Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
центр развития творчества одарённых
детей и юношества
“Интеллект”

Самопознание

Методическая разработка занятия по обществознанию для обучающихся 10 - х классов

Автор:
Богинская Инна Васильевна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

2015 - 2016

Самопознание

Методическая разработка занятия по обществознанию

для обучающихся 10 класса

Автор: Богинская И. В., пдо перв. кв. катег.

Содержание

Введение 3

Методическая разработка занятия по обществознанию "Самопознание".....5

Список использованной литературы.....15

Приложения.....16

Введение

В последние годы становится все более очевидным тот факт, что в условиях общеобразовательной организации ребенок не может быть обеспечен гарантией того, что уровень полученного им образования достаточен для дальнейшего обучения и успешной реализации в разнообразных сферах деятельности своих способностей. Это и заставляет усиленно искать возможности решения проблемы, используя арсенал системы дополнительного образования.

Углубленная подготовка к написанию творческих работ (эссе) путем расширения знаний обучающихся по основным общественным наукам и формирования практических умений и навыков при решении проблемно-познавательных заданий для профессиональной ориентации обучающихся - это главная задача творческого направления по обществознанию МАОУ ДОД центра "Интеллект".

Особенностью обучения в творческом направлении по обществознанию является сбалансированность теоретического материала и практической работы обучающихся – как итог формирование не только знаний, но и широкого спектра познавательных умений одаренных детей; опора на межпредметные связи и личный опыт обучающихся, деятельностный подход и развивающий характер обучения.

Для решения этих задач в МАОУ ДОД центре "Интеллект" разработана модифицированная программа дополнительного образования по обществознанию для обучающихся 14 - 17 лет. Данная программа дополнительного образования конкретизирует, углубляет и расширяет содержание предметных тем образовательного стандарта, даёт распределение учебных часов с учётом логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся; призвана помочь осуществлению

выпускниками осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессиональной деятельности.

Занятия по программе готовят обучающихся к олимпиадам, научно - практическим конференциям и другим творческим, интеллектуальным конкурсам, развивают интеллектуальные способности, способствуют изучению обучающимися современных технологий, что позволяет эффективнее решать творческие задачи.

Результатами успешного освоения программы обучающимися центра "Интеллект" стало ежегодное участие и наличие призовых мест в муниципальных, республиканских, всероссийских научно - исследовательских конференциях: "Созвездие", "Леонардо", "Ступень в науку", "Шаг в будущее" и т.д.

Предлагаемая методическая разработка занятия на тему "Самопознание" входит в модуль "Человек и общество" данной программы дополнительного образования. Способствует освоению системы знаний о самооценке, самопознании, социальном поведении, способности к самоопределению и самореализации.

Методическая разработка занятия по обществознанию (10 класс)

Тема: Самопознание

Цель: Формирование гармонически развитой личности.

Задачи:

Обучающие: изучение вопроса самопознания; изучение самого себя, знакомство с понятиями «самопознание», «самовосприятие», «самооценка» и «самоисповедь»; дать историческую справку об изучении вопроса самопознания, познакомит учащихся с взглядами З.Фрейда и К.Г.Юнга.

Развивающие: развитие навыков самостоятельной работы учащихся, выполнения упражнений психологического характера; решения заданий тестового характера; навыков работы с документами, анализа графических схем; расширение кругозора учащихся, развитие интереса к предмету; развитие познавательной активности; формирование умений полезных в социальном общении и гражданском поведении.

Воспитательные: воспитание чувства самоуважения, роста самооценки учащихся; нравственное развитие личности подростка, показать, что самопознание может быть источником конфликтов со сверстниками, старшими и самим собой; привитие интереса к саморазвитию и самовоспитанию.

Оборудование: мультимедиопроектор, учебное иллюстративный материал (презентация), графические схемы, раздаточный материал: тестовый материал (2 вида тестов: психологический и проверочный), фрагменты работы З.Фрейда, описание соционических типов личности К.Юнга.

План занятия

I. Организационный этап.

II. Актуализация знаний обучающихся.

III. Изучение нового материала.

1. Самопознание и его этапы
2. Самооценка
3. Самоисповедь и самооценка
4. Зигмунд Фрейд о «Я»

III. Закрепление пройденного. Проверочный тест

III. Подведение итога занятия. Выводы

Ход занятия

I. Организационный этап.

Вступительное слово педагога

- Известный итальянский актер, любимый мною, М. Мастрояни сказал: «В жизни я был будто пассажиром экспресса: за окном мелькала жизнь, на станциях и в поезде я знакомился с попутчиками… через них узнавая себя»
- Были ли вы пассажирами? Знакомились ли с другими пассажирами?
- А почему в поезде так легко раскрыться совершенно незнакомому человеку?
- Тема нашего занятия - «Самопознание». Так давайте в течение часа будем просто попутчиками в поезде жизни. Я, в силу своего возраста, опыта и мудрости могу рассказать вам, какие прекрасные тайны скрываются на этом пути, какие трудности и опасности поджидают нас с вами, почему «сон разума порождает чудовищ», как избежать опасных лабиринтов, уводящих в мистицизм, сектантство, наркоманию и

алкоголизм. А вы передадите мне свое юное восхищенное отношение к себе, ровесникам, к жизни.

Поделитесь, если захотите, своими представлениями о счастье. Пусть у нас состоится открытый, честный, непринужденный разговор.

II. Актуализация знаний обучающихся

1. Тест «Кто Вы?» (Приложение № 1) (материалы тестирования обрабатывают двое обучающихся - ассистентов по просьбе педагога).

2. Работа с схемой:

Я ——→ ? (процесс познания)

Я ——→ ? (процесс познания других людей, общества)

Я —Я→ (процесс самопознания – самый сложный. Почему?)

3. План изучения нового материала (обучающиеся записывают в тетрадь) **Слайд №1**

1. Самопознание и его этапы.
2. Самооценка.
3. Самоисповедь и самооценка.

4. Анализ результатов психологического тестирования

При самоопределении у обучающихся преобладают:

Биографические характеристики _____

Ролевые характеристики _____

Психологические характеристики _____

III. Изучение нового материала

1.) Самопознание и его этапы

- Что такое диалог?

- Да, это означает, что люди вышли из укрытий и приступили к обмену мнениями. Ни я , ни ты не в состоянии узнать о себе правду, если мы будем далеки друг от друга; но мы должны взглянуть на себя как бы извне: я – твоими глазами, а ты – моими. Мы должны в разговоре сравнить увиденное, и лишь тогда мы сможем ответить на вопрос, каковы же мы на самом деле. Пока я смотрю на себя сама, я знаю часть правды, пока ты смотришь на себя своими глазами, ты тоже знаешь лишь часть правды. Мы оба в какой-то степени обманываемся. Полная истина складывается из наших совместных наблюдений друг другом.

Небольшой исторический экскурс: ещё в V веке до н.э. Сократ на греческих площадях вещал: «Познай самого себя, и ты узнаешь Богов!», - античные времена обособили человека от целого Космоса. Христианский аскетизм (апостолы, отшельники, юродивые…) породил высоту духа. Культура Возрождения повысила статус Человека – «Человек – лучшее создание Природы и Бога», им вторит Ч. Дарвин «Человек – венец Природы». Ф. Достоевский: «… тварь дрожащая», Ницше: «халтура Природы», буддисты: «Каждый человек – нераскрывшийся Будда»…

- Так кто же мы каждый в отдельности?
- Давайте вместе с вами выделим этапы самопознания: **Слайд №2**
    1) Самоузнавание, различение себя от внешнего мира (3 - 8 мес. младенец, восторг узнавания себя в зеркале)

2) Самовосприятие (овладение личными местоимениями, «Я сам!», формирование образа «Я»: различия, асимметрия: правая и левая сторона). Пример: Оскар Уайльд «Портрет Дорвана Грея»: трагедия несоответствия внутреннего мира внешнему.
3) Формирование представления о собственном образе:
    a) внешности
    b) способностях (! Могут неожиданно раскрыться в преклонном возрасте, после тяжелой болезни, трагедии и т.д.)
    c) чертах характера и отношении с себе других людей.

- А теперь, чтобы легче представить пути самопознания, начертим круг и разделим его на сектора**.** (демонстрация путей познания на экране)

- Попробуйте определить от какого к какому «Я» происходит путь самопознания.
  (от скрытого к открытому «Я»)
- У каждого человека размеры данных секторов неодинаковы. Разделите круг на секторы применительно к своему «Я».
- Почему вы разделили круг именно так?
- Подумайте, о каком «Я» идет речь в высказываниях мыслителей **(Слайд №3)**:

- «Каждый человек, подобно Луне, имеет свою неосвещенную сторону, которую он никому не показывает» (М.Твен)
- «Пришел, увидел, победил!» (А.Македонский) - Вам нравятся такие люди? Почему?
- «Наследственность – автобус, в котором нас сопровождают наши предки; то и дело, кто-нибудь из

них высовывается оттуда, ошеломляя нас своим появлением» (О.Холлиз)

- «Я не знаю, кем был мой дед, гораздо больше меня занимает, кем будет его внук» (А.Линкольн)

- Вернемся к этапам самопознания. Определите, на каком этапе находитесь сейчас вы?
- Попробуем узнать себя получше. Разделите лист в тетради на 2 колонки и запишите черты вашего характера, которые вы считаете положительными, которые помогают вам жить, а в другую колонку, те черты характера, которые вам мешают, от которых вы хотели бы избавиться.

Обучающиеся выполняют задание.(3 минуты).

- Легко ли вам было выполнить это упражнение? Почему возникли затруднения?
- А каких черт характера не хватает, по-вашему, в окружающих вас людях?
- Что из названного вы бы хотели видеть в себе?

Вывод: Значит, ребята, вы требовательны к другим, но это значит, что вы требовательны и к себе, что вы знаете себе цену и отношение других людей к вам, знание вами своей внешности, своих способностей, черт характера формируется у вас в самооценку.

2. Самооценка

Демонстрация на экране формулы самооценки:

$$\text{Самооценка} = \frac{\text{Успех}}{\text{Притязание}}$$

- Проанализируйте дробь: Как можно повысить самооценку? (увеличив успех: добившись чего-либо в

жизни, решив задачу, проблему или понизив притязания).

- Ребята, хотите определить уровень собственной самооценки? Проведем анонимное тестирование.

Психологический тест (Приложение № 3) (3 мин.)

- Самооценка в течение жизни постоянно меняется. Наш земляк И.Кант в работе «Лекции по этике» писал: «Внутренняя ценность человека – вот что всегда удивляло меня: звездное небо надо мной и моральное чувство долга внутри человека!». Высота духа позволяет человеку продлить собственную жизнь!

3. Самоисповедь и самооценка

- С самооценкой связаны такие понятия как самоисповедь и совесть. Самоисповедь – это полный внутренний отчет перед самим собой.

  Демокрит советовал: «Не делай ничего непристойного даже наедине с самим собой, учись стыдиться самого себя, больше чем других». Вспомним фильм «Калина красная», где Егор, герой В.Шукшина, горько плачет о своей матери, называя себя зверем, или русское выражение «совесть замучила». Вы знаете также о таинстве исповеди в православии. Исповедь – это самооценка, осмысление себя для принятия решения.

- Познакомимся с высказыванием З.Фрейда и ответим на вопросы к тексту, и вместе проанализируем, в чем же, по мнению З.Фрейда, причина затруднений исповеди для человека?

  Демонстрация на экране портрета З.Фрейда

Работа обучающихся с документом.

Анализ документа (5 мин.)

Зигмунд Фрейд о «Я»

««Я» человека является несчастным существом, поскольку служит трем господам и подвергается тройной угрозе: со стороны внешнего мира; со стороны бессознательных влечений и импульсов, источника психической энергии, нацеленной на удовольствия; со стороны строгого морального контроля, запретов, сложившихся под влиянием окружения и прежнего опыта.

Причины многих внутри личностных конфликтов лежат в разделении единой человеческой личности на три антагонистические части, извечно конфликтующие между собой».

Контрольные вопросы:

1. Почему, по З. Фрейду, человек является «Несчастным существом»?
2. Каким трем господам нужен он?
3. Какими причинами объясняет З.Фрейд многие внутри личностные конфликты личности?

Демонстрация схемы «Структура личности по З. Фрейду»:

Слайды №4, 5, 6

Подсознание («Оно») включает:

- ***биологические потребности***: отправления естественных надобностей, сексуальные желания. потребность в пище, защите от холода и т.п.;
- ***вытесненные желания***: безуспешные попытки добиться чьей-то любви, не реализовавшиеся мечты, затаенная обида, скандальные или компрометирующие поступки.

Наше подсознание подобно сточной канаве, куда сливаются все осадки души и неудачно прожитые мгновения. Но одновременно подсознание – природные запасы души, т.к. служит для нас неистощимой кладовой энергии. Подсознанием правит принцип удовольствия, с которым приходится постоянно бороться, часто делая, что не нравится, но что должно делать.

Сознание («Я») – совокупность рассудочных правил; компонента личности, которая формируется в процессе воспитания. Сознанием управляет принцип реальности. Он вынуждает человека во всем слушаться рассудка, извлекать выгоду, все подвергать сомнению. Рассудочное «Я» делает нас прагматичными, предприимчивыми, способными добиваться успеха и выходить из трудных ситуаций.

Сверхсознание («Сверх -Я») – это закрепившиеся в человеке культурные нормы, правила, требования, запреты, стереотипы, законы. «Сверх -Я» - среда обитания нравственных чувств (бескорыстной любви к ближнему, Богу, сострадание, совесть, чувство вины, долга и т.д.)

Релаксационное упражнение «Запущенный сад».

Расслабьтесь, закройте глаза, войдите в расслабленное, восприимчивое состояние сознания, представьте, что Вы совершаете прогулку по территории большого замка. Вы видите высокую каменную стену, увитую плющом, в которой находится деревянная дверь. Откройте ее и войдите. Вы оказываетесь в старом заброшенном саду. Когда-то это был прекрасный сад, однако уже давно за ним никто не ухаживает. Растения так,

разрослись и все настолько заросло травами, что не видно земли и трудно различить тропинки.

Вообразите, как Вы, начав с любой части сада, пропалываете сорняки, подрезаете ветки, выкашиваете траву, пересаживаете деревья, окапываете, поливаете их, то есть делаете все, чтобы вернуть саду прежний вид … Через некоторое время остановитесь и сравните ту часть сада, где Вы уже поработали, с той, которую Вы еще не трогали.

Вопросы для обсуждения: Что вы чувствовали, когда представили старый, заброшенный сад? С чем или с кем бы вы его сравнили? Какие ощущения у вас были, когда вы закончили работу в представленном вами саду?

III. Закрепление пройденного. Проверочный тест (Приложение № 2)

Взаимопроверка**. Слайд №7**

Домашнее задание: напишите эссе «Мое понимание счастья», самостоятельно изучите соционические типы личности (приложение № 4)

III. Итог занятия

- Что нового вы узнали на занятии?
- Состоялся ли у нас откровенный разговор?

Вывод: Сегодня на занятии мы узнали что такое самопознание, самооценка; прошли психологическое тестирование, для того, чтобы лучше понимать себя и других; познакомились с учением З. Фрейда о "Я".

- Наш поезд пришел на конечную станцию. Я благодарю вас за откровенность, совместную работу и говорю вам: «До свидания!…»

Список использованной литературы:

1. Малышевский А.Ф. Введение в философию,- М. Академия, 2012г.
2. Исаев Б. А. Социология. СПб., Питер, 2010.
3. Кравченко А. И. Социология в вопросах и ответах. Просвещение, 2013.
4. Маклаков А. Г. Общая психология. СПб., Питер, 2012.

Интернет-ресурсы:

http://ece.ru

http://dic.academic.ru

http://dolinaotvetov.ru/qtg/socialnii

http://mail.pief.ru/?razdel=2&news=548

http://www.scirt.ru

http://www.mega-press.ru/catalog.1576.html

http://www.combook.ru/product/10024656/

Приложение № 1

Дополнительный материал (при наличии времени):

- Поговорим о счастье.

Дикий горный побег я, -
Я - не только для букета.
Из-под камня я вышла,
И однажды под камень уйду…
В чем же счастье людское?
Жить для себя?
Или жить для других?
Или то и другое?

А.Мордок

Мне мало надо!
Краюшку хлеба
И каплю молока,
Да это небо!
Да эти облака!

В.Хлебников

Наестся человек и тот час скажет: «Ну вот, я наелся, а теперь, что делать?»

Ф. Достоевский

Приложение № 2

Тестирование по теме «Самопознание»

1. Закончите предложение:

Самопознание характеризуется …

А) пониманием другого

Б) изучением окружающего мира

В) формированием собственного образа

Г) стремлением к объективности

2. Закончите предложение:

Самопознание характеризуется способностью…

А) поставить себя на место другого

Б) Отнестись к себе объективно

В) Понимать близкого

Г) Проявлять любопытство

3. Какой признак относится к понятию «самопознание»?

а) формирование знаний об окружающем мире

б) формирование достоверных знаний о людях

в) формирование «Я - концепции»

г) формирование законов мироздания

4. Верны ли данные суждения?

*Самопознание позволяет выявить в человеке его важнейшие особенности, сущность своего «Я»

**Познавая себя, мы познаем мир, а познавая мир, ближе подходим к самим себе.

А) верно только * б) верно только **

в) оба суждения верны г) оба суждения неверны

5. Установите соответствия между признаками и образами «Я»

А	Известно мне	1.	Открытое «Я»
		2	Скрытое «Я»
Б	Известно другим	3	Неизвестное «Я»
		4	Слепое «Я»

Приложение № 3

Психологический тест

Каков уровень вашей самооценки? Попробуем определить?

Отвечая на вопросы, указывайте, как часты для Вас перечисленные ниже состояния по такой шкале:

Очень часто – 4 балла

Часто – 3 балла

Иногда – 2 балла

Редко – 1 балл

Никогда – 0 баллов

a) Я часто волнуюсь понапрасну.
b) Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
c) Я боюсь выглядеть глупцом.
d) Я беспокоюсь за свое будущее.
e) Внешний вид других, куда лучше, чем мой.
f) Как жаль, что многие не понимают меня.
g) Чувствую, что я не умею как следует разговаривать с людьми.
h) Люди ждут от меня очень многого.
i) Чувствую себя скованным.
j) Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
k) Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
l) Я чувствую, что люди говорят про меня за спиной.
m) Я не чувствую себя в безопасности.
n) Мне не с кем поделиться своими мыслями.
o) Люди не особенно интересуются моими достижениями.

Чтобы определить уровень своей самооценки, нужно сложить все баллы по утверждениям. А теперь посчитайте, сколько получилось в сумме.

Если МЕНЬШЕ 10: Вам надо избавляться от чувства превосходства над окружающими, зазнайства, хвастовства. Возьмите за правило принцип: всякая конфликтная ситуация возникла из искры, которую ВЫ высекли сами или помогли разжечь.

Если сумма ПРЕВЫШАЕТ 30: Вы себя недооцениваете. Набранное количество баллов ОТ 10 ДО 30 свидетельствует о психологический зрелости, которая проявляется прежде всего в адекватности самоотражения, т.е. реалистической оценке своих сил, возможностей, внешности. Вам по плечу серьезные дела.
Дерзайте!

Приложение № 4

Дополнительный материал для обучающихся для самостоятельного ознакомления

Соционические типы личности

«Экстраверт» или «Интроверт»

Особенности психики экстраверта – обращенность к внешнему миру, подчинение его требованиям.

Экстраверты общительны, энергичны, могут одновременно заниматься несколькими делами. Их энергия носит созидательный характер. Они имеют множество друзей, приятелей, всегда в центре событий. А своей активностью просто городятся.

Если экстраверт чувствует, что без него никак не обойтись, то он будет действовать и в плохих условиях. Ведь ответственность для него сильнейший моральный фактор. А вот понятие долга для экстраверта неприятно, слова «ты должен», «ты обязан» действуют на него раздражающе. Если требуется только выполнение обязанностей без проявления инициативы, экстраверт сникает, стремиться поскорее «отбыть» рутинную работу.

Сознание интроверта обращено к его внутреннему миру.

Интроверты не любят ответственности, но любят обязанности. С удовольствием выполняют то, что считают своим долгом. Слово ответственность им напоминает приговор, наказание и они стараются уйти от того, что связано с этим словом. Для интроверта неуемная активность – дурной тон. Он старается не высовываться. А если сделает что-то лишнее, то, как правило, сокрушается.

«Сенсорный» или «Интуитивный»

Люди сенсорного типа через ощущения полнокровно воспринимают окружающий мир. А свое тело в нем через вкус, цвета, запахи, краски, эстетическое и чувственное наслаждение, правильно определяют свои физические потребности. Восприятие сенсорного - здесь и сейчас. Зачастую он живет сегодняшним днем. Фраза «после нас хоть потоп», несомненно, принадлежит сенсорному. Будущее представляет с трудом – «Завтра будет завтра».

Сенсорные редко сомневаются – они знают, чего хотят. Глаза замечают все происходящее. Сенсорные стремятся к чистоте и порядку, все вещи у них - на своих местах.

У интуитивных физические ощущения неопределенны, они плохо оценивают свое физическое «Я», т.е. они плохо воспринимают как свою собственную материальность, так и материальность окружающего мира. Зато они прекрасно чувствуют и предвидят будущее, новые перспективы и возможности.

Интуитивные постоянно сомневаются, редко знают, что они хотят. Их глаза смотрят сквозь объект, сосредоточившись на чем-то невидимом, скрытом от взоров.

Интуитивные могут не замечать беспорядка, созданного ими же самими.

«Этики» или «Логики»

Этики – это люди, которые умеют великолепно ладить с окружающими, хорошо чувствуют их внутреннее состояние, смело манипулируют чужими и своими собственными чувствами. Для таких людей любые эмоции, как положительные, так и отрицательные, представляют

ценность: через эти эмоции они воспринимают мир. А вот в области предметов материального мира они чувствуют себя неуверенно. И очень часто, начав дело, утопают в деталях.

Принцип оценки людей: «хороший - нехороший». Предпочитают уговаривать людей.

Логики молниеносно в любом деле выделяют главное и второстепенное. Однако плохо разбираются в отношениях людей, их чувствах. Эмоции для логиков, как правило, загадка, потому что они не поддаются контролю сознанием. О своих чувствах они говорить не любят и не умеют. Людей оценивают по принципу: «разумный - неразумный». Логические доказывают целесообразность или нецелесообразность какого-либо шага.

«Рациональный» или «Иррациональный»

Рациональных людей можно вычислить по внешности. Им зачастую свойственны сухопарость, фиксированные движения, четкая «солдатская» походка.

Подход рациональных людей к происходящему отличается продуманностью, наличием готового мнения. На эмоции они реагируют эмоциями, на поступок – поступком, попав в непредсказуемую иррациональную среду теряются.

Для иррациональных свойственно мягкость лица, закругленность линий, их движения плавные, мягкие («кошачьи»), раскованные, импульсивные.

На происходящее реагируют не сразу, раскачиваются. Зачастую их реакция – интуитивное творческое приспособление к ситуации. В рациональном обществе, где предопределен каждый шаг им особенно туго.

В конкретной личности происходит соединение одного из признаков указанных типов. Таким образом, может быть 16 соединений, т.е. 16 типов личности (например, интуитивно- логический иррациональный экстраверт, и т.д.)