**Черкашина Тетяна Вікторівна**, професор кафедри педагогіки, психології та освітнього менеджменту комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради», доктор педагогічних наук

****

**ФОРМУЛА ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО УСПІХУ. ХТО Я:**

* ***Борець за успіх?***
* ***Носій успіху?***
* ***Творець успіху?***

Тренінг спрямований на ***об’єктивацію самооцінки*** спонукань, думок та дій, формування почуття міри, самовладання, позитивного, логічного, конструктивного мислення, досягнення більш високого рівня культури незгоди, культури прийняття рішень, профілактику конфліктів в повсякденній педагогічній практиці.

***Метою*** тренінгу є оволодіння та застосування в повсякденній педагогічній практиці технологій самопізнавальної діяльності, зокрема ***самодіагностичних методик***:

* самооцінка пам’яті, бажань, емоцій, думок за комплексом спеціальних тестів;
* самоаналіз індивідуального ресурсу сил (пам’яті, бажань, емоцій, думок) за діагностичною таблицею «Леонардо» (автора Е. Піньковської);
* техніка конструювання моделі подальшого самовдосконалення в досягненні особистісно-професійного успіху.

***Завдання*** навчального тренінгу:

* опанувати методикою системного самоаналізу індивідуального ресурсу сил (пам’яті, бажань, емоцій, думок) з визначенням особистого рівня внутрішньої культури за прийнятими показниками;
* оволодіти самопізнавальними методиками об’єктивації самооцінки пам’яті, бажань, емоцій, думок та дій, з подальшою трансформацією виявлених негативних якостей та накопиченням ресурсу чеснот;

***Результати*: *Що дасть учасникам тренінг?***

* вміння керувати своїми бажаннями та емоціями в напружених ситуаціях повсякдення, запобігати конфліктів, самостійно та своєчасно вирішувати проблемні питання;
* зміцнення фізичного здоров’я, внаслідок укріплення вольового, емоційного, ментального імунітету;
* досягнення більш високого рівня особистісно-професійного самовдосконалення, професійної компетентності, комунікативної культури.

**МОДУЛЬ 1. КУЛЬТУРА ПАМ**’**ЯТІ. КУЛЬТУРА БАЖАНЬ**

***1.1. Культура пам****’****яті***

1. Мотивація до самопізнавальної діяльності.
2. Ключове поняття дослідження: індивідуальний ресурс сил.
3. Формула вибору головного: об’єктивація самооцінки в визначенні рівня культури пам’яті.
4. Самодіагностика пам’яті: самотестування за комплексом спеціальних тестів.
5. Правила в досягненні особистісно-професійного успіху.

***1.2. Культура бажань***

1. Мотивація до самопізнавальної діяльності.

2. Базові умови та ціннісні складники в досягненні бажаного.

3. Почуття міри: об’єктивація самооцінки в визначенні рівня культури бажань.

4. Самодіагностика бажань за спеціальним комплексом тестів.

5. Формула успіху в досягненні бажаного (міра бажань).

**МОДУЛЬ 2. КУЛЬТУРА ЕМОЦІЙ**

**2.1. *Культура емоцій***

1. Мотивація до самопізнавальної діяльності.
2. Самовладання: об’єктивація самооцінки в визначенні рівня культури емоцій.
3. Головні напрямки з формування самовладання у повсякденних комунікаціях і контактах.
4. Узагальнені правила формування стриманості (розсудливості).
5. Самодіагностика емоцій: як ти реагуєш на дуже сильну образу?
6. Свідоме застосування закону дзеркального відображення у комунікаціях повсякдення.
7. Самодіагностика емоцій: чи вмієш користуватися дзеркалом спілкування?
8. Свідоме застосування «золотого правила» спілкування.
9. Самодіагностика емоцій: самоаналіз самовладання.
10. Правила особистісно-професійного успіху в досягненні самовладання.
11. Формула успіху в самокеруванні індивідуальним ресурсом сил.

**МОДУЛЬ 3. КУЛЬТУРА ДУМОК. КУЛЬТУРА ДІЙ**

***3.1. Культура думок***

1. Мотивація до самопізнавальної діяльності.
2. Позитивне, логічне, конструктивне, проектне мислення: об’єктивація самооцінки в визначенні рівня культури думок.
3. Узагальнені правила формування культури думок. Трансформування образу ворога.
4. Поради з реалізації правил формування культури думок.
5. Самодіагностика думок: якими категоріями ти вчишся думати?
6. Правила та ознаки особистісно-професійного успіху.

***3.1. Культура дій***

1. Мотивація до самопізнавальної діяльності.

2. Свідомі конструктивні дії: об’єктивація самооцінки в визначенні рівня культури дій.

3. Алгоритм свідомих конструктивних дій.

4. Узагальнені правила формування культури дій.

5. Самодіагностика дій:культури взаємодії з законом.

6. Формула успішної людини – людини творчих досягнень.