

Obsah:

Úvod	5
1.0 Vymezení pojmu sebevýchova	7
1.1 Úloha a význam sebevýchovy	13
1.2 Výchova a sebevýchova	15
1.3 Psychologické aspekty sebevýchovy	22
2.0 Výchozí činitelé a podmínky rozvoje sebevýchovy	23
2.1 Vysokoškolský student	24
2.1.1 Vývojová charakteristika	24
2.1.2 Sociální charakteristika	31
2.1.3 Některé problémy osobnosti studenta	35
2.2 Prostředí a nároky vysoké školy	39
2.3 Předpoklady realizace procesu sebevýchovy	41
3.0 Obecný základ a mechanismy procesu sebevýchovy	42
3.1 Vědomí, uvědomění, reflexe	42
3.1.1 Sebevědomí, sebeuvědomění	45
3.2 Úloha sebepoznání	50
3.2.1 Sebehodnocení	56
3.2.2 Subjektivní výklad příčin jednání	59
3.3 Regulace, seberegulace	61
3.3.1 Cílevědomé řízení	65
3.3.2 Prostředky seberegulace, sebevýchovy	72
3.3.3 Sebekontrola	75
Literatura	77