как читать мысли других по их жестам / А. Пиз. – С.-Пб., 1997.
60. Платонов К.К. Структура и развитие личности / К.К. Платонов. – М., 1986. – 255 с.
61. Познание и общение / отв. ред. Б.Ф. Ломов. – М., 1988. – 208 с.
62. Практическая психология в тестах, или Как научиться понимать себя и других / сост. Р.Римская, С. Римский. – М., 2000. – 394 с.
63. Психология и этика делового общения / под ред. В.Н. Лавриненко. – М., 1997. – 279 с.
64. Психология индивидуальных различий. Тесты. – М., 1982.
65. Психология жизненного успеха / под ред. Л.В. Сохань, Е.И. Головахи, Р.А. Ануфриевой. – К., 1995.
66. Психологія і педагогіка життєтворчості / за ред. В.М. Донія, Г.М. Несен, Л.В. Сохань. – К., 1996. – 791 с.
67. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – С.-Пб., 2000. – 616 с.
68. Райх В. Анализ личности / В. Райх. – М.: КСП; С.-Пб.: Ювента, 1999. – 332 с.
69. Ридлер Б. Сила твоего выбора / Б. Ридлер. – С.-Пб., 2003. – 224 с.
70. Рувинский Л.И. Самовоспитание личности / Л.И. Рувинский. – М., 1984. – 140 с.
71. Рувинский Л.И. Психология самовоспитания: учеб. пособ. / Л.И. Рувинский, А.Е. Соловьева. – М., 1982. – 143 с.
72. Самопознание: путь к себе: метод. рекомендации / авт.-сост. Л.М. Перминова. – С.-Пб., 1994. – 85 с.
73. Свяш А. Улыбнитесь, пока не поздно!: позитивная психология для повседневной жизни / А. Свяш. – М., 2004. – 350 с.
74. Сухомлинський В.О. Виховання і самовиховання / В.О. Сухомлинський // Вибрані твори: в 5 т. – К., 1977. – Т. 5. – С. 229 – 238.
75. Сухомлинський В.О. Щоб душа не була пустою / В.О. Сухомлинський // Вибрані твори: в 5 т. – К., 1977. – Т. 5. – С. 255 – 269.
76. Слинько О.Б. Ключ к сердцу – соционика / О.Б. Слинько. – К.: Доверие, 1991.
77. Стивенс Дж. Приручи своих драконов: как обратить свои недостатки в достоинства / Дж. Стивенс. – С.-Пб., 1995.
78. Стресс жизни. Понять, противостоять и управлять им. – С.-Пб., 1994.
79. Тернопільська В.І. Психологія для старшокласників(Від самопізнання до соціальної відповідальності): навч. посіб. / В.І. Тернопільська. – К., 2004. – 271 с.
80. Тигер П. Делай то, для чего ты рожден: путь к успешной карьере через самопознание / П. Тигер, Б. Бэррон-Тигер; пер. с англ. – М., 1996.
81. Тихолоз В.В. Проблема самоосвіти: історичний аспект / В.В. Тихолоз // Вісник Черкаського університету. Серія Педагогічні науки, - Черкаси, 2005. – Вип. 64. – С. 93-99.
82. Тихолоз В.В. Г.С. Сковорода про виховання потреби в самоосвіті / В.В. Тихолоз // Григорій Сковорода. Інтерпретації: Культурологія. Філософія. Педагогіка. Літературознавство. – Черкаси, 2003. – С. 79-82.
83. Тихолоз В.В. Г.Ващенко про виховання потреби в самоосвіті / В.В. Тихолоз // Г.Г.Ващенко – видатний педагог національного відродження України. – Черкаси, 2003. – С. 71-76.
84. Тихолоз В.В. Проблема самоосвіти у педагогічних поглядах Івана Франка / В.В. Тихолоз // Франківські читання. – Черкаси, 2006. – С. 86-89.
85. Фіцула М.М. Педагогіка: навч. посібник / М.М. Фіцула. – К., 1995.
86. Хей Л. Исцели свою жизнь. Исцели свое тело. Сила внутри нас / Л. Хей. – Каунас, 1996. – 226 с.

87. Харламов М. Педагогика: уч. пособ. / М. Харламов. – Минск, 1995.
88. Хорни К. Невротическая личность нашего времени: самоанализ / К. Хорни. – М., 2000. – 480 с.
89. Хроленко А.Т. Самоменеджмент: для тех, кому от 16 до 20 / А.Т. Хроленко. – М.: Экономика, 1996.
90. Цимбалюк І.М. Психологія спілкування / І.М. Цимбалюк. – К., 2004. – 304 с.
91. Швальбе Б. Личность, карьера, успех / Б. Швальбе, Х. Швальбе; пер. с нем. – М., 1993.
92. Шульдик Н.В. Становлення особистості студента: психологічний аспект: навч. посіб. / Н.В. Шульдик. – К., 2004. – 216 с.
93. Шепель В.М. Имиджелогия. Секреты личного обаяния / В.М. Шепель. – М., 1994. – 320 с.
94. Энкельманн Николаус Б. Власть мотивации. Харизма, личность, успех / Б. Энкельманн Николаус; пер. с нем. – М., 2001. – 272 с.
95. Ядов В.А. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / В.А. Ядов. – Л., 1979.

9. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ЗАЛІКУ

1. Самовиховання як важливий компонент розвитку особистості.
2. Взаємозв'язок виховання і самовиховання.
3. Історична зумовленість процесу самовиховання.
4. Характеристика процесу самопізнання.
5. Взаємозв'язок між саморозвитком і самовихованням.
6. Структура процесу самовиховання.
7. Характеристика методів самопізнання.
8. В.О.Сухомлинський про виховання і самовиховання.
9. Самовиховання в житті та діяльності видатних людей.
10. Крилаті вислови про роль самовиховання в житті людини.
11. Роль свідомості і самосвідомості у процесі самовиховання.
12. Значення спілкування у самовихованні.
13. Вольові якості у процесі самовиховання.
14. Роль темпераменту у процесі самовиховання.
15. Значення самооцінки у процесі самопізнання.
16. Регулятивні операції у процесі самовиховання.
17. Характеристика методів саморегуляції.
18. Рушійні сили та механізм самовиховання особистості.
19. Характеристика етапів самовиховання особистості.
20. Характеристика стимулів у процесі самовиховання.
21. Можливості самовиховання у шкільному віці.
22. Формування навичок самовиховання у молодшому шкільному віці.
23. Цілеспрямоване самовиховання у підлітковому віці.
24. Самовиховання у юнацькому віці.
25. Вплив колективу на самовиховання особистості.
26. Шляхи формування позитивного мислення.
27. Педагогічне керівництво самовихованням - вищий етап здійснення індивідуального підходу.
28. Аутогенне тренування як засіб самовиховання.
29. Актуальність теоретичної розробки і практичної організації самовиховання в сучасних умовах.
30. Роль самовиховання у здійсненні комплексного підходу виховного процесу.
31. Умови та рушійні сили процесу самовиховання майбутніх соціальних педагогів.
32. Взаємозв'язок професійного виховання і професійного самовиховання студентів.
33. Ступені самовдосконалення майбутніх учителів.
34. Мотивація самовиховання майбутнього учителя.
35. Засоби самовиховання майбутнього учителя.
36. Елементи акторського мистецтва у педагогічній майстерності.

37. Самовдосконалення психофізичної природи майбутнього учителя.
38. Самовдосконалення у процесі оволодіння педагогічною майстерністю.
39. Самовиховання соціальних якостей особистості майбутнього вчителя.
40. Естетичне самовиховання студента.
41. Керівництво колективним самовихованням студентів.
42. Самовиховання основних пізнавальних умінь.
43. Самовиховання комунікативних умінь.
44. Самовиховання інформаційних умінь.
45. Самовиховання організаторських умінь.
46. Педагогічний такт у самовихованні студентів.
47. Моральні вимоги у процесі самовиховання студентів.
48. Самопізнання і самооцінка у процесі самовиховання майбутніх учителів.
49. Самостимулювання і самопрограмування у процесі самовиховання студентів.
50. Програма самовиховання майбутнього учителя.
51. Методи і прийоми саморегуляції студентів.
52. Вплив колективу вашої групи на індивідуальне самовиховання.
53. Вплив самовиховання на ваш професійний розвиток.
54. Вплив самовиховання на розвиток професійно-значимих якостей майбутнього учителя.
55. Самовиховання як мистецтво керувати своєю особистістю.