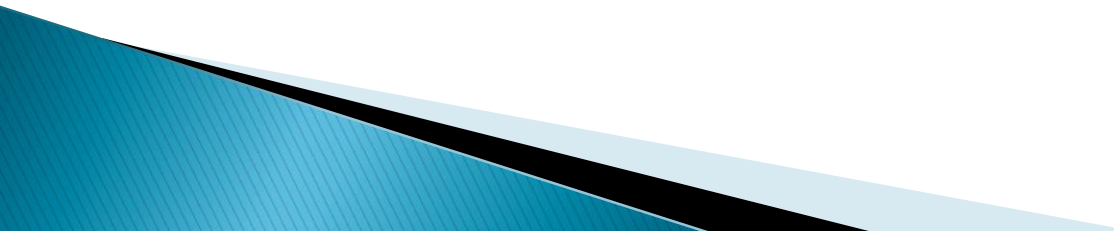


Osobnost pedagoga volného času

Seminář pro pracovníky knihoven
2. dubna 2014
Mgr. Eva Bezoušková
bezeva@seznam.cz

Program:

- ▶ Úvodní část
 - ▶ Základní pojmy z psychologie a psychologie osobnosti
 - ▶ Přestávka
 - ▶ Sebevědomý pedagog
 - ▶ Přestávka
 - ▶ Role a autorita pedagoga
 - ▶ Diskuse, reflexe, závěr
- 

Základní pojmy z psychologie

Psychologie – samostatná vědní disciplína, jedna z věd o člověku

- člověk je součástí přírody – věda **přírodní**
- člověk je členem společnosti – věda **společenská**

Předmět psychologie

Předmětem psychologie je psychika člověka, jeho vnitřní svět, zákonitosti lidské psychiky

Psychologie

- z řeckého psyché – duše, duch, dech a logia – věda, výzkum, nauka
- vznik psychologie jako samostatné vědy – druhá polovina 19. stol.
- věda o chování, prožívání člověka a lidské psychice (psychika – duševní život člověka)

Základní pojmy z psychologie

Chování člověka

- Aktivita, činnost jedince, kterou může pozorovat druhá osoba – vnější projevy psychické činnosti (smích, mračení, smutek)

Prožívání člověka

- Vyjadřuje náš vnitřní svět, tato oblast psychiky je přístupna pouze nám samotným, není přístupná druhým lidem (gesta)

Lidská psychika

Psychika je souhrnné označení pro psychické jevy (velmi rozmanité)

- Psychické procesy – vnímání, myšlení, fantazie, paměť, pozornost
- Psychické stavy – nálada, city, afekt, soustředěnost
- Psychické vlastnosti osobnosti – temperament, charakter

Základní pojmy z psychologie

Cíl psychologie

Jak využít získané poznatky ke zvýšení lidské spokojenosti a zdraví

Význam psychologie v každodenním životě

- Umožňuje člověku, aby se mohl ve společnosti druhých pohybovat relativně bezproblémově, nabízí znalost základních mechanismů a zákonitostí fungování lidské psychiky
- Má význam pro každého člověka – např. jak zacházet se stresem, jak se učit, jak podněcovat tvořivé myšlení, jak porozumět druhým lidem i sobě samému, jak si uchovat duševní zdraví...

Základní pojmy z psychologie

Psychologie – široké pole zájmu, zabývá se výzkumem od mezilidských vztahů, přes možnosti učení a osobnostní vlastnosti, až po biologické pozadí lidského myšlení. Podle předmětu zkoumání se dělí na dílčí obory:

- základní
- aplikované
- speciální

Základní (teoretické) – mají nejobecnější charakter, jsou teoretické
obecná psychologie

- ***obecná psychologie*** – zákonitosti psychického dění
- ***vývojová psychologie*** – vývoj člověka v čase
- ***psychologie osobnosti*** – zabývá se člověkem jako osobností, jeho charakteristikou, jedinečností, odlišností od ostatních

Základní pojmy z psychologie

Aplikované – zkoumají psychické jevy, které se projevují v souvislosti s určitou praxí a snaží se o praktickou aplikaci obecných teoretických přístupů.

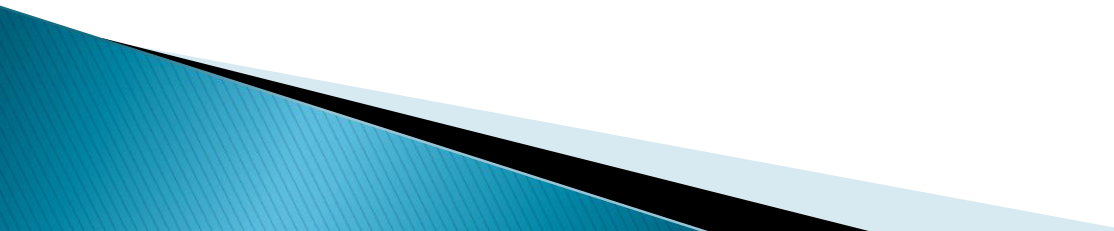
- **pedagogická psychologie** – výchovně vzdělávací praxe, sleduje člověka v podmínkách výchovy
- **klinická psychologie** – diagnostika, prevence a terapie duševních poruch a onemocnění, vztahy lékaře a pacienta, postoj pacienta k nemoci
- **psychologie práce** – vztahy na pracovišti, vliv pracovního prostředí na pracovní výkon

Speciální – disciplíny odvozené od výše uvedených s relativně úzkým oborem studia

- **psycholingvistika** – vzájemné vztahy mezi myšlením a řečí
- **psychometrie** – orientuje se na konstrukci testů

Základní pojmy z psychologie

Psychologické metody:

- Pozorování
 - Rozhovor
 - Dotazník
 - Experiment
 - Životopis
 - Psychologické testy
 - Rozbor výsledků činnosti
- 

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Pojem osobnost může být užíván v několika významech:

- Osobnost jako někdo **významný** – významná osobnost – oceňujeme tím jeho kvality, výsledky, postavení....
- Osobnost jako **jedinečnost** každého člověka – každý člověk je jiný, neopakovatelný, ke každému je tak potřeba přistupovat, co platí na jednoho, nemusí platit na druhého
- Osobnost jako **psychologický pojem** – z čeho se skládá osobnost – mluvíme o **struktuře** psychiky člověka (jaký člověk je) a jaké v jeho psychice probíhají **jevy a procesy** (co se uvnitř děje)

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Osobnost v psychologii je soustava vlastností, charakterizujících celistvou individualitu konkrétního člověka, zaměřeného na realizaci životních cílů a rozvinutí svých možností ve společnosti.

Tvoří ji individuální spojení aspektů každého jedince. Utváří se ve vztazích k sobě, ke druhým, vůči prostředí a společnosti a projevuje se vždy jako celek.

- **biologický aspekt** – fyzický základ osobnosti (konstituce těla, genová výbava, procesy uvnitř těla probíhající)
- **psychologický aspekt** – duševní jevy, vlastnosti člověka, jeho vnitřní svět
- **sociální aspekt** – sociální vazby člověka, jeho vztahy s rodinou, přáteli, atd. neboť osobnost se utváří i projevuje právě ve vztahu s ostatními

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Na člověka, jeho vývoj i jeho výslednou osobnost působí mnoho vlivů.

➤ Biologické

- *dědičnost* – od početí – geny od rodičů, prarodičů
- *vrozené dispozice* – v okamžiku porodu – vlivy během těhotenství (psychická nepohoda matky)
- *biologické potřeby* (pocit hladu, žízně, zimy...),
- *celkový momentální i dlouhodobý zdravotní stav*
- *činnost nervové soustavy, a dalších soustav člověka*

➤ Sociální

- *společenské prostředí*, kde člověk vyrůstá – vztahy mezi lidmi, životní vzory, pracovní vztahy, rodinné vztahy...
- *kulturní a přírodní prostředí*, kde člověk vyrůstá – zvyky, tradice, národní kultura; může být podnětné, nepodnětné, různorodé

➤ Vlastní aktivita člověka

- osobnost člověka velmi ovlivňují činnosti, které vykonává; to, čemu se rád věnuje; jeho vůle; chtění něčeho dosáhnout ...

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Osobnost je jednota fyzických a psychických složek člověka

➤ Fyzické složky

- konstituce těla
- tělesné reakce
- vnitřní zrak
- vnímání pohybu
- fyziologické procesy (trávení, vyměšování, ...)

➤ Psychické složky

- vlastnosti
- schopnosti
- duševní procesy

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Vlastnosti člověka

- trvalé nastavení člověka, to co ho trvale charakterizuje (upřímnost, prolhanost, veselost, svědomitost, vytrvalost)

- Vrozené vlastnosti osobnosti :
 - **temperament** souhrn charakteristických nebo vrozených rysů osobnosti, které se trvale projevují způsobem reagování, jednání a prožívání
 - **vlohy**

- Získané vlastnosti osobnosti :
 - **charakter** – celek podstatných a stálých rysů, které charakterizují určitou osobu
 - **zájmy**

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Schopnosti člověka

- důležité pro kvalitní rozvoj a využití při určitých činnostech, člověk se s nimi nerodí, schopnosti je třeba těmito činnostmi utvrzovat a dále rozvíjet výcvikem, vzděláním, zkušenostmi
- podstatou schopností jsou vrozené vlohy – dispozice
 - inteligence
 - tvořivost
 - umělecké schopnosti
 - matematické schopnosti

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Duševní procesy

- získávání a zpracování informací z vnějšího světa
 - motivace
 - vnímání
 - představy a fantazie
 - paměť
 - myšlení

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Motivace

- z latinského slova „movere“ – hýbati, pohybovati.
- obecné označení pro všechny vnitřní podněty, které vedou k určité činnosti, k určitému jednání
- usměrňuje naše chování a jednání pro dosažení určitého cíle
- souhrn všech skutečností – radost, zvědavost, pozitivní pocity, radostné očekávání, které podporují nebo tlumí jedince, aby něco konal nebo nekonal
- série motivů, které se doplňují, navazují na sebe a vyvolávají u jedince již konkrétní jednání

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Motiv – pohnutka k činnosti

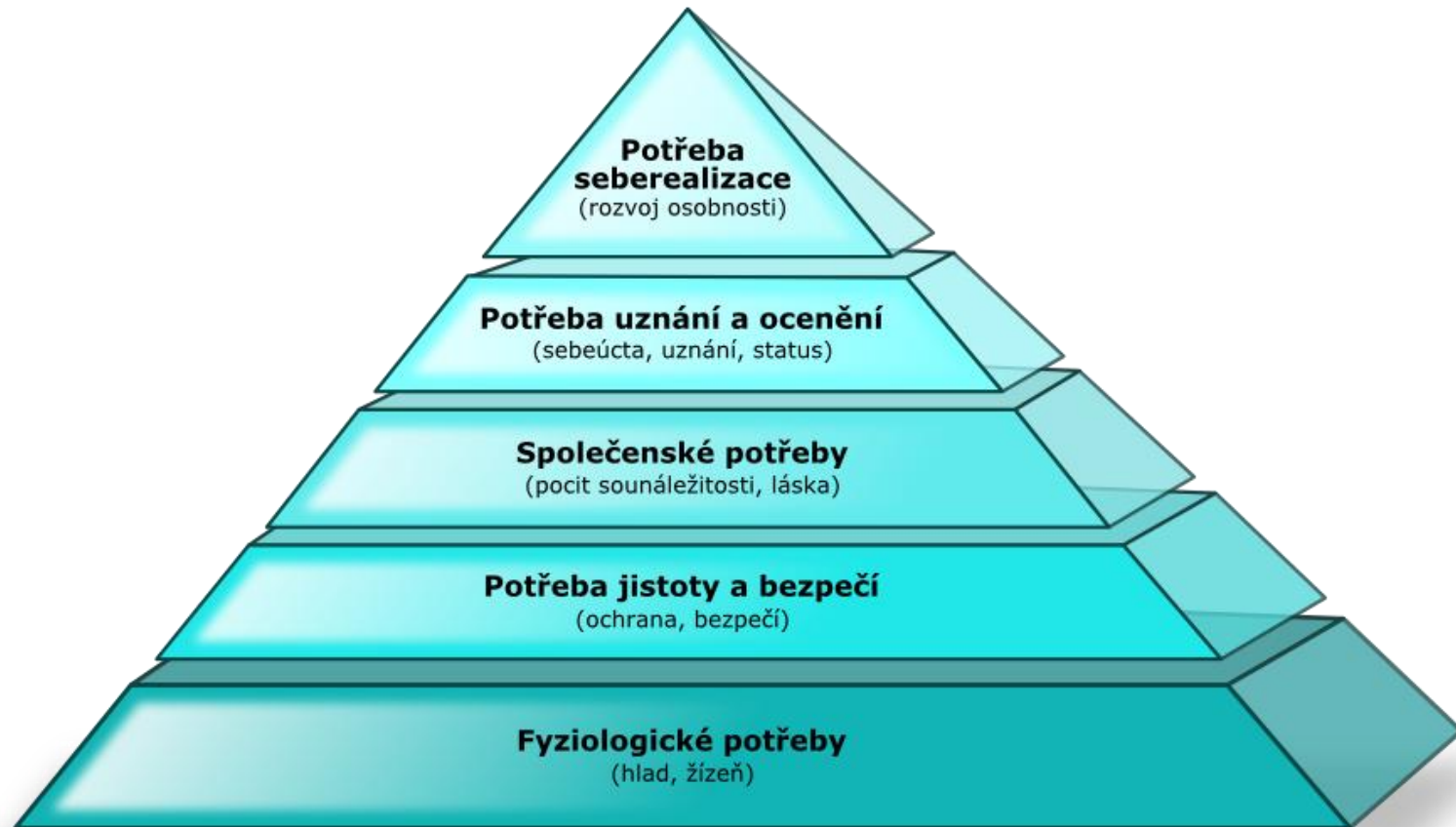
- vnější
- vnitřní

- činnosti z vnitřního přesvědčení jsou efektivnější, přináší dlouhodobější výsledky
- činnosti dělané pouze pod vnějším vlivem nemusí mít většinou dlouhého trvání

Základní pojmy z psychologie osobnosti

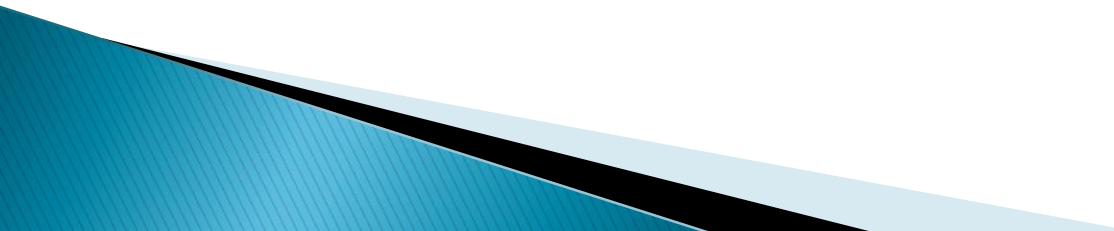
- **Vnější** – motivy „z venku“ – od rodičů, vrstevníků, učitelů, zaměstnavatelů, přátel, – pobízí jedince, aby se nějak zachoval, aby vyhověl jejich přání
 - pobídky
 - výhružky
 - přání druhých lidí
 - odměny a tresty
- **Vnitřní** – motivy uvnitř sebe a vedou ho k vnitřnímu přesvědčení něco udělat
 - potřeby člověka
 - zájmy
 - návyky, životní cíle
 - hodnoty – vztah k materiálním, duchovním předmětům a ideálům společnosti – peníze, zdraví, práce
 - postoje – názory člověka k nějakému tématu – např. fyzické tresty, nevěra, homosexualita

Maslowova pyramida lidských potřeb



Základní pojmy z psychologie osobnosti

Pravidla motivace podle Plamínka

- **Zlaté pravidlo motivace** – nepřizpůsobujte lidi úkolům, ale úkoly lidem
 - **Pravidlo motivační kotvy** – lidé musejí být spokojeni alespoň s něčím
 - Při motivaci myslíte na druhého, ne na sebe
- 

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Temperament

- souhrn charakteristických nebo vrozených rysů osobnosti, které se trvale projevují způsobem reagování, jednání a prožívání
- je spjat se vzrušivostí – tj. mírou odpovědi určitého člověka na různé podněty – a zahrnuje i tendenci měnit nálady

Lidé se navzájem liší nejen obsahem svého duševního života (tj. vnímáním, pamatováním, myšlením, zájmy), ale i formou – reakcemi na podněty. Temperament tedy určuje dynamiku celého prožívání a chování osobnosti.

Základní pojmy z psychologie osobnosti

První a nejznámější rozdělení temperamentu pochází od Hippokrata

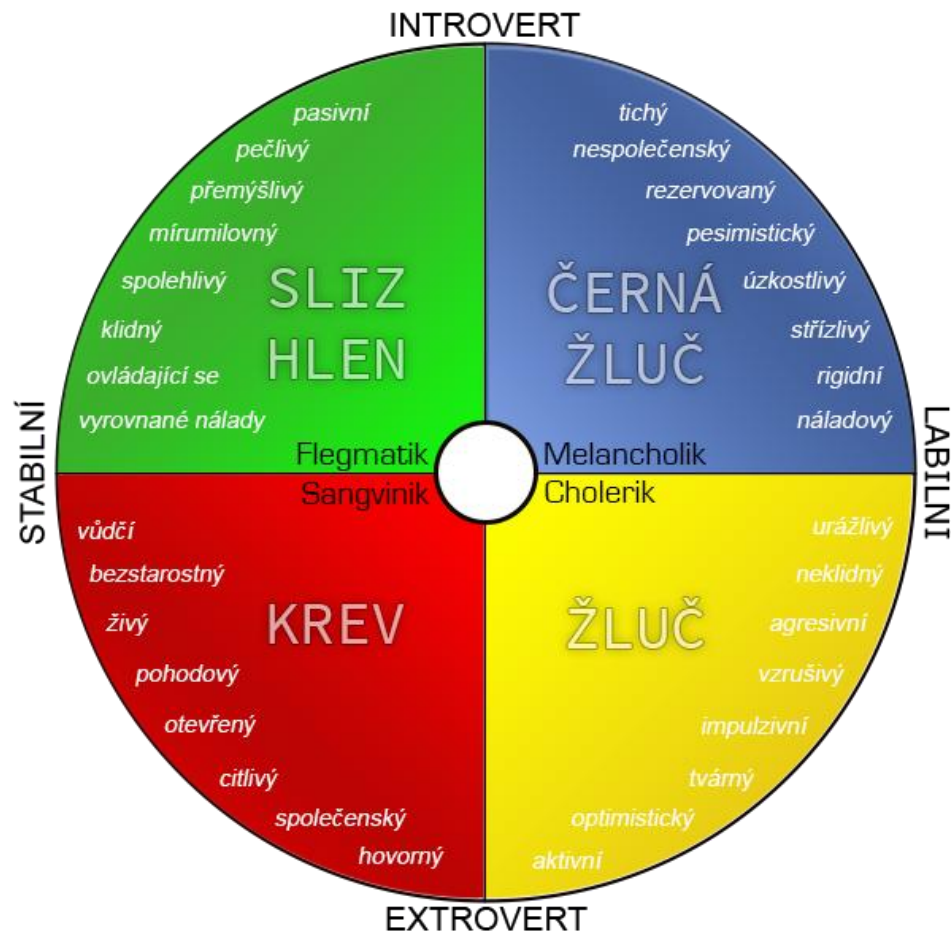
- ▶ **cholerik** – dráždivý, vzteklý, snadno vyletí a rozhněvá se, jeho hněv ale nemá dlouhého trvání
- ▶ **sangvinik** – čilý, dobromyslný, veselý, společenský, vřelý, živě reaguje, snadno se nadchne, je optimista
- ▶ **melancholik** – nejméně šťastný typ, převládá u něj smutná nálada, trdomyslnost, je pesimista od přírody, pomalý, přecitlivělý, špatně přizpůsobivý
- ▶ **flegmatik** – klid'as, kterého nevyvedete snadno z míry, v extrému lhostejný, netečný, nepodléhá změnám nálad

Základní pojmy z psychologie osobnosti

Pokud hovoříme o temperamentu, hovoříme také o introverzi a extraverci, labilitě a stabilitě

- **introvert** – tichý, stahuje se do sebe, rezervovaný, drží si odstup, plánuje dopředu, má rád řád, city drží pod kontrolou, spolehlivý, málokdy vybuchuje
- **extrovert** – družný, rád chodí do společnosti, potřebuje stále mít kolem sebe lidi, nerad je o samotě, vyhledává a chopí se příležitosti, často riskuje, má rád změny, stále je v pohybu
- **labilita** – označuje nestabilitu, rychlé změny nálad, kolísavé chování
- **stabilita** – označuje stálost nálad, schopnost trvaleji udržet náladu i emoční prožívání
- test

Kruh Hippokratovy typologie temperamentu s přidánými vlastnostmi



Sebevědomý pedagog

„Pouze sebevědomý pedagog může vychovávat sebevědomé žáky.“

Sebevědomý člověk si je vědom sám sebe, svých kvalit i nedostatků, právě díky tomu, že je schopen *sebezpozorování* poté *sebereflexe* a nakonec objektivního *sebeocení*.

Předpokladem k získání sebevědomí je *sebepřijetí* – odpuštění si všech svých nedostatků – předpoklad pro výchovu druhých lidí.

Nepřijetí sebe sama, vyčítání si své nedokonalosti – vede často k velké přísnosti až agresivitě k druhým (mají podobné nedostatky se kterými sami bojujeme).

Sebevědomý pedagog

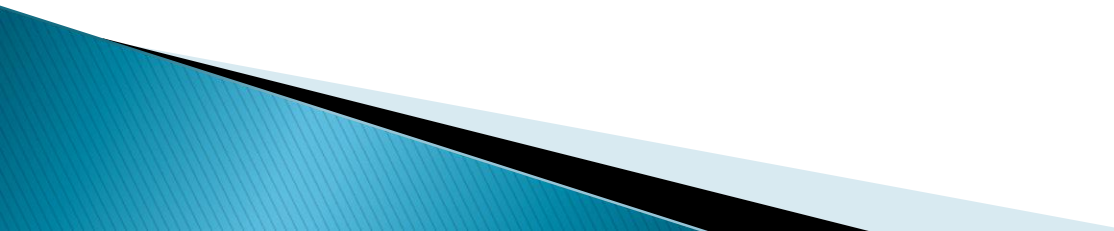
Důležitá „sebe“ – vědomí, pozorování, reflexe, ocenění, realizace, vzdělávání

Sebevědomí – důležitá složka osobnosti, určuje do jaké míry si člověk uvědomuje své možnosti, schopnosti a rezervy, jak se hodnotí, do jaké míry si věří. S tím vším souvisí, zda se má člověk rád a sám sebe si váží. Úroveň sebevědomí ovlivňuje všechny oblasti lidského života (partnerské vztahy, práce, ekonomická úspěšnost, trávení volného času, zdraví, komunikace)

Nízké sebevědomí přináší častý výskyt neuróz, depresí a komplexů méněcennosti.

Sebevědomý pedagog

Jak rozvíjet sebevědomí

- zapojovat se do akcí, ke kterým máte pozitivní vztah
 - nebát se riskovat
 - snažit se opakovat neúspěšnou činnost znovu, ale promyslet svůj postup, aby se neopakovaly předchozí chyby
 - neúspěch přijímat s úsměvem a s rozhodnutím, že už se nebude opakovat
 - nebát se překážek, naopak, vyhledávejte je, snažit se je překonat
 - vystupovat sebejistě
- 

Sebevědomý pedagog

Sebevědomí vzniká na základě :

- **Sebepozorování** – nejstarší psychologická metoda, uvědomování si sama sebe, uvědomování si vlastních psychických prožitků, je velmi těžké být objektivní, pokud pozoruji sám sebe

Poté probíhá:

- **Sebereflexe** – schopnost přemýšlet o našem jednání a následně ho i hodnotí, zhodnocení sama sebe, nadhled/pohled na sebe samého, o sobě samém, co dělám, kam směřuji, co mě k tomu vedlo, přemýšlet o tom, co pro mě znamená nějaké chování, zvážit, jaké konkrétní chování pro mě bude mít důsledky, co jsem schopen snést a co ne, jestli je moje chování v souladu s mými cíli, s mými morálními hodnotami atd. Zkrátka být v kontaktu sám se sebou
- **Sebeocení** je hodnota, jakou jedinec přisuzuje sám sobě

Sebevědomý pedagog

Pokud máme informace o sobě samém, můžeme je využít pro svůj další rozvoj.

- **Seberealizace** – osobnostní rozvoj, rozvíjení talentu, uskutečnění osobních přání a žití v souladu s našimi hodnotami a potřebami. Většinou chápeme seberealizaci jako něco, co nám má dávat smysl a vede nás k naplnění.
- **Sebevzdělávání** – získávání znalostí a dovedností neformálně, z různých pramenů na základě vnitřní potřeby, většinou formované pracovní činností nebo osobnostním zaměřením (koníčky, zájmy, dispozice, okolí), kdy si jednotlivec sám stanoví cíle a způsob sebevzdělávání (knih, přednášek, cestování, rozhovorů, kurzů), sám sebe motivuje a hodnotí

aktivita – Mám se rád

Sebevědomý pedagog

Sebepoznání – přijímání nových informací o sobě samém a jejich následné začleňování do obrazu o sobě samém.

Zdroje sebepoznání:

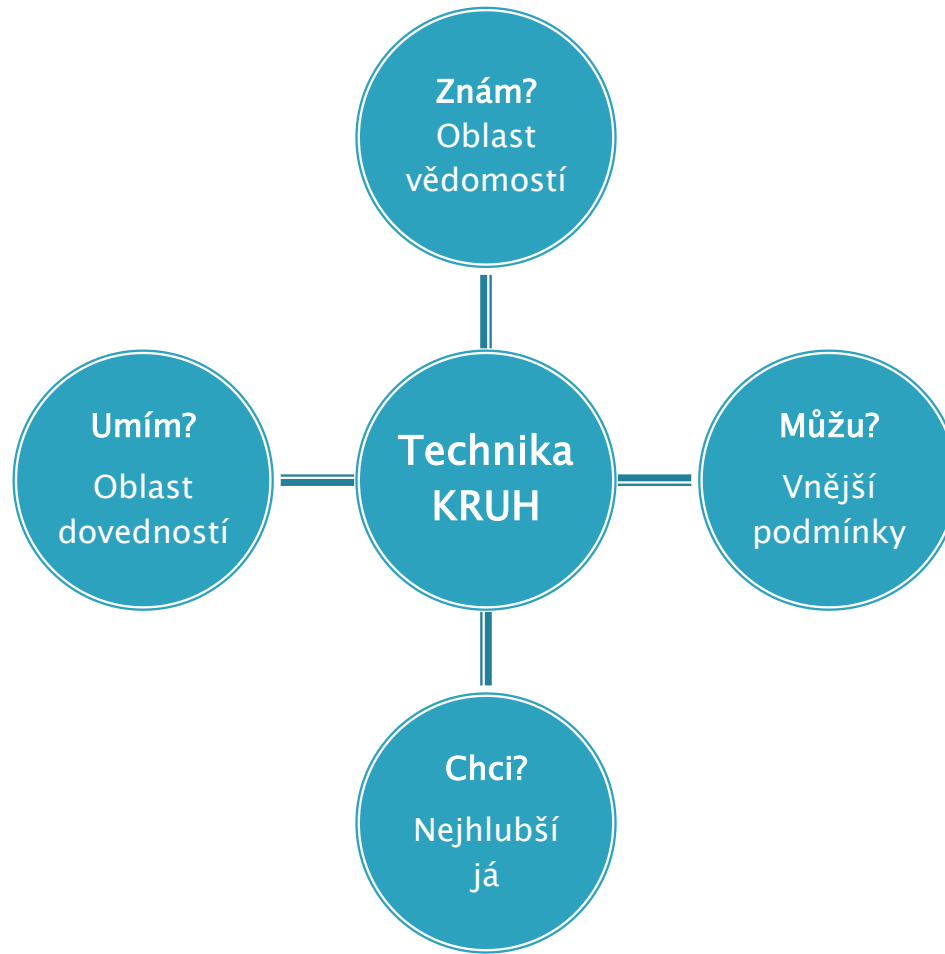
- Prvním zdroj – informace, které získáváme sami o sobě tím, že se pozorujeme, probíráme, co zažíváme, hodnotíme, co se nám podařilo...vytváříme si obraz o sobě samém.
- Druhý zdroj – postřehy a poznatky, které získáváme od druhých lidí. Znakem zralé osobnosti je umět přijmout kritiku od druhého člověka.

Sebevědomý pedagog

Sebepoznávací techniky – vedou k rozšiřování vědomostí o sobě samém.

- Technika „Kruh“ – cílená na uvědomění si souvislostí v profesním životě
- Myšlenková mapa – zaměřená na osobní život člověka

Sebevědomý pedagog



Sebevědomý pedagog

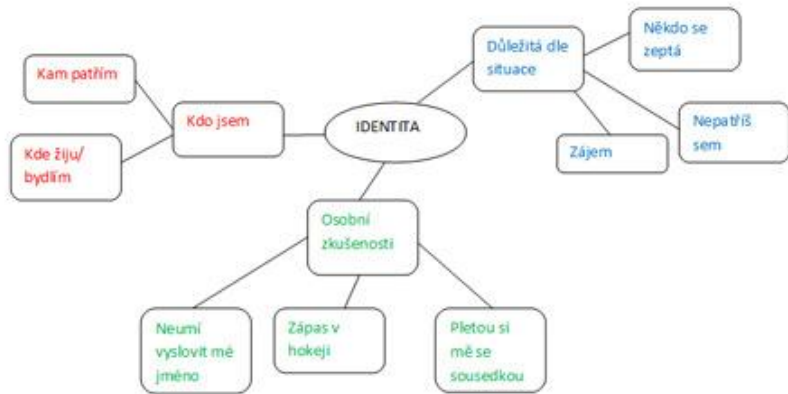
Myšlenková mapa – grafické uspořádání klíčových slov, doplněné obrázky vyznačující vzájemné vztahy a souvislosti. Může být využívána například k poznání sebe sama, učení, plánování, řešení problémů. Lze je využít při práci s dětmi v malých skupinách i pro samostatnou práci, zejména u projektu.

Tvorba myšlenkové mapy:

- začněte ve středu papíru hlavním námětem
- využijte obrázků, symbolů, kódů
- vyberte hlavní témata a zdůrazněte jejich důležitost pomocí velkých, malých nebo tučných písmen
- do mapy můžete psát, kreslit, čmárat, vybarvovat, lepit
- využijte barev
- vytvořte si svůj osobní styl tvorby myšlenkových map

Aktivita – tvorba myšlenkové mapy „já“

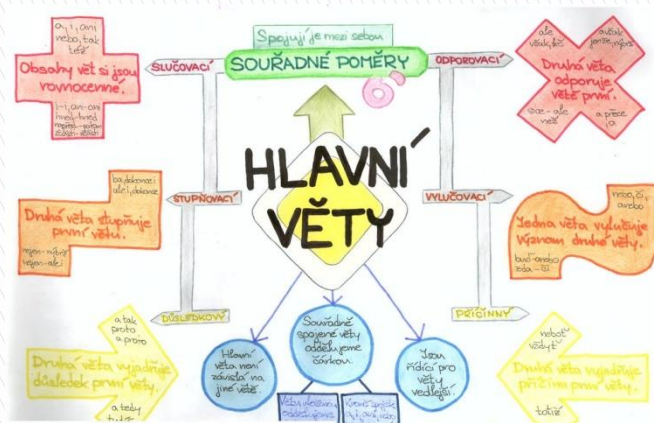
Sebevědomý pedagog



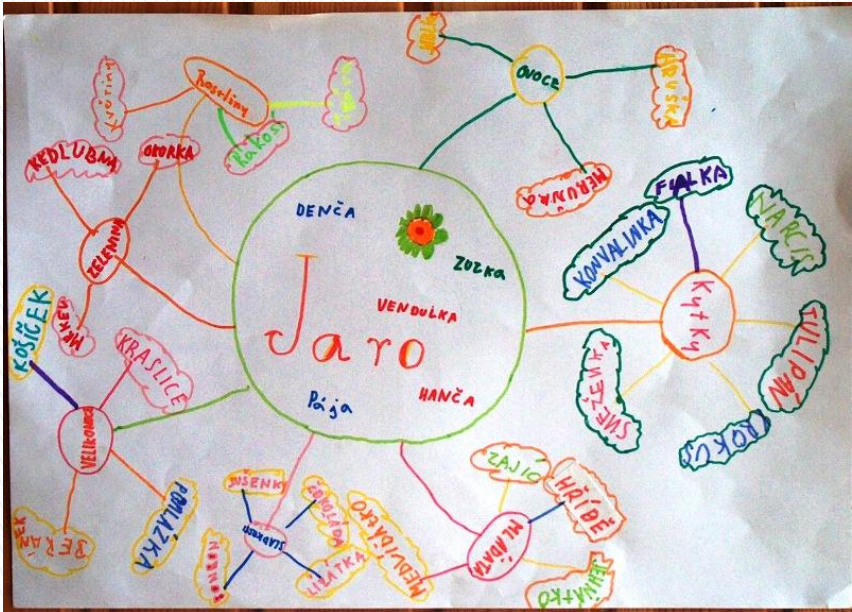
Možno tvořit i na PC,
pomocí grafů a podobně.

Výtvarné zpracování.

Sebevědomý pedagog



Využití u starších dětí.



Využití u mladších dětí.

Role a autorita pedagoga

Požadavky na osobnost pedagoga:

Všeobecné

- kulturní rozhled a všeobecné vzdělání
- odborná pedagogicko–psychologická připravenost

Osobnostní

- důvěryhodnost
- pravdivost
- aktivní naslouchání
- úcta k jiným, nevysmívání se

Role a autorita pedagoga

Dovednosti života

- flexibilita
- ohleduplnost
- schopnost organizovat
- empatie, vcítění se do druhých
- trpělivost, úsilí
- smysl pro humor
- odpovědnost
- komunikativnost

Požadavky společné ke všem pomáhajícím profesím

- dovednosti verbální i neverbální komunikace, umění naslouchat
- přiměřená míra dominantnosti
- stabilita, nekonfliktnost, pozitivní ladění, optimismus
- pozitivní vztah k dětem a zájem o ně

Role a autorita pedagoga

Role pedagoga

- **diagnostik** – pozorovatel, vyhodnocuje potřeby a zájmy svých svěřenců, jejich úroveň a stupně rozvoje
- **poradce** – poskytovatel informací sloužících k rozvoji a optimálního využívání volného času, pěstování správných návyků v režimu dne a odstraňováním vlivů, které působí destruktivně na hodnotu využívání volného času
- **podněcovatel** – podpora komplexně a individuálně rozvíjet jednotlivce, napomáhat k uspokojování jeho potřeb, rozvíjet jeho vlohy a nadání

Role a autorita pedagoga

- **strůjce** – napomáhá vyvolávat v druhých příjemné a stimulující stavy
- **organizátor** – zajišťuje aktivity, při kterých jeho svěřenci obnovují vnitřní rovnováhu, harmonii, poskytují příležitost k sebepoznání
- **koordinátor** – odpovídá za složení a samotný průběh trávení volného času

Role a autorita pedagoga

Současné trendy v oblasti výchovy a vzdělávání popisují další roli **pedagog – průvodce**.

- má znalosti, ale zároveň počítá s tím, že žák může vědět víc, než on
- orientuje se v problému, hledá řešení s pomocí žáků, společně plánují ideální postup řešení
- nabízí prostor žákům vyjádřit se
- učí žáky pracovat s chybou
- ví, že nemusí mít pravdu
- učí vyhledávat informace, orientovat se v problematice
- komunikace je oboustranná, jde o dialog, kde obě strany mají co říct

Role a autorita pedagoga

Jak být pedagogem průvodcem:

- **Stanovování pravidel se skupinou** – každá skupina potřebuje pro svou práci pravidla. Zkusme stanovovat pravidla společně v souladu s vnitřními řády a obecně platnými lidskými mravy. Můžeme vést diskusi, kde si účastníci stanovují mantinely. Takto nastavená pravidla jsou lépe přijímána a hlavně je prostor pro vysvětlení, proč je důležité to které pravidlo.
- **Bezpečné území** – při aktivitě venku dát účastníkům rozchod s tím, že se mají rozběhnout po okolí (na dohled) a zmapovat všechna rizika, na která narazí. Pak společně poskládejme všechna nebezpečí, která na nás v okolí číhají, a hledejme cesty, jak se jim vyhnout.
- **Sebehodnocení** – zapojme do hodnocení odehrané hry účastníky. Ptejme se: Jak se ti to dnes líbilo? Co se ti dařilo, za co by ses pochválil? Co pomohlo tomu, že jste vyhráli? Co způsobilo, že se práce nedařila? Jak ses poučil na příště?

Role a autorita pedagoga

Chová-li se pedagog jako průvodce, posiluje to jeho autoritu. Dítě, žák tuto autoritu pak přirozeněji respektuje a uznává.

Slovo autorita a významy s ním spojené vyvolávají nejednoznačné pocity. Na jednu stranu rádi autoritám podléháme, na druhou stranu se proti nim bouříme.

Autorita bývá nejčastěji spojována s pojmy: vliv, dominance, kompetence, řízení, dobrovolný respekt, důvěra.

Role a autorita pedagoga

Pojem autorita může být užíván v několika významech:

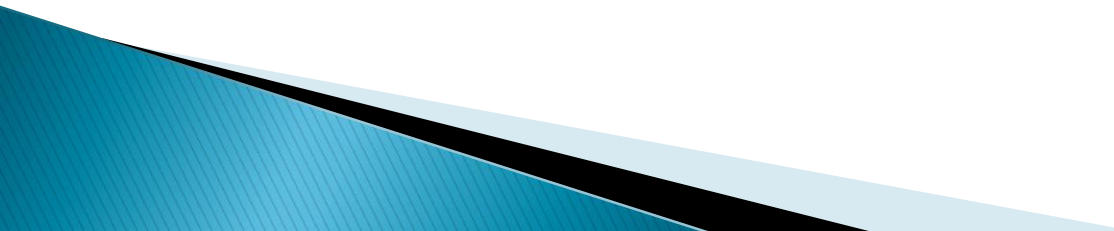
- **všeobecně** uznávaná vážnost, vliv, úcta, moc, obdiv
- **obecně** uznávaný odborník, vlivný činitel, vlivná osobnost
- **ve smyslu** úřadu (stát, policie, právo, zákon)

Další možné dělení autority:

- **Autorita formální** – založena na postavení, které má člověk v hierarchii organizace, člověk má vliv na ostatní z pozice svého místa
- **Autorita neformální** – založená na osobnostním vybavení člověka, člověk má přirozený vliv na ostatní
- **Autorita statutární** – vyplývá z postavení v podniku, ve školském zařízení
- **Autorita charismatická** – vyplývá z osobnostních charakteristik
- **Autorita odborná** – vyplývá z našich profesních dovedností a znalostí
- **Autorita morální** – vyplývá z morálních postojů a činů

Role a autorita pedagoga

Autoritu oslabuje:

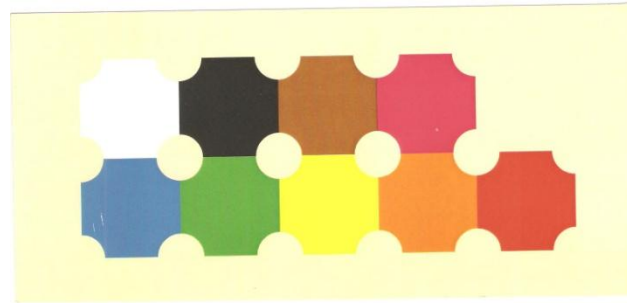
- neznalost
 - nedůslednost
 - nespravedlnost
 - nadměrná suverenita
 - nečestné jednání
 - nerozhodnost
 - nedodržení slibů
 - nevyrovnanost
 - nízké sebevědomí
 - nadřazenost
 - nejistota
 - manipulativní chování, hrozby aj.
- 

Role a autorita pedagoga

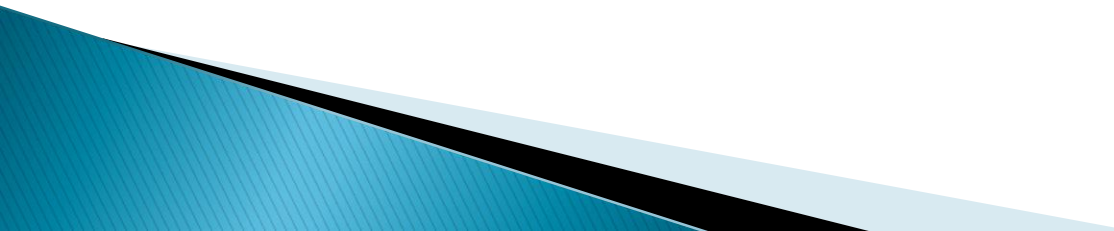
Přirozenou autoritu rozvíjí:

- vysoká profesionální a odborná úroveň
- dovednost komunikovat a spolupracovat
- dovednost předcházet konfliktům a případně je řešit
- umění kombinovat velkorysost a humor, přísnost a důslednost
- umění sdělovat pochvalu i kritiku
- celkový přirozený image, kultivované chování
- odolnost vůči stresu

Analýza barev



Diskuse

- Co je pro vás odměnou?
 - Uvědomujete si nějakou slabou stránku svého temperamentu? Pokud ano, jak s tím pracujete?
 - Kdo byl pro vás autoritou v dětství a proč?
- 

Reflexe



Děkuji za pozornost.

Přeji hezký zbytek dne.