

«Өзінді таны»

студенттік психологиялық клубы:
студенттердің жеке және әлеуметтік
дағдыларын дамыту.

Бизнес мектебі

«Қазақстан тарихы және әлеуметтік-саяси
пәндер» кафедрасы

Клуб жетекшісі:

Самадиева Мейрамгуль Оралтаевна



Клубтың мақсаттары:

1. Студенттерге өздерін тануға, өздерінің күшті және әлсіз жақтарын жақсы білуге, өзін-өзі бағалауды дамытуға, сенімсіздік пен қорқынышты жеңуге көмектесу.
2. Өзін мінез-құлық пен іс-әрекетте барынша табысты және толық жүзеге асыру, өз құқықтары мен өзіндік құндылығын бекіту, сондай-ақ шығармашылық арқылы өзін-өзі көрсету кезінде жағымсыз эмоциялардың шегін төмендету.
3. Өзіне және басқа адамдарға деген оң көзқарасты ынталандыру; өзінің оқу іс-әрекетіне ой жүгіртуге, қиындықтарға тап болған кезде өз мәселелерін, жеке басының ерекшеліктерін түсінуге, оларды жеңуге үйрену; өзін-өзі дамыту қажеттілігін арттыру.

Клубтың міндеттері:

Топ мүшелеріне өздерінің бірегейлігін көруге, өз мүмкіндіктерінің, идеяларының, ойларының, қиялдарының көріністерінен қорықпауға үйрету

2. Топ мүшелерін басқа адамдардың ішкі әлемінің жан-жақтылығын көруге және құрметтеуге, басқалардың даралықты қабылдамау жағдайларына философиялық тұрғыдан қарауға үйрету

3. Топ мүшелерінің өзін-өзі бағалауын арттыру.

4. Психикалық денсаулықты, эмоционалдық интеллектті, қарым қатынасты нығайтуға, өмірлік қиындықтарды шешуге бағытталған өмірлік дағдыларды қалыптастыру.

Студенттік клубтың бағдарламасы:

I кезең - мотивациялық.

Кезеңнің мақсаты-топ мүшелерін эмоционалды түрде біріктіру. Негізгі мазмұны - шиеленісті жеңілдетуге және топты біріктіруге, сондай-ақ өзін-өзі анықтауға және өзін-өзі тануға бағытталған психотехникалық жаттығулардан тұрады.

II кезең — дамытушы.

Кезеңнің мақсаты:

Өзін-өзі тану процесін белсендіру. Өзіне деген сенімділікті дамыту, өзін, қажеттіліктерін, реакцияларын түсінуді дамытуға көмектесу; өзін-өзі қабылдау, өзінің маңыздылығын, құндылығын арттыру. Өзін-өзі тәрбиелеу және өзін-өзі дамыту мотивациясын қалыптастыру.

III кезең - бекіту.

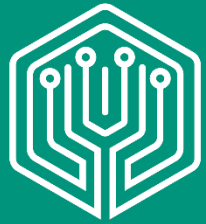
Кезеңнің мақсаты: Өзін-өзі бағалауды нығайту және жеке ресурстарды өзектендіру мақсатында өзін-өзі түсінуді арттыру. Бекіту сипатындағы жаттығулар.

КЛУБ МҮШЕЛЕРІ

Барлық
мамандықтар
студенттері

Кез келген
курстың
студенттері

Клуб
мүшелігіне өз
еркімен кіру

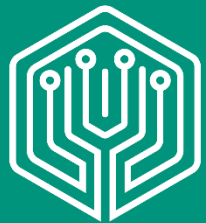


D. Serikbayev

EKTU

Кез келген курстың студенттері



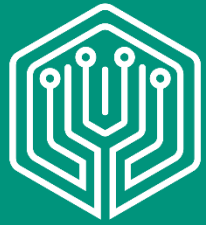


D. Serikbayev

EKTU

ТРЕНИНГТЕР





D. Serikbayev

EKTU

ДЕБАТТАР

*ӨЗІН ТАНЫҒАН АДАМ
- ӨМІРДІҢ ТІЗГІНІН ӨЗ
ҚОЛЫНА АЛҒАН АДАМ*





D. Serikbayev

EKTU

ӨЗІН-ӨЗІ ТАҢУ - ӨМІРДІ ТАҢУ

Өзіңді тану

Жақсы болу – өзіңнен,
Жаман болу – өзіңнен.
Өзіңді-өзің ая да,
Өзің үйрен, өзіңнен.
Жақсылық көрсең біреуден,
“Мен қандаймын?” деп ойла.
Өзіңді-өзің қолыңа ал,
Өзіңсің – ақыл айнасы.
Тиеді саған мәні бар
Өзіңді танудың пайдасы.

