

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

ГРИЩЕНКО С.В.

САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

МОНОГРАФІЯ

Під науковою редакцією:

Курлянд З. Н. – доктора педагогічних наук, професора;

Бужиної І. В. – доктора педагогічних наук, професора



Чернігів - 2019

УДК 37.091.12 : 37.013.42 : 364
ББК Ч 421.424+С52,86я73
Г85

Рецензенти:

Носко Микола Олексійович – доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України. Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка;

Янченко Тамара Василівна – доктор педагогічних наук, доцент. Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка;

Доній Наталія Євгеніївна – доктор філософських наук, професор, Академія Державної пенітенціарної служби.

Грищенко С.В.

Г85 Самовдосконалення особистості: монографія. Під науковою редакцією: Курлянд З. Н., Бужиної І. В. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2019. 188 с.

ББК Ч 421.424+С52,86я73

УДК 37.091.12 : 37.013.42 : 364

У монографії досліджено психолого-педагогічні складові, обґрунтовано концептуальні теоретичні та методичні основи процесів самовдосконалення особистості.

Вміщені в монографії матеріали призначені для фахівців у галузі соціальної педагогіки та соціальної роботи, психологів, працівників вищої освіти, усіх, хто цікавиться проблемами самовдосконалення особистості.

*Рекомендовано до друку
вченою радою Національного університету
«Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
(Протокол № 8 від 24 квітня 2019 року)*

ЗМІСТ

| | |
|--------------------|---|
| ВСТУП | 4 |
|--------------------|---|

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

| | |
|--|----|
| 1.1. Історичний аспект самовдосконалення особистості | 8 |
| 1.2. Психолого-педагогічні основи самовдосконалення..... | 16 |
| 1.3. Основні напрями процесу самовдосконалення | 27 |

РОЗДІЛ 2. САМОВИХОВАННЯ ЯК СКЛАДОВА САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

| | |
|---|----|
| 2.1. Передумови процесу самовиховання особистості..... | 42 |
| 2.2. Психологічна проблема взаємозв'язку самовиховання і діяльності особистості..... | 46 |
| 2.3. Методи самовиховання особистості..... | 51 |
| 2.4. Проблеми самовиховання у формуванні особистості..... | 58 |

РОЗДІЛ 3. САМОВИЗНАЧЕННЯ ТА САМООЦІНКА У СТРУКТУРІ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

| | |
|---|----|
| 3.1. Теоретичні основи процесу особистісного самовизначення | 68 |
| 3.2. Формування самооцінки особистості | 72 |

РОЗДІЛ 4. САМООСВІТНЯ ДІЯЛЬНІСТЬ

| | |
|---|-----|
| 4.1. Самоактуалізація – основна умова формування досвіду самостійної практичної діяльності | 90 |
| 4.2. Організація самоосвітньої роботи | 96 |
| 4.3. Самоосвітня діяльність особистості | 115 |

РОЗДІЛ 5. ДЕЯКІ АСПЕКТИ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

| | |
|---|-----|
| 5.1. Самоорганізація особистості..... | 128 |
| 5.2. Педагогіка самовдосконалення і розвиток особистості..... | 138 |
| 5.3. Самомоніторинг особистості..... | 155 |

| | |
|-----------------------|-----|
| ВИСНОВКИ | 145 |
|-----------------------|-----|

| | |
|---|-----|
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 164 |
|---|-----|

Вступ

Один з визначальних стратегічних напрямів створення загальноєвропейського простору вищої освіти передбачає необхідність поліпшення методик навчання відповідно до прагнень й можливостей громадян. Предметом вивчення сучасної європейської педагогіки стало створення освітніх систем, орієнтованих на всебічний розвиток особистості, яка розуміється як конкретна, цілісна людська індивідуальність у єдності її природних й соціальних якостей. Цей напрям пов'язано з самовдосконаленням особистості.

Актуальність проблеми формування у молоді культури самоосвіти й психологічної готовності до самовдосконалення в наш час вивчається вітчизняними та зарубіжними дослідниками. В результаті прискорення темпів розвитку суспільства, в умовах ринкової економіки, де людина виступає активним суб'єктом на ринку праці, необхідно враховувати в розвитку вітчизняної вищої освіти той факт, що вона повинна озброїти студентів умінням вчитися і здобувати освіту впродовж всього життя, дозволити випускникові університету відносно легко освоювати нові професії в майбутньому, мати чітку життєву позицію, виробити системні компоненти саморегуляції (моделювання, планування, самоконтроль і самокорекцію).

Метою сучасної вищої освіти є засвоєння закономірностей явищ і процесів, багатьох способів дій, у тому числі й способів самостійного придбання знань й їхнього умілого практичного використання. Самостійне здобуття знань, здатність до пізнавальної діяльності лежать в основі творчих процесів самоосвіти і самовиховання.

=====

Самонавчання є початковим етапом самоосвіти. Самонавчання й самоосвіта націлюють особистість на об'єктивне пізнання дійсності, на самопізнання, самоорганізацію, самовизначення – процеси, що є показниками зрілості особистості. Самовиховання – свідомо діяльність людини, спрямована на вироблення у себе позитивних рис й подолання негативних. Самовиховання успішно здійснюється за певних умов. Передусім воно потребує від людини знання самої себе, вміння оцінювати власні позитивні й негативні риси.

Проблема самовдосконалення особистості взагалі в сучасних умовах є надзвичайно актуальною й своєчасною. На думку вітчизняних та зарубіжних дослідників самостійний вибір людиною свого життєвого шляху, цілей, цінностей, етичних норм, майбутньої професії й умов життя здійснюється за допомогою пізнання, виявлення і аналізу своїх можливостей, здібностей, схильностей, інтересів й установок, усвідомлення свого місця в житті, в суспільстві. Психологічна готовність до самовдосконалення, виступаючи як інтеграційна характеристика особистості, базується на здібності до самопізнання, самоідентифікації, самореалізації й припускає можливість побудови системи індивідуальних взаємодій зі світом та індивідуального розвитку.

У самовдосконаленні особистості важлива роль належить самоосвіті й самовихованню як результату самоосвіти. На думку педагогів, психологів і соціологів для справжнього особистісного самовдосконалення необхідна самоосвітня діяльність, що задовольняє потребу в самопізнанні, пізнанні і особистісному зростанні. Аналіз сучасної науково-педагогічної літератури у напрямі встановлення суті поняття самоосвіти дозволяє зробити висновок, що самоосвіта – це цілеспрямована, самостійна, систематична пізнавальна діяльність людини з поглиблення своїх знань, вдосконалення тих, що є і придбання нових умінь, навичок, способів дій, відносин. Самоосвіта виступає як засіб самовиховання й самовдосконалення, оскільки сприяє розвитку різних сфер особистості (інтелектуальної, вольової, емоційної, мотиваційної) й базових якостей людини, яка розвивається (цілеспрямованості, організованості, працьовитості, сили волі, наполегливості).

Головне завдання самоосвіти є самостійний розвиток й вдосконалення особистості для максимальної підготовки її до життя, пізнання існуючого світу. Самоосвіта, як вища форма задоволення

пізнавальної потреби особистості, пов'язана з проявом значних вольових зусиль, високим ступенем свідомості й організованості, ухваленням внутрішньої відповідальності за своє самовдосконалення. У даній монографії розглядаються питання теорії і практики виховання культури самоосвіти й формування готовності до особистісного самовдосконалення майбутніх фахівців соціальної сфери. Успішному вирішенню означеної проблеми заважає відсутність методики самовдосконалення особистості, пошуки якої активно ведуться вітчизняними педагогами вищої школи та психологами.

Всі представлені в монографії концептуальні положення мають практичну спрямованість на самовдосконалення особистості. Окремі положення загальнодидактичного плану можуть використовуватись при підготовці фахівців різних галузей, працівниками закладів вищої освіти, усіх, хто цікавиться проблемами самовдосконалення особистості.

З повагою, автор



РІЗДІЛ

1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

- 1.1. Історичний аспект
самовдосконалення особистості**
- 1.2. Психолого-педагогічні основи
самовдосконалення**
- 1.3. Основні напрями процесу
самовдосконалення**

1.1. Історичний аспект самовдосконалення особистості

Самовдосконалення людини існувало з первіснообщинного ладу до сучасності. Життя потребує від людини кмітливості, ініціативності, визначення і розуміння своїх можливостей, цього можна досягти завдяки самовихованню.

Визначення основних історичних етапів й напрямів процесу самовдосконалення є важливою проблемою на сучасному етапі. Відповідно до цього актуалізується історичний аспект процесу самовдосконалення особистості. Він важливий для створення сучасної теорії самовдосконалення.

В українській народній педагогіці існувало багато традицій, які дійшли з давнини й свідчили про необхідність дитини займатися самовдосконаленням, щоб посісти в дорослому віці гідне місце серед односельців, не відстати від інших у споконвічній селянській праці, в накопиченні певного добробуту, а в кращому випадку – в піднесенні свого соціального стану. І в давні часи, й нині школа, батьки не можуть повністю навчити всього, що потребує від людини життя, багато залежить від кмітливості, ініціативності, визначення й розуміння своїх можливостей.

Жодна видатна людина не стала б великою без навчання й виховання, але вирішальну роль у її формуванні відіграло самовдосконалення. Історія самовдосконалення свідчить, що на початку життєвого шляху кожного з видатних й мудрих корифеїв було усвідомлення мотивів, за ним – вироблення програми свого саморозвитку, суворе слідування їй, жорсткий самоконтроль, тренування волі й характеру. Тільки так (іншого шляху немає), вважала людина, можна зробити певні кроки до успіху в житті.

Процес самовдосконалення особистості є об'єктом вивчення філософів, соціологів, психологів, педагогів й представників інших наук. Його з повним правом можна вважати однією з найдавніших, але завжди актуальних проблем педагогічної теорії та практики.

1.1. ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Тисячоліттями цій меті служили і служать настанови, викладені в приказках і прислів'ях, епосах й казках, висловлюваннях видатних людей. Ці думки є скарбницею людської мудрості, містять цінні поради стосовно самовдосконалення інтелектуальних, моральних й фізичних якостей особистості.

Філософи Сократ, Епікур, Лукрецій, Демокріт, Аристотель, давньоримські історики залишили чимало цінних порад щодо самовдосконалення моральних й інтелектуальних якостей людини, збереження її здоров'я, фізичних й моральних сил.

Сократ у відомому висловлюванні «Пізнай самого себе» закликав до самопізнання, з якого власне, й розпочинається самовдосконалення особистості. Він вважав невігластво найбільшим ворогом людини. Сократ говорив про себе: я знаю, що нічого не знаю, а інші і цього не знають. За словами Епікура, подібна самокритика є початком спасіння, тобто самовдосконалення. Без такого уявлення про себе, без усвідомлення своїх недоліків, перш за все браку знань про навколишній світ і про себе, людина перетворюється на самозадоволеного обивателя. Постійне прагнення Сократа до пізнання зробило його одним із великих «учителів людства». «Сократ, – писав Гегель, – силою свого мистецтва й самосвідомої волі розвинув самого себе у видатний характер, заради визначеної життєвої справи, набувши необхідних для цього якостей».

Багато корисних думок про самовиховання знаходимо у найвидатнішого філософа стародавнього часу – Аристотеля. Він розглядає найважливішу проблему самовдосконалення – ставлення людини до себе. На його думку, сила волі має допомагати розуму в подоланні афектів й пристрастей.

Особливу увагу самовдосконаленню у своєму вченні приділяв Епікур. Мистецтво життя людини полягає, за його твердженням, у надії на саму себе, умінні керувати своїми бажаннями, які знаходять своє відображення у прагненні до нормального фізичного розвитку, пізнання світу й себе, спілкування з подібними собі з метою розвитку своїх духовних сил.

Близьких поглядів дотримувався і Демокріт. Зокрема, він стверджував, що людина може досягти моральної досконалості шляхом формування таких цінних якостей, як самопізнання, самоконтроль, здатність до розумного самообмеження, самодисципліна. «Добрими людьми, – вважав він, – стають більше від вправ, ніж від природи». Силою своєї волі Демокріт зумів виправити власні мовленнєві вади і стати одним із найвідоміших ораторів в античній історії.

Величезною силою волі, прагненням до самовдосконалення відзначались багато інших представників античності. Г. Гегель писав, що такі видатні діячі древньої Греції, як Перикл, Софокл, Фукидід, Сократ та інші, «розвинули свою індивідуальність, надавши їй своєрідний характер, який став визначальною рисою їхньої сутності і єдиним началом, що проходив червоною ниткою через усе їхнє життя». Далі він наголошував, що «такі особистості не створені природою, а самостійно зробили себе тими, якими вони були; вони стали тими, якими хотіли бути, й залишились вірними цьому своєму прагненню до кінця життя».

Видатний педагог й громадський діяч Ян Амос Коменський висунув за ідеал образ енергійної, ввічливої і тактовної людини, яка веде правильний спосіб життя. Він закликав до самопізнання і керування розвитком своєї особистості. Його відомі праці «Правила життя», «Настанови в моральності для юнацтва» та інші закликають до активного самовдосконалення, до вершин морального вдосконалення.

Під впливом ідей французьких просвітителів й перших класичних метафізиків-матеріалістів народжувався новий підхід до самовиховання. Педагогічні висловлювання Френсіса Бекона, окремі праці Джона Локка містять багато думок щодо нього. Так, у трактаті Джона Локка «Про виховання розуму» докладно розглядається проблема самоосвіти як розумового саморозвитку, порушуються питання організації самонавчання.

Докладніше «закони саморозвитку» викладає Рене Декарт у «Правилах до керування розумом». Інший його трактат «Пристрасті душі» присвячено психоаналізу духовного стану людини. Він вважає найважливішим завоюванням душі – владу людини над своїми почуттями.

Жан-Жак Руссо надавав внутрішньому світу людини вирішального значення у формуванні особистості. У «Сповіді» він наділяє людину винятковою складністю її внутрішнього світу; в романі «Нова Елоїза» глибоко аналізує процес подолання почуттів в ім'я обов'язку.

У Новий час самовдосконаленням цілеспрямовано займався відомий американський просвітитель Бенджамін Франклін. В автобіографії він описав розроблений ним принцип самовиховання: «... я задумав сміливий і важкий план досягнення моральної досконалості. Я хотів жити, ніколи не роблячи жодних помилок, перемагаючи все, до чого мене могли штовхнути природні шляхи, звички чи суспільство. Оскільки я знав чи думав, що знаю – що добре

1.1. ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

і що погано, то я не бачив причини, чому б мені завжди не наслідувати одного і не уникати іншого».

Цікаві думки про самовдосконалення висловлював німецький філософ І. Кант. Його система самовиховання чітко простежується у сформульованому ним головному принципі: «Владай своєю натурою, інакше вона буде владати тобою». Оцінюючи філософію І. Канта, Ф. Шиллер писав: «Про смертну людину поки що ніхто не сказав більше високих слів, ніж І. Кант, що й складає зміст усієї його філософії: «Визнач себе сам».

На особливій ролі самовдосконалення у становленні особистості наголошував й Гегель: «... здатність пізнавати своє власне «Я» є важливим моментом у духовному розвитку дитини; з цього моменту вона робиться придатною до рефлексії над собою. Але найголовнішим є тут відчуття, яке у неї прокидається, що вона ще не є те, чим повинна бути, і живе бажання стати такою ж, як і дорослі, серед яких вона живе... Це особисте прагнення дітей до виховання є іманентний момент будь-якого виховання».

Багато цінного в розвиток теорії й практики самовдосконалення внесли такі відомі особистості, як І. Гете, Ч. Дарвін, О. Суворов, Л. Толстой, К. Ушинський, А. Чехов. Своїм життям й діяльністю вони переконливо довели, що самовдосконалення є надзвичайно важливим фактором у становленні особистості, а його правильна організація сприяє максимальному розвитку фізичних, моральних і духовних якостей, робить людину в значній мірі господарем своєї долі.

Як приклад можна навести програму самовдосконалення юного Л. Толстого: «1. Вивчити весь курс юридичних наук, які потрібні для остаточного екзамену в університеті. 2. Вивчити практичну медицину і частину теоретичної. 3. Вивчити мови: французьку, російську, німецьку, англійську, італійську, латинську. 4. Вивчити сільське господарство, як теоретичне, так і практичне. 5. Вивчити історію, географію і статистику. 6. Вивчити математику, гімназійний курс. 7. Написати дисертацію. 8. Досягти середнього ступеня досконалості в музиці і живописі. 9. Написати правила. 10. Дістати деякі знання в природничих науках. 11. Скласти твори з усіх предметів, які вивчатиму».

Моральні правила, які склав для себе К. Ушинський: «1. Спокій цілковитий, у крайньому разі – зовнішній. 2. Прямота у словах і вчинках. 3. Обдуманість дій. 4. Рішучість. 5. Не говорити про себе без потреби жодного слова. 6. Не гаяти часу несвідомо; робити те, що треба, а не те, що трапиться. 7. Витрачати тільки на необхідне або приємне, а не за пристрастями витрачати. 8. Кожен вечір добросовісно

давати собі звіт у вчинках. 9. Ніколи не хвастати тим, що було, ні тим, що є, ні тим, що буде. 10. Нікому не показувати цього».

Проблема самовдосконалення посідає чільне місце і в дослідженнях психологів. Зокрема, великий внесок у розробку теоретичних засад самовдосконалення, розуміння його змісту зробили Б. Ананьєв, Л. Виготський, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн. Основна їхня позиція полягала в тому, що самовдосконалення не може розглядатись ні у відриві від зовнішнього світу, ні в простому пристосуванні до нього. Воно виникає в результаті активної взаємодії з навколишнім середовищем, забезпечуючи нову сходинку в розвитку особистості.

У психологічних дослідженнях наголошується на нерозривному зв'язку самовдосконалення з такими особистісними характеристиками суб'єктів, як їх діяльність, спілкування, становлення. Так, О. Леонтьєв, аналізуючи внутрішні і зовнішні аспекти діяльності, розглядає її творчий характер, що набуває для людини особистісного смислу, оскільки вона відтворює себе, своє ставлення до світу.

К. Абульханова-Славська, досліджуючи проблему життєдіяльності, виділяє таке поняття як «діяльнісне ставлення людини до світу», й розглядає механізм побудови себе в системі таких відносин. На її думку, особистісні стосунки самі можуть бути зрозумілі лише через принцип відтворення: особистість об'єктивує себе певним чином, творить свої взаємини зі світом, а потім «впізнає» саму себе у новій якості в своєму об'єктивному прояві».

У філософській й психологічній літературі акцентується увага на тому, що в процесі самовиховання відбувається трансформація зовнішніх вимог у внутрішні регулятори поведінки та життєдіяльності (інтеріоризація). Причому різні дослідники дещо по-різному вважають основними ті чи інші фактори, які суттєво впливають на самовдосконалення.

О. Ковальов, наприклад, наголошує на ролі суспільного фактору, на взаємозв'язку виховання і самовиховання, на значущості колективу, сім'ї в організації самовдосконалення .

О. Арет, проаналізувавши особливості самовдосконалення, його методи та прийоми організації на різних етапах суспільного розвитку, виділяє самопізнання і мотивацію, самопримус і саморегулювання.

О. Кочетов особливу увагу зосереджує на формах саморозвитку, взаємозв'язку виховання і самовиховання, організації самовдосконалення у підлітковому віці.

Дослідження В. Якобсона більш спрямовані на аналіз самовдосконалення почуттів. У працях Т. Агафонова визначається роль

1.1. ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

самоаналізу у вихованні волі. М. Боришевський досліджує самовдосконалення у ракурсі його значущості в самоактивності особистості.

Питанню самовдосконалення характеру, волі приділяється увага в дослідженнях В. Крутецького, Л. Рувинського, С. Хохлова та ін. Автори наголошують на ролі спеціальних тренувань, переборення перешкод у вихованні волі, аналізують способи впливу особистості на себе, особливо в складних умовах. На їхню думку, дещо іншим повинно бути співвідношення між самовихованням і вихованням. Головним має бути самовиховання, а допоміжним – виховання. Вся навчально-виховна робота повинна сприяти кращому і зручнішому удосконаленню самовдосконалення.

У розвиток теорії і практики самовдосконалення великий внесок зробили представники вітчизняної педагогіки П. Каптерев, А. Макаренко, В. Оржеховська, Л. Рувинський, С. Рубінштейн, В. Сухомлинський, Л. Толстой, К. Ушинський та ін. Вони розглядали самовдосконалення як один із найсуттєвіших факторів розвитку особистості. На їхню думку, тільки те виховання вважається ефективним, яке пробуджує в особистості потребу в самовихованні. І, чим старшою стає особистість, тим більша роль у її формуванні має належати самовдосконаленню. Мистецтво ж розумового і морального виховання полягає у пробудженні серця і розуму учнів, а не простому повідомленні інформації та порад. Те, що зазвичай називається вихованням й освітою, при глибшому погляді на справу виявляється переважно самовихованням й самоосвітою, а часто й прямою боротьбою самовиховуваного проти виховних впливів на нього інших людей й речей.

Зокрема, велику увагу взаємозв'язку виховання й самовиховання, як складових самовдосконалення, приділяв В. Сухомлинський. Він неодноразово зазначав, що всі методи виховання повинні сприяти тому, аби людина подивилась на себе саму, прагнула пізнати свій внутрішній світ, щоб усі сили її душі були спрямовані на те, щоб зробити себе кращою, досконалішою. Великий педагог-гуманіст стверджував, що самовиховання – це не щось допоміжне у вихованні, а міцний його фундамент. Ніхто не зможе виховати людину, якщо вона сама себе не виховає. «Підліток стає справжньою людиною лише тоді, коли він уміє пильно вдивлятись не тільки в навколишній світ, а й у самого себе, коли він прагне пізнати не тільки речі й явища навколо себе, а й свій внутрішній світ, коли сили його душі спрямовані на те, щоб зробити самого себе кращим, досконалішим». Він був глибоко переконаний, що тільки те виховання є справжнім, яке спонукає до самовиховання. Водночас педагог визнавав: «Учити

самовихованню незмірно важче, ніж організувати недільні розваги; незмірно важче і складніше, ніж схопити підлітка за руку і не випускати його доти, поки він не вийшов із стін школи, поки його не сп'яніло повітря, вільне від заборон і регламентацій. Тільки виховання, яке спонукає до самовиховання, може розв'язати цю важку проблему». В. Сухомлинський був глибоко переконаний у тому, що юнаків й дівчат необхідно не лише виховувати, але й у значно більшій мірі, ніж підлітків, залучати до самовиховання.

Проблема турбує і сучасних педагогів. Так, російський педагог В. Шадриков у своєму Проекті «індивідуалізація навчання на основі особистісно-орієнтованого навчального плану загальноосвітньої школи» вважає, що у сучасних умовах втрачається суттєвий аспект діяльності, її розуміння як щастя, як форми самовираження, як форми становлення людини, що закладено в її потенції. Його Проект передбачає, що одне з головних завдань нової школи – формування характеру особистості. Тому при розробці концепції нової школи відроджуються методи самостійного володіння навчальним матеріалом, а також методи й прийоми самовдосконалення, самовиховання особистості.

Велика увага самовдосконаленню приділяється у дослідженнях зарубіжних психологів й педагогів, зокрема, представників персоналістичних теорій розвитку особистості. У прихильників цього напрямку основним фактором розвитку особистості вважається саме активність особистості у формі самоактуалізації, саморозвитку. Таку позицію обстоюють прибічники гуманістичної психології (А. Комбе, А. Маслоу, К. Роджерс), що сформувалася в середині ХХ ст. як реакція проти зовнішнього детермінізму біхевіористів і внутрішнього детермінізму фрейдистів. Гуманістична психологія тісно пов'язана з філософією екзистенціалізму, у центрі уваги якої – прагнення людини знайти сенс свого особистого існування і жити вільно та відповідально згідно з етичними принципами. Психологи гуманістичного напрямку відкидають детермінізм потягів, інстинктів або середовища: вони вважають, що люди самі вибирають, як їм жити і якими бути.

«Не забудьте найбільш важливий факт: ні спадковість, ні оточення не є визначальними факторами, – стверджував австрійський психолог А. Адлер. Вони лише забезпечують вихідну основу для розвитку і той вплив, на який індивідуум відповідає, використовуючи свою творчу силу». Спадковість і оточення, на його думку, роблять свій внесок у формування особистості, але вплив творчого «Я» набагато перевершує їхню дію. Зрештою, основне значення має не те,

1.1. ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

чим людина наділена від народження (спадковість) або з чим вона стикається в житті (середовище), а те, як вона сприймає те й інше і розпоряджається ним.

На думку А. Маслоу, «джерела становлення гуманності знаходяться тільки в самій особистості, вони жодним чином не створені суспільством. Останнє може лише допомогти чи перешкодити становленню гуманності людини, так само як садівник може допомогти чи завадити росту куща троянд, проте він не може зробити, щоб замість куща троянд ріс дуб».

Таке розуміння розвитку особистості обумовлює специфічну роль виховання. «Виховання, – на думку К. Гоулда, – це різноманітні види становлення, формування вибору, боротьба людини за те, щоб кимсь стати ... Мета усього процесу виховання полягає в тому, щоб навчити людину творити себе як особистість».

Отже, прихильники гуманістичного напрямку вважають, що розвиток особистості визначається її внутрішнім прагненням до самоактуалізації, тобто реалізації всіх своїх потенційних можливостей. Виховання ж та інші зовнішні фактори лише не повинні цьому перешкоджати. Особлива цінність надається самовихованню, як складової самовдосконалення, завдяки якому особистість розвиває свої здібності, утверджує власну індивідуальність і неповторність. Виховання нерідко розглядається як маніпулювання особистістю або зовнішній тиск, що стримує розвиток індивідуальної своєрідності людини, уніфікує їх, нав'язує шаблонні норми й способи поведінки.

В Україні і за рубежом тривають активні пошуки механізмів самовдосконалення й самозміни особистості. Наприклад, англійський психолог П. Флетсер розглядає як засіб самовдосконалення особистості самонавіювання, яке неодмінно приведе до щасливішого й кращого життя.

Отже, хоча необхідність самовдосконалення завжди підкреслювалась у працях великих філософів, психологів й педагогів, проте вітчизняна педагогічна наука радянського періоду ігнорувала стародавні навчання, особливо якщо вони були пов'язані з релігією. Недооцінювались і праці «буржуазних» педагогів й психологів. Крім того, тоталітарний режим не сприяв належному розвитку самостійності в судженнях, мисленні та поведінці особистості. Самовдосконалення найчастіше зводилось до виховання дисциплінованості, характеру та волі, правил й способів поведінки.

1.2. Психолого-педагогічні основи самовдосконалення

Специфіку всіх соціально-біологічних процесів і станів індивіда визначає особистість. Автор теорії розвиваючого навчання, видатний психолог Л. Виготський розробив культурно-історичну концепцію розвитку особистості. Концепція була висунута на початку 30-х років ХХ століття. Згідно цієї теорії внутрішні психічні функції (увага, пам'ять, мислення, емоції і ін.) створюються прижиттєво внаслідок оволодіння зовнішніми засобами культурної поведінки і мислення в середовищі, де людина виступає як суб'єкт суспільно-практичної діяльності. За цією концепцією провідним у розвитку особистості є вивчення людиною в процесі спілкування досягнень культури, що історично склалися, тобто відбувається наслідування соціального досвіду від покоління до покоління. Важливим є оптимальне використання вікових та індивідуальних особливостей, суттєве їх коригування в процесі навчання, що випереджає розвиток, забезпечує ефективний розвиток особистості.

Для процесу самовдосконалення визначальним стає ключове значення особистості, яке визначено Л.С. Виготським. «Особистість... – є поняття соціальне, вона охоплює надприродне, історичне в людині. Вона не вроджена, а виникає внаслідок культурного розвитку, тому «особистість» є поняття історичне».

Становлення культурно-історичної теорії розвитку сприяло еволюції поглядів на особистість, що виникає у філогенезі й онтогенезі під впливом соціального, з розвитком вищих психічних функцій. Ці ідеї заклали фундаментальні засади для продуктивних досліджень природи людини й соціально-історичної сутності особистості в працях О. Леонтьєва. Особистість він визначає як особливу якість, психологічне новоутворення, що формується в природного індивіда в системі суспільних відносин, внаслідок перетворення його діяльності.

Науковець О. Леонтьєв здійснював вивчення будови особистості на міжрівневих взаємопереходах, що виникають під час розвитку (біологічний, психологічний, соціальний рівні). Біологічні, психологічні особливості індивіда, конкретно-історичні умови, соціально-культурне середовище в якому відбувається його розвиток робить формування особистості глибоко-індивідуальним, неповторним, водночас здійснюючись по-різному.

Розвиток особистості Л. Божович визначає залежною від процесу засвоєння соціального досвіду. У людини формуються системні новоутворення у вигляді властивих їй особливостей, що, на думку Л. Божович, складає зміст і сутність особистісного розвитку. Після виникнення ці особистісні новоутворення починають визначати діяльність і поведінку людини, а тим самим і хід її подальшого розвитку. Це означає активне самовдосконалення особистості.

Становлення людського індивіду як особистості видатний український психолог Г. Костюк визначає мірою сформованості свідомості, системи психічних властивостей, що обумовлює здатність участі людини в суспільній діяльності.

Головним у самовдосконаленні особистості є засвоєння індивідом створених суспільством матеріальних й духовних цінностей, а також його діяльність зі створення нових цінностей, що обумовлює формування властивостей особистості. Структуру особистості в «горизонтальному плані» Г. Костюк визначає через формування якостей особистості у відповідності з будовою діяльності, в якій вони набувають діяльнісної характеристики у вигляді їх змістової, мотиваційної та операційної сторін.

Серед складових «вертикальної» ієрархічної структури особистості Г. Костюк виділяє такі підструктури: спрямованість, характер, освіченість, свідомість, розумові якості, динамічні особливості поведінки (темперамент).

Особистість визначається як конкретна людина, акумулюючи весь досвід людства як носій свідомості та самосвідомості, як суб'єкт перетворення світу на основі його пізнання, переживання та ставлення до нього.

Упровадження культурно-історичної теорії цілеспрямованого формування особистості майбутнього фахівця соціальної сфери спирається на модель прояву особистісних якостей у педагогічній діяльності, яка визначає однозначно-відповідні методи впливу на особистість. У державних освітніх стандартах така модель обумовлює

зміст кваліфікаційної характеристики фахівця певної освітньої галузі і відповідну до неї освітньо-професійну програму його підготовки.

Становлення особистісних якостей у виші співпадає з періодом ранньої зрілості. Майбутні фахівці, як практично-орієнтованої спеціальності, найчастіше звертаються до абстрактно-предметного оперування освітніми цінностями.

Важливою проблемою дослідження якостей особистості студента є проблема мотивації й врахування потреб. Розуміння і пояснення якостей особистості визначається потребами, для задоволення яких виникають ці якості. Спрямованість особистості обумовлюють стійко домінуючі мотиви, які утворюють складне психологічне явище – мотиваційно-потребнісну сферу. Свідоме виконання студентом системи послідовно взаємопов'язаних навчально-професійних завдань, у розв'язанні яких він бере безпосередню участь і функціонує як один із головних компонентів, виступає суттєвим показником навчально-професійної спрямованості майбутнього фахівця соціальної сфери.

Кожна людина від народження має такі види потреб: пізнання світу, встановлення контактів з близькими людьми, розуміння самого себе, прагнення посісти достойне місце в суспільстві. Задоволення цих потреб сприяє виникненню позитивних емоцій і почуттів, розвитку здібностей, прагнень і в подальшому займатися цим видом діяльності, впевненості у власних силах, їхньої мобілізації. Важливо не тільки викликати в людини бажання займатися певною діяльністю шляхом розкриття її цікавості, привабливості, значущості, а й створити ситуації заслуженого, зрозумілого для всіх успіху. Незадоволення цих потреб викликає депривації, які обумовлюють невпевненість, обмеженість інтересів, нездійсненність сподівань, гальмує і спотворює становлення індивідуальності.

Педагогічна психологія визначає три основні види спрямованості особистості: особиста (ставлення до себе, феномен «Я»), колективістична і ділова. Основою особистості молоді людини стає структура мотивів студента, яка формується протягом навчання. Найважливішими складовими навчальної діяльності виступають мотиви й цілі, які визначаються мотиваційно-особистісним аспектом з формування позитивних навчальних мотивів і особистісних якостей.

Ж. Піаже розробив концепцію психологічного конструктивізму, яка визначає метою освіти розвиток особистості з опорою на інтереси й потреби людини, що обумовлює необхідність їх вивчення. Ф.А. Дістервег писав: «Розвиток і освіта жодній людині не можуть бути

дані або повідомлені. Той, хто бажає до них прилучитися, повинен досягти цього власною діяльністю, власними силами, власним напруженням. Зовні можна дістати лише збудження... Усе мистецтво виховання і освіти не більше і не менше як мистецтво збудження..., те, що людина не набула своїми силами, їй не належить». Залежність ефективності діяльності від сили мотивації визначається законом Йеркса-Додсона: чим сильніше збудження до дії, тим вищою є результативність діяльності. Тому мотиви можуть характеризуватися кількісно (сильні-слабі). Усвідомлення вирішального значення мотивації для успішності діяльності дозволило сформулювати принцип мотиваційного забезпечення діяльничого процесу, який обумовлює необхідність цілеспрямованого формування в особистості мотивації трудової діяльності.

Науковець А. Реан визначає, що сучасні можливості психодіагностики професійної мотивації обмежені при незацікавленості людини у широкому саморозкритті. Відсутність загально визнаних професіограм також ускладнює діагностування особистісних якостей. Найдоступнішою сьогодні є методика вивчення особистості у професійній діяльності за критерієм професійної компетентності, яка оцінюється безпосередньо (традиційна діагностика знань, умінь і навичок) або опосередковано (з допомогою метода експертних оцінок).

Використання системи психологічних й педагогічних стимуляторів активної діяльності З. Слєпкань відносить до однієї з психолого-педагогічних умов активізації пізнавальної діяльності. Стимул визначається як своєрідний поштовх, який спонукає людей до підсилення діяльності, інтелектуальних, творчих сил й можливостей. Розрізняються зовнішні й внутрішні стимули. До зовнішніх належать адміністративні заходи, заохочення, покарання. Зовнішні мотиви можуть бути позитивними (мотиви успіху, досягнення) й негативними (мотиви уникнення, захисту). Розрізнення мотивів за ознакою знаку їх впливу на діяльність, на думку А. Реана, є більш важливим й плідним, ніж за критерієм «зовнішнє-внутрішнє». Внутрішня мотивація обумовлена значущістю самої по собі діяльності для особистості. До внутрішніх належать ті стимули, що мобілізують вольові, розумові процеси особистості. Останні створюються значно важче, ніж зовнішні.

Діяльничий підхід до розвитку особистості полягає у виявленні людиною властивостей й зв'язків навколишнього світу лише у процесі різних видів діяльності, компонентами якої є мотиви і навчальні

задачі, навчальні дії, дії контролю та оцінювання знань і умінь. Особистістю добре засвоюється лише те, що виступає як мета й предмет її діяльності, коли виконуються свідомі дії з навчальним матеріалом в діяльності з розв'язування задач з видобування інформації про істотні властивості реальності.

Основа синергетичного підходу поєднання раціонального в особливих та індивідуальних ознаках особистості в професійній підготовці з узагальненим соціальним замовленням суспільства. Раціональне поєднання цих двох протилежних принципів професійної підготовки майбутнього фахівця соціальної сфери обумовлює висновок про те, що їх не можна вважати однозначно правильними чи помилковими. Вони є двома протилежними атрибутивними тенденціями професійної підготовки майбутнього фахівця соціальної сфери. Ця парадигма спрямована на те, щоб допомогти кожній особистості краще знайти своє місце в професійній діяльності, починаючи від усвідомлення власних освітніх можливостей, бажань і завершуючи прийняттям соціального замовлення суспільства до професійної готовності фахівця. Такий підхід дозволяє краще поєднати прагнення до поєднання інтересів суспільства, зазначених в державних освітніх стандартах, з інтересами своїх індивідуальних можливостей.

Акмеологічний підхід до вивчення процесу професіоналізації фахівця визначає шляхи розвитку зрілої особистості до рівня професіоналізму, що забезпечує високу гуманістичну та продуктивну особистісно-професійну діяльність.

У плані дослідження самовдосконалення особистості важливими є результати роботи російських педагогів вищої школи під керівництвом Е. Зеєра, які, вивчаючи взаємозв'язок навчальної діяльності та професійного розвитку особистості, обґрунтовують доцільність поетапного використання перевірених практикою моделей освіти в напрямку поступового нарощування особистісно-професійної самостійності студентів:

- початковий етап (охоплює 1-й рік навчання) передбачає застосування когнітивно орієнтованої моделі освіти, яка спрямовується на адаптацію випускників школи до нових умов навчання, формування умінь самостійно організувати навчальну діяльність, умінь учитися, тобто має на меті оволодіння способами навчально-пізнавальної діяльності, коли навчальний матеріал авторитарно пристосовується викладачем до індивідуально-

психологічних особливостей студентів, які виступають об'єктами педагогічної дії;

- основний етап (2–4 роки навчання) характеризується застосуванням діяльнісно орієнтованої освітньої парадигми в навчанні студентів діям у типових професійно-педагогічних ситуаціях, формування узагальнених способів дій – ключових компетенцій, здійснюючи навчання в індивідуальному темпі і стилі, адаптуючи дидактичні засоби до пізнавальних можливостей різних груп студентів;

- заключний етап (5–6 роки навчання) реалізується особистісно орієнтованою парадигмою з домінуючою навчально-професійною діяльністю і формами підготовки, наближеними до виду майбутньої професійної діяльності, з урахуванням потенційних можливостей і суб'єктивного досвіду студентів при визначенні змісту і методики навчання.

Чинники процесу самовдосконалення

Мотиви самовдосконалення – програма процесу самовдосконалення. Американський психолог А. Маслоу змоделивав ієрархічну багатоступеневу піраміду потреб людини, усі компоненти якої перебувають у діалектичному взаємозв'язку.

В основі самовдосконалення особистості лежать певні мотиви. Мотиви самовдосконалення – це внутрішні спонукальні сили, які спрямовують, рухають діяльність особистості. Ці внутрішні спонукальні чинники певних дій й вчинків особистості зумовлюються передусім анатомо-фізіологічними й соціально-психологічними потребами.

Ці компоненти системи потреб ніби внутрішньо програмують процес самовдосконалення. Якщо якась ланка випадає, порушується цілісність структури, а отже, й програма процесу самовдосконалення. Потреби в самовдосконаленні (бажання стати кимось, знайти собі застосування, прагнення до успіху) за А. Маслоу знаходяться на четвертому рівні його піраміди.

Важливе місце в процесі самовдосконалення належить почуттям. Почуття – це стійке емоційне ставлення людини до явищ дійсності, що відображають значення цих явищ у зв'язку з потребами й можливостями особистості, вищий продукт розвитку емоційних процесів. «Почуття людини, – за висловом С.Л. Рубінштейна, – найбільш яскраве вираження «природи, яка стала людиною», і з цим

пов'язана та хвилююча чарівність, яка постає з будь-якого справжнього почуття».

Почуття сприяють трансформації певних дій особистості зі сфери розумового сприймання у сферу емоційних переживань, що робить їх стійкими, активізують психічні процеси особистості. Крім того, почуття виступають суттєвою передумовою переконань, що виражають інтелектуально-емоційне ставлення суб'єкта до будь-якого знання. Тому в процесі формування почуттів особистості щодо конкретних правил й норм поведінки, варто застосовувати різні форми організації діяльності, постійно заохочувати позитивні дії особистості й ні в якому разі не вдаватися до покарань, негативної оцінки їхньої діяльності, бо особистість ще не до кінця засвоїла необхідні норми й правила поведінки.

Переконання ґрунтуються на знаннях, виступають, з одного боку, своєрідним мотивом діяльності, а з іншого – основою поведінки особистості. Образно кажучи, питання самовдосконалення особистості є питанням формування в них психологічної основи. Немає її – й перед нами безвільна особистість, яка позбавлена свого «Я», легко піддається стороннім, нерідко шкідливим, впливам. Тому завжди треба переконливо пояснювати будь-якій особистості для чого потрібно виконувати правила. Наприклад, чому вулицю треба переходити лише на зелене світло світлофора й до чого може призвести порушення цього правила.

Вміння й звички в поведінці формуються на основі почуттів й переконань. Процес формування умінь і звичок у поведінці студентів є досить тривалим і відповідальним. Адаже вихованість людини пізнають за поведінкою в конкретній життєвій ситуації. Викладачі мають докладати багато зусиль, щоб сформувані в особистості конкретні уміння й навички. Але так чи інакше, успішність формування почуттів, переконань, умінь й навичок пов'язана з активною діяльністю особистості у сфері реальних життєвих ситуацій. Все це є основою для процесу самовдосконалення.

«Справді, спостерігаючи людські характери в їх різноманітності, ми бачимо, що гарна звичка – це моральний капітал, покладений людиною у свою нервову систему; капітал цей зростає безперервно, і процентами з нього користується людина протягом усього свого життя. Капітал звички від уживання зростає і дає людині можливість, як капітал матеріальний в економічному світі, дедалі плідніше використовувати свою найдорогоціннішу силу – силу свідомої волі – і зводити моральну будову свого життя дедалі вище, не починаючи

щоразу своєї будівлі з фундаменту і не витрачаючи своєї свідомості і своєї волі на боротьбу з труднощами, які були вже раз переможені. Візьмімо для прикладу одну з найпростіших звичок: звичку до порядку в розподілі своїх речей і свого часу. Така звичка, перетворившись у несвідомо виконувану потребу, збереже і сили і час людини, яка не буде змушена щохвилини закликати свою свідомість до необхідності порядку і свою волю для встановлення його і, лишаючись вільною, розпоряджатися цими двома силами душі, використати їх на щось нове і більш важливе?» – писав К.Д. Ушинський, обґрунтовуючи психологічні засади виховання і самовиховання (або самовдосконалення).

Створення для особистості легких умов життя є помилкою. Інакше молодь стане інфантильною, слабкою, кволою як у фізичному, так і соціально-психологічному плані, яка не буде спроможною забезпечити достатні соціально-економічні умови навіть для власної життєдіяльності.

Моральне становлення особистості важлива ланка самовдосконалення. Провідним чинником у структурі всебічного гармонійного розвитку особистості є моральне виховання. Морально-духовні якості формуються на засадах загальнолюдських й національних цінностей, становлять найбільше багатство особистості. У народній педагогіці різних етносів, у висловлюваннях філософів, учених, письменників стосовно окремих сфер життя найбільший пласт думок стосується морального виховання.

В основі змісту морального виховання лежать загальнолюдські й національні морально-духовні цінності. Загальнолюдські морально-духовні цінності – це набуті попередніми поколіннями незалежно від расової, національної чи релігійної належності морально-духовні надбання, які визначають основу поведінки й життєдіяльності окремої людини або певних спільнот. Національні моральні цінності – це історично зумовлені, створені конкретним народом погляди, переконання, ідеали, традиції, звичаї, обряди практичні дії, які ґрунтуються на загальнолюдських цінностях. Але вирізняють певні національні прояви, своєрідності в поведінці, які є основою соціальної діяльності людей конкретної етнічної групи.

Зміст морального виховання становлять якості особистості: гуманність, доброта, чесність, совісність, працелюбність, повага до батьків, до людей узагалі, чуйність, милосердя, дисциплінованість, доброзичливість, національна гідність, скромність, справедливість, інтелігентність, почуття материнства, екологічна й правова культура.

Моральності якості формуються на основі «соціального успадкування». Вирішальну роль у цьому процесі мають відігравати батьки, викладачі, інші люди, які оточують молоду людину. Поведінка старших відіграє велику роль. Конкретні дії батьків та викладачів мають стати ідеалом для молоді, закласти основи моральних чеснот особистості. Одночасно навіть незначні аморальні порухи вихователів залишають у тендітній, чутливій душі молодої людини гіркоту, негативно впливають на становлення її морального багатства. Отже, маємо зробити висновок, що для процесу виховання й самовдосконалення моральних якостей, велике значення має «соціальне успадкування» та моральна поведінка батьків, вихователів і викладачів.

Існує ще один важливий аспект морального виховання – включення молодої людини в конкретну діяльність, в якій є елементи моральності. Коли родина має присадибну ділянку, на якій вирощують сільськогосподарські культури, квіти, розводять свійських тварин, молода людина має, по-перше, щоденно бачити, як росте, розвивається все живе. По-друге, батьки мають включати її в конкретну діяльність: допомагати садити картоплю, поливати помідори, капусту, доглядати за квітами; зі своїх рук годувати кроликів, курчаток та ін. І це має бути не тимчасова забава, а постійний обов'язок. Коли молода людина бачить, як росте, розвивається та чи інша рослина, спілкується з тваринами, вона пізнає діалектику розвитку живих істот, у неї формується любов до всього живого, а одночасно й інші моральні якості: чуйність, працьовитість, гуманізм, готовність захистити істоту від небезпеки.

В.О. Сухомлинський надавав великого значення в системі морального виховання почуттям: «Учити дитину бачити, розуміти, відчувати серцем людей, – це, мабуть, квітка в саду, яка найтонше пахне, ім'я цій квітці – виховання почуттів... Я твердо переконаний, що виховання людського благородства в дитячому серці починається з олюднення його ставлення до людей, одухотворення цього ставлення чистими, піднесеними почуттями поваги до людей і передусім поваги до матері й батька». І в іншому місці: «Почуття – це плоть і кров моральної переконаності, принциповості, сили духу. Ось чому стежка від морального поняття до моральної переконаності, починається з вчинку, з дії, насиченої глибокими почуттями».

Отже, включення молодих людей в конкретні дії, які вимагають поруху душі, народжують почуття, – найголовніші кроки до формування моральних цінностей особистості також являються одним

з напрямків самовдосконалення. Проблеми морального виховання мають бути головною турботою кожної людини, насамперед батьків, і всієї спільноти. Для цього необхідно використовувати різноманітні шляхи й засоби які можуть впливати на процес морального становлення людини.

Основою морального виховання є формування моральної свідомості. Свідомість – це властивий людині спосіб осмисленого ставлення до об’єктивної дійсності. Адже людське буття – це спосіб діяльного, доцільного ставлення до навколишнього світу. Громадянська відповідальність людини, її переконання ґрунтуються на усвідомленні нею сутності своїх дій відповідно до моральних норм у суспільстві. В.О. Сухомлинський наголошував: «Моральне переконання – це ідеал, вершина морального розвитку, шлях до якої лежить через єдність моральної звички і моральної свідомості».

Усвідомлення національної гідності і менталітету – форма самосвідомості й самоконтролю. Гідність як моральне поняття виражає уявлення про цінності людини, особливе моральне ставлення особистості до самої себе й ставлення до неї спільноти, у середовищі якої визначається цінність особистості. Усвідомлення людиною власної гідності є формою самосвідомості й самоконтролю. Поняття «гідність» близьке до понять совісті й честі. Це своєрідне усвідомлення відповідальності перед собою як особистістю. Гідність особистості вимагає від інших людей поваги до неї.

На новому етапі історії – набуття країною незалежності, можливості демократичного розвитку – перед нашим народом постає завдання подолати в собі психологію меншої вартості через формування національної гідності особистості. Кожен громадянин має з гордістю говорити: «Я є Людина» і «Я – українець, громадянин своєї держави, ім’я якої – Україна».

Менталітет (ментальність) є характерною особливістю морального становлення особистості. Термін менталітет походить від лат. *mentalis* – розумовий; *mens, mentis* – розум, думка, інтелект. В українському мовному обігу слово «менталітет» визначається як світосприйняття, світогляд, бачення світу, національний характер, вдача. Отже, ментальність народу – це його світосприйняття, світовідчуття, бачення себе у світі, особливості прояву національного характеру, своєрідність вдачі. Для кожної етнічної спільноти характерні ознаки ментальності, на основі яких з урахуванням загальнолюдських морально-духовних цінностей відрізняють представників однієї нації від іншої. Вони є наслідком соціального

успадкування та процесу виховного впливу на людину в соціальному середовищі. Ментальність – особливий феномен духовності етносу, своєрідний духовний код. Потрібно з повагою ставитися до цих духовних багатств кожного народу й турбуватися, щоб у суспільстві створювалися умови для збереження духовного коду представників меншин, які живуть на теренах України.

Необхідно ще розглянути дисциплінованість особистості як чинник самовдосконалення. Дисциплінованість, організованість людини – це важлива ознака її моральної вихованості й загальної культури. Дисципліна – певний порядок, що забезпечує узгодженість дій у суспільних відносинах, обов’язкове засвоєння й виконання особистістю встановлених правил і є одним з чинників самовдосконалення.

Основи дисциплінованості людини формуються, як й більшість моральних якостей, з раннього дитинства. Дисципліна є результатом виховного впливу педагога на молоду людину. Одна з граней дисциплінованості окремої особистості, колективу, суспільства полягає у створенні морального клімату захищеності окремої людини, створення оптимальних умов для всебічного розвитку молоді і в подальшому чинником самовдосконалення.

Технологія виховання дисциплінованості ґрунтується на діалектичному поєднанні переконування особистості в необхідності свідомого виконання певних правил й норм поведінки в поєднанні із системою доцільних вимог. Технологія виховання дисциплінованості окремої молодшої людини, певної групи досить зрозуміла: батьки, вихователі, викладачі ознайомлюють вихованця з правилами й нормами, яких треба дотримуватися залежно від соціальних потреб, створюють оптимальні умови для свідомої діяльності особистості в рамках правил і норм, а головне – постійно контролюють поведінку молодшої людини, висуваючи при цьому чіткі вимоги, які мають бути зрозумілі для неї, спрямовані на захист її від негативних впливів, доступні, ґрунтуватися на гуманістичних засадах. Формування дисциплінованості особистості стає в подальшому основою для процесу самовдосконалення особистості.

Отже, можемо констатувати, що чинниками процесу самовдосконалення особистості є: мотиви самовдосконалення як програма процесу самовдосконалення; моральне становлення особистості; дисциплінованість; усвідомлення національної гідності і менталітету.

1.3. Основні напрями процесу самовдосконалення

Самовдосконалення особистості розглядаємо як свідому, самостійну, цілеспрямовану діяльність людини, спрямовану на вироблення чи вдосконалення власних рис, якостей відповідно до суспільно значущих і особистісно значущих цінностей, ідеалів, у ході чого індивід формується як особистість. Зміст, методи, прийоми самовдосконалення здебільшого зумовлюються віковими й індивідуальними особливостями. Найсприятливішим для самовиховання та самоосвіти, як складових самовдосконалення, є старший шкільний вік. Вважається, що в цей період найбільш ефективно проходить процес соціалізації особистості (І. Кон, Г. Костюк, С. Рубінштейн, Л. Рувинський).

Перш ніж управляти іншими, необхідно навчитися управляти собою: стримувати свої емоції, зосереджувати увагу на потрібному об'єкті, проявляти вольове зусилля при зустрічі з труднощами й перепонами, бути дисциплінованим й організованим, навчитися раціонально мислити, бачити проблеми й творчо їх вирішувати. Самоуправління здійснюється самосвідомістю особистості. Воно формується, починаючи з раннього дитинства, й продовжує удосконалюватися до глибокої старості. У самосвідомості зазвичай виділяють три сторони: знання себе, відношення до себе й саморегулювання.

Самовдосконалення успішно здійснюється за певних умов. Передусім воно потребує від людини знання самої себе, вміння оцінювати власні позитивні й негативні риси. Щоб збагатити молодь відповідними знаннями і вміннями, проводять цикл бесід про психічну діяльність людини, свідомість, волю, почуття, характер, мотиви поведінки, інтереси, здібності, потреби, темперамент, а також розкривають сутність самовдосконалення, методи і прийоми роботи над собою.

Наприклад, розумний визначає кращі шляхи життя, ніж обмежена людина. Той, що багато знає і уміє діє раціональніше того, хто мало знає в галузі вибраної ним трудової діяльності. Морально вихована людина краще адаптована до суспільних вимог, чим аморальна. В управлінні вирішальне значення має воля людини. Безвольний, або, як то кажуть, слабохарактерний, пливе по волі хвиль. Він піддається як хорошим, так і поганим впливам, оскільки не володіє самостійністю. Вольова людина, навпаки, рішуча, тверда, володіє мужністю, а тому навіть у важких обставинах не губиться й діє так, як треба. Вольова людина здатна відстоювати свої переконання і реалізувати власні плани, не дивлячись на труднощі й перепони, він добивається здійснення поставлених цілей.

Самоуправління включає відбір й аналіз інформації, що поступає, постановку цілей й ухвалення рішення, визначення планів й способів дії, виконання наміченого шляхом саморегуляції духовних й фізичних сил.

Саморегуляція здійснює: посилення або ослаблення діяльності; гальмування несприятливих імпульсів; перемикання або розподіл сил між різними об'єктами; контроль за виконуваними діями й кореляція поведінки, якщо в цьому виникає необхідність.

Можна виділити два види самоуправління – оперативне й перспективне. Оперативне управління – це повсякденна регуляція діяльності й поведінки відповідно до раніше поставлених цілей й прийнятих планів.

Перспективне самоуправління – це передбачення майбутнього, відповідно до якого визначаються плани і шляхи діяльності. Перспективне самоуправління зрештою стає оперативним, коли настає час діяти.

Самовиховання також відноситься до одного з видів самоуправління, направлено на вдосконалення себе. Воно включає як перспективне, так й оперативне самоуправління.

Для формування особистості й самовдосконалення велике значення має громадська робота. Ця робота розвиває товариськість, формує організаторські здібності, сприяє становленню політичної зрілості особистості. Практика показує, що люди, які пройшли школу громадської роботи, як правило, проявляють велику активність в рішенні суспільних питань, самостійність, товариськість й сміливість.

Всі чинники, що формують особистість, знаходяться в зв'язку й в сукупності визначають спосіб її життя, то, як практично, реально вона живе (що вона любить, до чого прагне, як виконує свою функцію

////////////////////1.3. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ПРОЦЕСУ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

громадянина, як поводить у середовищі людей, як працює, що читає й з ким зустрічається). Свідома, вольова людина може певною мірою впливати на свій спосіб життя, а тим самим свідомо зумовлювати шлях власного психічного розвитку.

Важливий аспект самовдосконалення – логічне мислення, вміння проаналізувати кожен свій вчинок, що сприяє виробленню вимогливості до себе як постійної риси характеру, без якої неможливо досягти успіху в цій справі. Тому педагоги в індивідуальних бесідах і на зборах детально аналізують порушення правил поведінки, їх причини, привчають молодь до самоаналізу.

Самовдосконалення потребує тривалих вольових зусиль, вміння керувати собою, досягати поставленої мети, не занепадати духом від невдач. Тому слід залучати особистість до видів діяльності, які передбачають зібраність, організованість, відповідальність. Долаючи труднощі, вони загартовують волю, доводять розпочату справу до кінця і таким чином переконуються, що навіть невеликі успіхи роблять їх сильнішими.

Підвищує ефективність процесу самовдосконалення ідеал, до якого прагне особистість. Спостереження переконують, що до самовдосконалення байдужі переважно ті, хто не має життєвої мети, ідеалу. Тому важливо знати ідеали особистості, допомогти сформувати ідеали тим, хто їх не має. Успішність процесу самовдосконалення значною мірою залежить від рівня розвитку колективу взагалі.

Самовиховання та самоосвіта в розгорнутому його вигляді є цілеспрямованою свідомою і систематичною роботою над собою, з тим щоб забезпечити такий рівень розвитку особистості, який би відповідав суспільним вимогам й особистому ідеалу.

Шляхом самовдосконалення особистість формує потрібні їй для життя і праці властивості й усуває ті, які заважають їй жити й діяти в потрібному напрямі. Це природний процес адаптації особистості до соціальних умов і суспільних вимог.

Елементи самовиховання й самоосвіти спостерігаються вже у дошкільника, коли він регулює свою поведінку відповідно до уявлення про те, що добре і що погано, розвиває свої сили, коли малює, ліпить фігурки з пластиліну або грає з однолітками. Проте це самовиховання стихійне, дитина не усвідомлює, що вона сама себе в якійсь мірі удосконалює. У шкільний період під впливом виховання і навчання формується у дитини, підлітка і хлопця ідеал справжньої людини.

Цілком природно, що молоді люди, прагнучи щонайшвидше стати дорослими, бути в їхньому середовищі і діяти, як вони, невідомо й свідомо наслідують поважним людям з оточення або літературним персонажам.

Самовиховання школярів не завжди носить систематичний характер, не завжди при цьому досягається успіх в роботі, і це пояснюється тим, що вони не орієнтовані на те, як потрібно працювати над собою. Самовиховання – складна діяльність, що вимагає і часу і витрат сил на оволодіння знаннями, на вправу в певних діях і вчинках. Зрілість свідомості – розвиненість самосвідомості дозволяють дорослій людині врахувати як об'єктивні або соціальні вимоги до себе, так і правильно оцінити суб'єктивні або власні якості і можливості саморозвитку. Звідси і розуміння необхідності роботи над собою, й велика ефективність самовиховання, якщо воно ведеться систематично.

Успіх в самовдосконаленні залежить від спеціальної підготовленості особистості до цієї діяльності, тобто від знань, умінь й навичок роботи над собою. Підготовленість включає також й психологічну готовність працювати над собою, тобто інтерес до цієї діяльності й твердий намір займатися самовдосконаленням.

Зрозуміло, що робота над собою повинна бути систематичною і послідовною. Той, хто відступає, пасує перед труднощами або відкладає вправи на «кращий час», той ніколи не доб'ється успіху. Слід також пам'ятати, що не благі наміри, а практика самовиховання та самоосвіти розвиває і удосконалює особистість.

Всякого роду швидкоплинні вправи нічого не дають, з огляду на те, що утворення тих або інших властивостей, а особливе викорінювання негативних звичок і схильностей вимагає тривалих, систематичних і наполегливих вправ. К. Ушинський писав, що негативні звички дуже стійкі і так тиранять людину, що вона готова відрізати собі руку або ногу, якби з тим відрізували й шкідливу звичку. Проте позбавлення настає лише тоді, коли особистість тривалий час утримується від якихось дій або вчинків, рішуче відмовляється від задоволення шкідливих потреб, наприклад паління, алкоголю, й разом з тим перемикає увагу, свою волю на дії, що сприяють формуванню й закріпленню нових корисних звичок.

Щоб жити, людина повинна трудитися, що б трудитися, вона зобов'язана вступати у відносини з природою й людьми. Цілком зрозуміло, що праця, як й всяка інша діяльність, пред'являє до людини певні вимоги, з якими він повинен не тільки вважатися, але й

////////////////////1.3. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ПРОЦЕСУ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

керуватися ними при регулюванні своєї активності. Суспільство в цілому, виробництво зокрема постійно розвиваються, а тому кожен зобов'язаний виховувати себе, з тим, щоб встигати за ходом життя.

Людина не тільки пристосовується до зовнішніх суспільних умов, але й активно впливає на них й тим самим виступає суб'єктом суспільного розвитку. Найбільш плідна самостійна активна діяльність можлива при певному рівні знань, навичок й зрілості особистості – морально-політичною, емоційно-вольовою й інтелектуальною. Спираючись на досвід попередників і сучасників, особистість прагне максимально розвинути в собі ці необхідні властивості. Виявляючи й пізнаючи свої здібності, людина починає сама формувати їх як у власних інтересах, так й на користь суспільства.

Маємо зазначити, що самовдосконалення виконує суспільну функцію з формування особистості. Самовдосконалення цілеспрямований, свідомий процес формування етично-психологічних властивостей особистості. Це вторинний процес, він виникає тоді, коли людина виявляється підготовленою до нього самим життям й вихованням, тобто коли вона починає усвідомлювати себе особистістю, починає замислюватися про свою суспільну роль в сьогоденні і майбутньому і проявляти відому самостійність в практичному житті, іншими словами, коли вона досягає певного рівня розвитку свідомості і самосвідомості, життєвого досвіду.

Отже, потреба в самовдосконаленні детермінована зовнішніми обставинами й вихованням. Вона виникає як природна необхідність особистості, що розвивається, й служить стимулом подальшого саморозвитку для того, щоб успішно займатися самовдосконаленням, необхідно уміти аналізувати власні якості й певним чином їх оцінювати з урахуванням вимог, що пред'являються до людини суспільством, і показників власної діяльності.

Самовдосконалення особистості дуже тісно пов'язане з розвитком колективу. От чому, як показують наші дослідження, потреба в ньому раніше дозріває там, де склався монолітний цілеспрямований колектив, що пред'являє всі зростаючі вимоги до кожного.

А. Макаренко на прикладі власного педагогічного досвіду показав процес розвитку колективу як процес розвитку й перетворення вимог всього колективу у вимогливість до себе кожній особистості. На високій стадії розвитку колективу його члени починають пред'являти вимоги перш за все до себе.

Потреба в самовихованні та самоосвіті виникає на певному рівні розвитку особистості за певних умов життя й праці. Самовдосконалення є процес, що розвивається. Впродовж життя особистості міняються як цілі, так і способи як самовиховання, так й самоосвіти. Цілі стають складнішими, пов'язаними з основною життєвою спрямованістю особистості.

Самовдосконалення може охоплювати різні сфери людського розвитку й діяльності. Воно може виступати у формі етичного або фізичного самовиховання, емоційно-вольового або інтелектуального й, на кінець, естетичного. Причому ті або інші аспекти всебічного розвитку займають різне місце в роботі над собою залежно від потреб сьогодення й майбутнього. Людина виховує в собі певні властивості залежно від своїх планів, основній життєвій спрямованості або поставлений на відомий період життя конкретної мети.

Спрямованість самовдосконалення визначається суспільною програмою всебічного розвитку особистості, здійснення якої відбувається в інтересах й суспільства й особистості. Проте залежно від індивідуальних особливостей й потреб напрям цього процесу може бути широким або вузьким.

Родинне виховання як один з чинників самовдосконалення особистості

Для кожної матері й батька діти – це продовження їх самих. Батьки хочуть, щоб дитина не лише повторила їх, а й стала кращою. Бажання матері і батька, щоб їхня дитина була здоровою, доброю, працьовитою, чуйною, люблячою, розумною, сміливою, самостійною, заповзятливою, щедрою, скромною, гуманною, відповідальною, розсудливою. Батьки зазвичай не називають негативних проявів у діяльності своїх дітей. Ця тенденція домінування позитивних думок батьків щодо вихованості власних дітей характерна для людей різних поколінь й соціальних систем.

Мета виховання – всебічний гармонійний розвиток особистості. Ідея всебічного гармонійного розвитку людини втілює уявлення про щастя, повноту життя. В.О. Сухомлинський, роздумуючи над ідеєю всебічного гармонійного розвитку особистості, писав: «Всебічний розвиток особистості – це створення індивідуального людського багатства, яке поєднує в собі високі ідейні переконання, моральні якості, естетичні цінності, культуру матеріальних і духовних потреб. Міркувати про всебічний розвиток не можна без винятково важливого

1.3. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ПРОЦЕСУ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

застереження: справжній всебічний розвиток – це гармонія того, що людина дає суспільству, і того, що вона одержує, споживає».

«Вся таємниця родинного життя в тому й полягає, щоб дати можливість дитині самій розвиватися, робити все самій».

Суспільство як соціальне об'єднання людей може існувати, діяти й розвиватися лише за умов цілеспрямованої та систематично організованої роботи з виховання кожної особистості. Якби цей процес зупинився, суспільство перестало б існувати, а людина не змогла б піднятися до рівня особистості. Ще давні філософи зауважували, що нехтування вихованням – це загибель людей, сімей, держав й цивілізації взагалі. Отже, виховання, з погляду суспільного розвитку, є провідною сферою діяльності як окремої людини, так і людської спільноти. Завдяки вихованню людство забезпечує свою безсмертність у соціальному розвитку.

Виховання – складний багаторівневий процес, у якому беруть участь різні суб'єкти (вихователі, вихованці). Одночасно на процес виховання впливає багато різноманітних чинників. Оскільки виховання є процесом, то в ньому діє рушійна сила. У найзагальнішому вимірі рушійною силою процесу виховання є результат суперечностей між потребами та наявним рівнем виховання особистості.

Щоб рушійна сила виступала дієвим чинником, вихователь має створювати специфічні виховні ситуації, включати вихованців у сферу їхнього впливу. Вихованцеві треба відводити дієву роль. Для формування в дитини певних якостей чи вмінь (сміливості, відповідальності, умінь прибирати постіль на своєму ліжку та ін.) вихователь цілеспрямовано створює специфічну ситуацію, залучає дитину до практичної діяльності. Під впливом конкретних потреб у вихованця з'являється мотивація, виникає рушійна сила, що активізує психологічну діяльність, сприяє оволодінню засобами розв'язання завдання, яке щойно виникло. У такий спосіб активно формуються соціально-психічні й фізичні якості, що забезпечують активну соціальну діяльність особистості й являються основою самовиховання.

Майстерність вихователів (батька, матері) полягає в тому, щоб систематично, поступово створювати дієві педагогічні ситуації, включати в них дитину, дбаючи в такий спосіб про її активність. При цьому до системи педагогічних ситуацій необхідно висувати такі завдання, які дитина може розв'язати при достатньому напруженні фізичних і психічних сил. Батько чи мати не повинні виконувати за

дитину тих завдань, які виникли в процесі реалізації педагогічної ситуації. Інакше створюватимуться тепличні умови, які не сприятимуть розвитку особистості, а породжуватимуть лише інфантильність (від лат. – дитячий; затримка в розвитку організму, яка виявляється через збереження в дорослої людини фізичних й психічних рис, властивих дитячому вікові).

У системі підготовки дитини до конструктивної діяльності батьки мають формувати в неї низку якостей: сміливість, відповідальність, самостійність, наполегливість та ін. Якщо тримати дитину в тепличних домашніх умовах, оберігати її від усіляких впливів і плекати надію, що з роками в неї з'являться ці властивості самі собою – марна справа. Тут потрібно поступово, дотримуючись певної системи, створювати специфічні ситуації, в яких дитина виступала б дієвою особою. Наприклад, треба формувати таку властивість, як сміливість. Спочатку варто привчати дитину до засинання в темній кімнаті. Адже малі діти бояться темряви. Коли починає темніти, батько чи мати можуть з чотирирічним дитям прогулятися біля житлового будинку, на вулиці. Уже в 7–8 років можна послати дитину ввечері до сусідів віднести (або позичити) якусь річ. І так поступово розширювати, ускладнювати певні життєво важливі завдання, розв'язання яких потребує від дитини відповідних зусиль, пов'язаних з подоланням страху, невпевненості. При цьому необхідно кожного разу заохочувати дитину, акцентувати увагу на вияві нею сміливості. Це посилює зв'язок виховання й навчання самовихованню дитини.

Формування у дитини відповідальності, як моральної якості, треба починати з організації найлегших, з погляду дорослих, завдань побутового характеру. «Петрику, ти несеш повну відповідальність за порядок зі своїми іграшками. Після завершення гри ти маєш їх ретельно скласти у визначеному місці. Якщо забудеш це зробити, іграшки від тебе повтікають». Більше нічого не треба говорити. Лише простежити за подальшими діями дитини. Якщо вона акуратно впорядкувала свої іграшки в спеціально відведеному місці, варто похвалити її в присутності інших членів родини. Коли ж іграшки залишилися невпорядкованими, розкиданими по кімнаті, батькові чи матері без будь-яких повчальних розмов, навіть без присутності дитини, слід зібрати всі іграшки, що лежали не на своєму місці, і закрити їх у шафу. А Петрикові на запитання «Де мої іграшки?» грайливо відповісти: «Утекли від тебе, бо ти їх не шануєш, розкидаєш будь-де». І лише з часом, коли хлопчик сам пообіцяє надалі

турбуватися про своїх друзів-іграшок, повернути їх на місце. Коли дитина підрастає, зміст відповідальності має розширюватися й зачіпати не лише її саму, а й інших членів родини. Ось Петрикові вже 10 років. Він учиться в третьому класі. Тато й мама працюють. Син має конкретні доручення: забрати сестричку з дитячого садочка й купити для всієї родини хліб у магазині. Сьогодні Петрик забрав з дитячого садка Оксанку, але загрався з товаришами й забув купити хліб.

Коли батьки повернулися з роботи і мама приготувала вечерю, усі сіли за стіл вечеряти. Та раптом виявилось, що зовсім немає хліба. Залишалася булочка, але Петрик з Оксанкою з'їли її раніше. Що робити? Син відчуває свою провину. Його обличчя загорілося. Тато й мама дивляться на Петрика. «Гаразд, – заспокоює тато Петрика. – Ми сподівалися на твою відповідальність. Шкода. Що ж, будемо їсти суп та пити чай без хліба й булочки. Та й тобі, сину, не буде чого взяти із собою в школу». Ось так й вечеряли. Петрик ськ-так посьорбав суп й пішов готувати домашні завдання. У наступні дні ніхто з членів родини не повертався до цього випадку. Але Петрик щоранку запитував у мами: «Що купити в магазині сьогодні?» А ввечері, смакуючи стравами, всі члени родини час від часу хвалили Петрика, що купив хліб й свіжі запашні булочки. Так поступово формується почуття відповідальності, розширюється її зміст.

Відтак, маємо зробити висновок, що на перших роках життя дитини батьки можуть й повинні спрямовувати виховання своїх дітей до самостійної діяльності. У системі української народної педагогіки батьки завжди турбувалися про підготовку своїх дітей до самостійної діяльності, звертаючи увагу на формування в них низки якостей: самостійності, сміливості, відповідальності, поваги до батьків, старших за віком.

Виховання відповідальності за себе як початок самовдосконалення

Діяльність людей повинна бути багатогранною й необмеженою, тоді люди будуть гармонічними й всебічно розвиненими. Людей створюють їхні справи, а не слова. Як говорив чеський мислитель-гуманіст й педагог Ян Амос Коменський, людина створюється за допомогою справ, а не за допомогою слів. Із цього випливає простий висновок: сказав – зроби, агітуєш – бери участь у практичній реалізації ідеї, що висуваєш. Одні слова нічого не значать ні для інших, ні для самого себе. Слово стає виховним засобом, коли

допомагає осмислити справу, краще її організувати, оцінити, удосконалити, обмінятися досвідом, знайти краще рішення проблеми. Слова без справи – демагогія, політиканство, все що завгодно, але тільки не засіб самовиховання й виховання інших.

Закон взаємозв'язку загального й індивідуального розвитку дає поняття загального розвитку (пам'ять, увага, мислення, мовлення) визначає розвиток індивідуальності. Але з 12-13 років, у період статевого дозрівання, темпи загального розвитку залежать від темпів розвитку індивідуальності (задатки, дарування, здатності). У цьому віці, щоб підвищити загальну культуру, потрібно використати самоосвіту й самовиховання, тому що в дітях з 12 років нічого не можна виховати, якщо вони самі цього не захочуть. Якщо погано дається російська мова, а добре – математика, додатково треба займатися саме математикою. Як сказав видний радянський психолог В.О. Крутецький, атака на слабкість повинна вестися з позиції сили. Виходить, у кожної людини в будь-якому віці головний її обов'язок – розвивати свою індивідуальність, свій талант.

Особистість – об'єкт й суб'єкт виховання створюється не тільки виховним впливом батьків, учителів, преси, телебачення й ін., але й виховує себе сама. Як говорив польський педагог Януш Корчак, виховання без участі в ньому самої дитини не можливе. Отже, оптимальне формування особистості, розвиток сил і здатностей припускає взаємозв'язок виховання й самовиховання, використання школи, ЗВО, суспільної роботи в інтересах свого розвитку, духовного збагачення, а не заради примітивного завдання зробити кар'єру, полегшити життя й ін. Для розвитку здатностей людині необхідні труднощі. Тільки при інтенсивних навантаженнях на межі можливостей виникає осяяння, натхнення. Зоряна година є в кожного з людей, але до цього треба готуватися щодня, безупинно, з повною напругою сил. Основні думки про необхідність самовиховання:

- поряд з вихованням самовиховання – найважливіший шлях підготовки людини до життя в суспільстві; робота над собою прискорює процес формування особистісних якостей, сил і здатностей, збагачує життя молодих людей ні з чим не зрівняним щастям само творення;

- самовиховання не можна зводити до самотренувань, спеціальним вправам. Робота над собою – це внутрішня організація всього життя людини, оптимальна самореалізація всіх його сил і здатностей, це стиль і зміст життя, які вибирає юність;

1.3. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ПРОЦЕСУ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

▪ самовиховання – результат усього попереднього розвитку особистості, показник її високої вихованості, її соціальної зрілості. Тому воно виступає і як суспільно необхідний соціальний процес, і як особиста, здійснювана за власною ініціативою діяльність з розвитку своїх сил і здатностей. Виховуючи себе, людина готується для життя в суспільстві, а беручи участь у житті суспільства, множить своє духовне багатство, моральну чистоту й фізичну досконалість. Тому самовиховання не просто особиста справа кожного – це його цивільний обов'язок;

▪ кожна людина може плідно працювати над собою. У самовихованні немає нічого неможливого. Тільки не треба поспішати, чекати відразу відчутних результатів. Пам'ятайте: дорогу здолає той хто йде! Але щоб знати, куди йти, варто визначити свою мету життя.

Ціль життя – визнати спрямованість свого розвитку. Насправді: рослина тягнеться до світла, корінь пронизують землю, бджола несе мед у стільники, тварина тікає від ворогів або шукає їжу. Усякий рух, дія, усякий розвиток має мету. Людина як, розвинена істота, за суттю своєю – цілеспрямована система. Ціль обумовлена потребами існування: у їжі, відпочинку, самозбереженні, продовженні роду й ін. Для людини важливі духовні потреби: у враженнях, у спілкуванні, самовираженні, праці й т.п. Потреби викликають бажання, наміри, інтереси, тобто визначають спрямованість діяльності, установки, ціннісні орієнтації, які разом і становлять мету. І.П. Павлов не випадково вказував, що в людей, які не мають мети, знижується активність, слабшає життєздатність, вони піддані більшій небезпеки занедужати й загинути. У народі говорять, що людина жива, поки в неї є мета, мрія, а останнє, що в людях умирає, – це надія на краще майбутнє. Людина, що має надію, що знає, чого вона хоче, буде боротися до кінця, напружувати свої сили й перемагати. Правильно поставлена життєва мета допомагає людині в боротьбі, у самостверженні.

Скромність – чудова якість, що прикрашає сильну людину. Але часто цим словом маскується незначність, заздрість і лицемірство. Та й саме поняття «скромність» означає вміння не придушувати соратників, здатність розуміти інших людей, радитися з ними, ураховувати їхню думку, учитися в інших. Скромність – прояв безкорисливого служіння людям, великій справі вдосконалювання людства. Жити для інших – от що таке скромність, а зовсім не боязкість, непомітність, лицемірне зменшення своїх сил і своєї ролі в

суспільстві. Так що впевненість у собі й скромність припускають, а не виключають один одного.

Досягнення цілей життя залежить від сформованості волі й характеру. Головна вольова якість – стійкість у боротьбі за свої ідеали. Вона проявляється в завзятості в досягненні мети, у здатності переборювати труднощі, не падати духом при невдачах, в умінні йти вперед, не відволікаючись на життєві дрібниці. Аристотель помітив, що для досягнення мети спочатку треба просто визначити для себе, до чого прагнути й чого уникати, треба знати свої достоїнства й недоліки. Спіноза теж уважав, що надзвичайно важливо правильно оцінити свої можливості, направити їх на здійснення своєї мрії й не робити нічого, у чому б проявлялися наші слабкості й негативні якості.

Для теперішньої людини життєствердження – це боротьба в ім'я досягнення шляхетної мети. У житті неминучі перешкоди, труднощі, невдачі й навіть поразки. Винести все це може лише наполеглива, вольова людина, загартована у боротьбі. Подолання труднощів загартовує характер, легке ж життя його розслаблює. Історія людства повна прикладами, які це підтверджують. Для досягнення мети необхідно володіти працьовитістю й захопленістю, одержимістю у своїй діяльності, оптимізмом. Щастя досягається працею й самозреченням, творчістю й подоланням труднощів, прикростей, невдач, яких доля кожному доставляє чимало. Його досягає тільки той, хто, не гублячи силу духу, бореться, сильнішає, розумнішає.

Людину називають Людиною, коли вона здатна відповідати за свою поведінку, за результати своєї діяльності перед суспільством, перед колективом, тримає у своїх руках власну долю, готова винести всі випробування й перемогти. Поки немає відповідальності за себе, ви ще не є зрілою людиною. Відповідальність є завжди обов'язок перед кимось і за щось. Наш громадянський обов'язок, честь і совість, наша активна соціально зріла життєва позиція – це міра відповідальності людини перед суспільством. Самовиховання – теж прояв такої міри відповідальності, що свідчить про зрілість і духовну стійкість людини.

Жодна видатна людина не обійшлася без самовдосконалення. Можна сформулювати основні заповіді людини, що займається самовдосконаленням:

- людина має право на зважену, осмислену діяльність, виправдану інтересами справи;
- головний критерій учинку людини – його доцільність. Зробити гідний учинок треба вміти;

1.3. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ПРОЦЕСУ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

- метою людини, що займається самовдосконаленням зробити все можливе й неможливе для виховання в собі необхідних якостей;
 - не можна починати яку-небудь справу не зваживши всі складності й ситуації;
 - ставитися до будь-якої справи як до важливої й невідкладної.
- Найбільш складні ситуації виникають при виконанні здавалося б найпростішої справи;
- людина зобов'язана зробити все від неї залежне, щоб полегшити працю своїх колег;
 - красиво не те, що ефектно, а що ефективно. Робота напоказ – неетична за самою природою будь-якої справи.

Самовдосконалення тільки тоді й можливе, коли воно пов'язане з головною метою життя, з обраною справою, відповідальністю за його результати. Успіх у ньому забезпечується завзятістю в досягненні мети при постійному подоланні труднощів. Нікому з видатних людей не була дана легка дорога в житті. Їхній шлях до перемоги й щастя лежав через подолання труднощів й перешкод.

Відповідальність за себе невід'ємна від упевненості в собі. Все життя прагнучи до однієї мети – розгадати таємниці атомного ядра, працюючи з величезною напругою, Резерфорд завжди вірив, що буде першим у наукових пошуках. І був першим майже сорок років. Його впевненість у собі робила людей, що перебувають поруч із ним, більше здібними, обдарованими.

Упевненість – це не самовпевненість, це об'єктивне усвідомлення своїх сил і здібностей. Не можна обвинуватити в нескромності Евариста Галуа, що в 18 років уважав себе великим математиком. Світ визнав геній Галуа лише через 80 років після його смерті. Лише впевненість Галуа в собі уможливила його безсмертя.

Відповідальність за себе – це відповідальність перед людьми й історією за те, що ми здійснили при житті, це наш внесок у духовну культуру людства, шлях в майбутнє. Ми відповідаємо за все в собі й перед усіма. Відповідальність в остаточному підсумку зобов'язує кожного працювати над собою, удосконалюватися духовно, ставати розумніше, краще, і обов'язково, вірити в себе. Відповідальність за себе, упевненість у собі, вимогливість до себе, працьовитість, воля до перемоги – це і є ті внутрішні сили, за допомогою яких ми можемо одночасно змінювати світ і себе.

Кожний з нас повинен нести відповідальність за долі цивілізації, прогрес, за майбутнє Батьківщини, долю свого народу, ми зобов'язані бути сильними духом, міцними волею, мудрими в рішеннях, творчо

ставитися до своєї роботи, удосконалювати свою професійну майстерність. Сьогодні поважати себе – це безупинно працювати над собою.

Самопізнання й самовиховання збігаються, якщо аналізувати свою діяльність і поведінку як процес прояву й розвитку якостей особистості, знань, умінь й навичок. Для цього треба точно визначити, що та або інша діяльність дає для фізичного й психічного розвитку, як її можна використати для застосування своїх можливостей й здатностей. Тому самоаналіз свого характеру й діяльності виявляється двома сторонами єдиного процесу – самопізнання. Взагалі пізнання себе й обставин органічно включається в процес самовдосконалення на всіх його стадіях. Дані про свої достоїнства й недоліки, подання про себе є вихідними як для визначення мети, так і для конкретної програми самовдосконалення.

Значимо, що виховання відповідальності за себе є початком самовдосконалення та важливим етапом формування особистості для становлення гуманістичних, загальнолюдських та національних цінностей людини за кращими українськими освітніми традиціями.

Самовдосконалення є свідомою й цілеспрямованою діяльністю людини, яка спрямована на вдосконалення своєї особистості та розглядається перш за все з точки зору, що необхідно вдосконалити. Особистість ставить перед собою ціль – якнайкраще підготуватись до майбутньої професійної діяльності. Відповідно, змістом, завданнями професійного самовдосконалення особистості є її особистісні якості, які професійно значимі. Це високий рівень методологічної професійної підготовки, підготовка його до постійного розвитку моральної культури, розвиток здатності до широкої й глибокої діяльності.

Рушійні сили самовдосконалення особистості визначаються як зовнішніми соціальними вимогами так й особистим ставленням до цих вимог. Переборення внутрішніх протиріч, що виникають між цими двома факторами, по суті є процесом саморуку й саморозвитку особистості. Як самовдосконалення є продовженням й умовою успішного суспільного виховання, так і професійне самовдосконалення є продовженням і умовою успішного професійного виховання особистості.

С.Л. Рубінштейн вважав, що однією із суттєвих умов досягнення високого результату самовдосконалення є не тільки вироблення у себе необхідних якостей, а діяльність, спрямована на вирішення життєво значущих завдань, що мають визначену соціальну цінність.



РОЗДІЛ

2 САМОВИХОВАННЯ ЯК СКЛАДОВА САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

- 2.1. Передумови процесу самовиховання особистості**
- 2.2. Психологічна проблема взаємозв'язку самовиховання і діяльності особистості**
- 2.3. Методи самовиховання особистості**
- 2.4. Проблеми самовиховання у формуванні особистості**

2.1. Передумови процесу самовиховання особистості

Передумовами процесу самовиховання особистості є зміст, методи, прийоми самовиховання, зумовлені віковими, індивідуальними особливостями та управління ними.

Роль самовиховання для формування особистості. Проблеми теорії самовиховання у формуванні особистості є актуальними на сучасному етапі. Зміст, методи, прийоми самовиховання здебільшого зумовлюються віковими й індивідуальними особливостями.

Перш ніж управляти іншими, необхідно навчитися управляти собою: стримувати свої емоції, зосереджувати увагу на потрібному об'єкті, проявляти волюве зусилля при зустрічі з труднощами й перепонами, бути дисциплінованим й організованим, навчитися раціонально мислити, бачити проблеми й творчо їх вирішувати. Самоуправління здійснюється самосвідомістю особистості. Воно формується, починаючи з раннього дитинства, і продовжує удосконалюватися до глибокої старості. У самосвідомості зазвичай виділяють три сторони: знання себе, відношення до себе й саморегулювання.

Самовиховання особистості успішно здійснюється за певних умов. Передусім воно потребує від людини знання самої себе, вміння оцінювати власні позитивні й негативні риси. Щоб збагатити студентів університету відповідними знаннями й вміннями, вивчають дисципліни про психічну діяльність людини, свідомість, волю, почуття, характер, мотиви поведінки, інтереси, здібності, потреби, темперамент, а також розкривають сутність самовиховання, методи і прийоми роботи над собою.

Самоуправління включає відбір й аналіз інформації, що поступає, постановку цілей і ухвалення рішення, визначення планів й способів дії, виконання наміченого шляхом саморегуляції духовних й фізичних сил.

Саморегуляція здійснює: посилення або ослаблення діяльності; гальмування несприятливих імпульсів; перемикання або розподіл сил між різними об'єктами; контроль за виконуваними діями й кореляцію поведінки, якщо в цьому виникає необхідність.

//////////////////// 2.1. ПЕРЕДУМОВИ ПРОЦЕСУ САМОВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

Самовиховання також відноситься до одного з видів самоуправління, направлено на вдосконалення себе. Воно включає як перспективне, так й оперативне самоуправління.

Для формування особистості й самовиховання величезне значення має громадська робота. Вона розвиває товариськість, формує організаторські здібності, сприяє становленню політичної зрілості майбутніх фахівців. Практика показує, що люди, які пройшли школу громадської роботи, як правило, проявляють велику активність в рішенні громадських питань, самостійність, товариськість і сміливість.

Люди, які уникали громадської роботи, проявляють такі риси, як замкнутість, індивідуалізм, деяку боязкість при обговоренні питань колективного життя. Вони не можуть виступати на зборах і активно брати участь в ухваленні рішень і виробленні їх, організувати колективну справу.

І, нарешті, особистість формується спеціально організованим самовихованням. Самовиховання складна діяльність. Вона вимагає постановки певної мети і конкретних завдань, розробки програми, планування роботи, обліку й контролю за ходом самовиховання. Самовиховання робить майбутніх фахівців соціальної сфери відповідальними за свою поведінку в сьогоденні і за своє майбутнє життя. Особистість може вибирати той або інший спосіб життя, вона може регулювати свою поведінку й удосконалювати себе.

Ось чому не можна все звалювати на обставини життя. Особистість відповідальна за свій характер, за свою діяльність, за свою поведінку, за те, якою вона стає й стане.

Чинники самовиховання. Всі чинники, що формують особистість, знаходяться в зв'язку і в сукупності визначають спосіб їх життя, те, як практично, реально вони живуть (що вони люблять, до чого прагнуть, як виконують свою функцію громадянина, як поведуться в середовищі людей, як працюють, що читають і з ким зустрічаються). Свідома, вольова людина може певною мірою впливати на свій спосіб життя, а тим самим свідомо зумовлювати шлях власного психічного розвитку.

Важливий аспект самовиховання особистості – логічне мислення, вміння проаналізувати кожен свій вчинок, що сприяє виробленню вимогливості до себе як постійної риси характеру, без якої неможливо досягти успіху в цій справі. Тому педагоги в індивідуальних бесідах і на зборах детально аналізують порушення правил поведінки, їх причини, привчають молодь до самоаналізу.

Підвищує ефективність процесу самовиховання особистості ідеал, до якого прагне молода людина. Спостереження переконують,

що до самовиховання байдужі переважно ті, хто не має життєвої мети, ідеалу. Тому важливо знати ідеали молоді, допомогти сформувати ідеали тим, хто їх не має.

Успішність процесу самовиховання особистості значною мірою залежить від рівня розвитку колективу взагалі. Самовиховання в розгорнутому його вигляді є цілеспрямованою свідомою і систематичною роботою над собою, з тим щоб забезпечити такий рівень розвитку особистості, який би відповідав суспільним вимогам і особистому ідеалу.

Шляхом самовиховання особистість формує потрібні їй для життя й праці властивості й усуває ті, які заважають йому жити і діяти в потрібному напрямі. Самовиховання – природний процес адаптації особистості до соціальних умов й суспільних вимог.

Зрілість свідомості й розвиненість самосвідомості дозволяють дорослій людині врахувати як об'єктивні або соціальні вимоги до себе, так і правильно оцінити суб'єктивні або власні якості й можливості саморозвитку. Звідси й розуміння необхідності роботи над собою, й велика ефективність самовиховання, якщо воно ведеться систематично.

Успіх в самовихованні особистості залежить від спеціальної підготовленості їх до цієї діяльності, тобто від знань, умінь й навичок роботи над собою. Підготовленість включає також й психологічну готовність працювати над собою, тобто інтерес до цієї діяльності й твердий намір займатися самовихованням.

Зрозуміло, що робота над собою повинна бути систематичною і послідовною. Той, хто відступає, пасує перед труднощами або відкладає вправи на «кращий час», той ніколи не доб'ється успіху. Слід також пам'ятати, що не благі наміри, а практика самовиховання розвиває і удосконалює особистість.

Щоб жити, людина повинна трудитися, щоб трудитися, вона зобов'язана вступати у відносини з природою й людьми. Цілком зрозуміло, що праця, як і всяка інша діяльність, пред'являє до людини певні вимоги, на які вона повинна не тільки зважати, але й керуватися ними при регулюванні своєї активності. Суспільство в цілому, виробництво зокрема постійно розвиваються, а тому кожен зобов'язаний виховувати себе, з тим, щоб встигати за ходом життя.

Маємо констатувати, самовиховання особистості, як й виховання взагалі, виконує суспільну функцію з формування особистості. Як і виховання, самовиховання цілеспрямований, свідомий процес формування етично-психологічних властивостей особистості. Самовиховання вторинне, воно виникає тоді, коли

//////////////////// 2.1. ПЕРЕДУМОВИ ПРОЦЕСУ САМОВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

людина виявляється підготовленою до нього самим життям й вихованням, тобто коли вона починає усвідомлювати себе особистістю, починає замислюватися про свою суспільну роль в сьогоденні й майбутньому й проявляти свідому самостійність в практичному житті, іншими словами, коли вона досягає певного рівня розвитку свідомості й самосвідомості, життєвого досвіду.

Отже, потреба в самовихованні особистості ініційована зовнішніми обставинами й вихованням. Вона виникає як природна необхідність особистості, що розвивається, й служить стимулом подальшого саморозвитку для того, щоб успішно займатися самовихованням, необхідно уміти аналізувати власні якості й певним чином їх оцінювати з урахуванням вимог, що пред'являються до людини суспільством, й показників власної діяльності.

Самовиховання особистості дуже тісно пов'язане з розвитком колективу. От чому, як показують наші дослідження, потреба в самовихованні раніше дозріває там, де склався монолітний цілеспрямований колектив, що пред'являє зростаючі вимоги до кожного.

А. Макаренко на прикладі власного педагогічного досвіду показав процес розвитку колективу як процес розвитку й перетворення вимог всього колективу у вимогливість до себе кожної особистості. На високій стадії розвитку колективу його члени починають пред'являти вимоги перш за все до себе.

Спрямованість самовиховання особистості визначається суспільною програмою всебічного розвитку особистості, здійснення якої відбувається в інтересах як суспільства, так й особистості. Серйозне значення самовихованню надавав А. Макаренко. Він розглядав його як природний результат розвитку особистості в колективі. Спочатку розвиток особистості йде під впливом зовнішніх вимог, а потім в результаті вимог до себе, тобто самовиховання. У розумінні А. Макаренко, самовиховання не відокремлений процес, а спільна діяльність всього колективу. Абсолютно непомітно процес виховання, що направляється А. Макаренко й підібраним ним складом педагогів, перетворювався на процес колективного самовиховання. У цьому полягає нове, що вніс А. Макаренко в теорію і практику самовиховання. «Самовиховання – писав В. Сухомлинський, це не щось допоміжне у вихованні, а міцний його фундамент. Ніхто не може виховати людину, якщо вона сама себе не виховає».

Головний напрям самовиховання особистості – це формування високих етичних якостей людини. Студенти несуть повну відповідальність за свою поведінку. Відчуття відповідальності –

додатковий стимул до етичного самовдосконалення. Людина продовжує працювати над собою все життя. Це здійснюється інтенсивніше і продуктивніше, бо доросла людина має більше знань і життєвого досвіду, вона відповідальніше відноситься до суспільних вимог і власних обов'язків. Крім всього цього вона володіє розвиненим розумом й волею – необхідними суб'єктивними передумовами успішної роботи над собою.

Отже, в процесі формування особистості роль самореалізації, самовдосконалення, а також чинники самовиховання є важливими передумовами процесу самовиховання.

2.2. Психологічна проблема взаємозв'язку самовиховання і діяльності особистості

Проблема самовиховання, самовдосконалення особистості, яка активно розробляється в сучасній науці (І. Бех, Т. Завгородня, С. Карпенчук, С. Кириленко, В. Оржеховська, В. Семиченко, Т. Хілько), ґрунтується на утвердженні пріоритету освітньої системи не лише як шляху оволодіння знаннями, вміннями й навичками, а і як процесу особистісного розвитку суб'єкта, а також вимагає пошуку нових засобів формування у сучасної молоді потреби самовиховання, самоутвердження і самореалізації своїх здібностей.

У контексті сучасних тенденцій гуманізації, демократизації освіти особливо актуальною стала теза про особистісно-зорієнтований підхід до виховання підростаючого покоління (І. Бех, М. Соловей та ін.), утвердження нових цінностей – самоосвіти, самовиховання, самореалізації.

Нерозривний зв'язок виховання із самовихованням розглядають О. Ковальов, О. Кочетов, В. Селіванов, М. Смірнов та ін. Дієвість самовиховання як фактора розвитку особистості значною мірою залежить від наявності ідеалу, який у системі мотивів самовиховання є одним із провідних (С. Єлканов, Ю. Орлов, М. Тайчинов).

Людина не тільки пристосовується до зовнішніх суспільних умов, але й активно впливає на них і тим самим виступає суб'єктом

суспільного розвитку. Найбільш плідна самостійна активна діяльність можлива при певному рівні знань, навичок і зрілості особистості – морально-політичної, емоційно-вольової й інтелектуальної. Спираючись на досвід попередників й сучасників, особистість прагне максимально розвинути в собі ці необхідні властивості. Виявляючи й пізнаючи свої здібності, людина починає сама формувати їх як у власних інтересах, так й в інтересах суспільства.

Таким чином, самовиховання, як й виховання взагалі, виконує суспільну функцію з формування особистості. Як й виховання, самовиховання – це цілеспрямований, свідомий процес формування морально-психологічних властивостей особистості.

Самовиховання виникає тоді, коли людина виявляється підготовленою до нього життям й вихованням. Тобто, коли вона починає усвідомлювати себе особистістю, починає замислюватися про свою суспільну роль у сьогоденні й майбутньому, і проявляти самостійність у практичному житті. Іншими словами, коли досягає певного рівня розвитку свідомості й самосвідомості, життєвої досвідченості.

Отже, потреба в самовихованні детермінована зовнішніми обставинами й вихованням. Вона виникає як природна необхідність особистості, що розвивається, і служить стимулом подальшого саморозвитку. Для того, щоб успішно займатися самовихованням, необхідно вміти аналізувати власні якості, й певним чином їх оцінювати з урахуванням вимог, пропонованих до людини суспільством, і показників власної діяльності.

Самовиховання спрямоване на формування позитивних і подолання негативних якостей й виявляється в ряді випадків процесом самоперевиховання. Велике значення самовиховання у формуванні власної особистості визнавали багато видатних людей. Велике значення самовихованню надавав А.С. Макаренко. Він розглядав його як природний результат розвитку особистості в колективі. Спочатку розвиток особистості йде під впливом зовнішніх вимог, а потім у результаті вимог до себе, тобто самовиховання. У розумінні А.С. Макаренка, самовиховання – не відокремлений процес, а спільна діяльність усього колективу. «Зовсім непомітно процес виховання, що направляється Антоном Семеновичем і підібраним їм складом педагогів, перетворювався в процес колективного самовиховання». У цьому складається нове, що вніс А.С. Макаренко в теорію й практику самовиховання. «Самовиховання, – писав В.О. Сухомлинський, це не

щось допоміжне у вихованні, а міцний його фундамент. Ніхто не може виховати людину, якщо вона сама себе не виховує».

Головний напрям самовиховання – це формування високих моральних якостей людини. Старші школярі несуть повну відповідальність за свою поведінку. Почуття відповідальності – додатковий стимул до морального самовдосконалення.

Людина продовжує працювати над собою й тоді, коли стає дорослою. Нерідко така робота здійснюється в цей період більш інтенсивно й продуктивно. І це зрозуміло, доросла людина має більше знань і життєвого досвіду, вона більш відповідально ставиться до суспільних вимог і власних обов'язків. Крім цього, вона має розвинений розум й волю як необхідні суб'єктивні передумови успішної роботи над собою.

Видатний радянський психолог й педагог П. Блонський вказував, що завдання педагога виховати таких людей, які були б здатні підвищувати рівень свого інтелекту, розвиватися все життя. І тому він не повинен боятися, що не встигне що-небудь вивчити з навчальної програми, його завдання не стільки виховання людини, скільки розвиток здібностей до самоосвіти й самовиховання.

Знання, особливо в наше століття науково-технічного прогресу, швидко застарівають й вимагають заміни новими. Той, хто вміє вчитися, пізнавати, легко справляється з цим і йде в ногу з наукою й передовою практикою.

Отже, можливості людини необмежені, її розвиток залежить не тільки від обставин життя, виховання, але й від її ставлення до справи, працьовитості, уміння, усього того, що формується самовихованням. Можна виділити основні напрями самовиховання:

- загартування тіла, бажання стати сильним і спритним;
- навчання розумінню і поваги до почуттів інших, любові до людей;
- виховання сили волі;
- вироблення стриманості, меншої запальності;
- боротьба із дратівливістю й різкістю, контроль за своїми вчинками.

До внутрішніх спонукань можна віднести матеріальні й духовні потреби, інтереси, різні соціальні установки, що виражають переконання людини.

Між зовнішніми й внутрішніми спонуканнями людини існує зв'язок, іноді суперечливий. Так, у соціалістичному суспільстві активність особистості в розвитку суспільного виробництва виражала як

суспільні, так й особисті матеріальні й моральні інтереси. У капіталістичному суспільстві особисті й суспільні інтереси не збігаються.

Самовиховання не тільки особистісно, але й суспільно значуща діяльність. Тому мотивами цієї діяльності можуть виступати як суспільні, так й особисті спонукання в їхній єдності. Основними мотивами самовиховання виступають: вимоги суспільної моралі, домагання на визнання колективу, змагання, усвідомлення невідповідності власних сил вимогам діяльності, ідеал.

Важливим мотивом самовиховання є глибока усвідомленість принципів моралі, які виражаються у вимогах до поведінки особистості з боку колективу. Індивід засвоює ці вимоги й починає пред'являти їх до себе. У житті суспільства, як і конкретного колективу, встановлюються певні моральні рамки поведінки, вихід особистості за які засуджується як аморальна поведінка. І, навпаки, поведінка в рамках моралі офіційно й неофіційно схвалюється.

Самостійне самовиховання, тобто, здійснюване без якого-небудь кваліфікованого керівництва, приносить відчутні результати. Самовиховання, засноване на знанні, як працювати над собою, може бути надзвичайно ефективним у будь-якому віці, за умови, якщо воно ведеться систематично, без яких-небудь відступів від наміченої програми й плану.

За допомогою самовиховання можна позбутися шкідливих звичок та сформувати відсутні, але важливі для життя й діяльності властивості характеру. Розглядаючи проблему самовиховання важливим є вивчення мотивів. Людина, як свідомо істота, завжди мотивує свою діяльність, тобто звітує собі й іншим у тому, що вона робить так, або інакше в силу певних спонукань.

Мотив – це усвідомлене спонукання. Спонукаючи людину до дії й вчинку можуть як зовнішні впливи, так і внутрішні сили. До зовнішніх спонукань ставляться вимоги суспільства, колективу й вимоги іншої особистості. Якщо зовнішні вимоги усвідомлюються особистістю як необхідні або навіть бажані, внаслідок їхнього збігу з особистими інтересами, то вони спонукають людину до активності.

У процесі морального виховання формується совість – моральний суддя власної особистості. Коли особистість робить високоморальні вчинки, вона переживає стан «чистої совісті», «спокійної совісті», або гордості; при здійсненні моральних провин – «каяття совісті», «муки совісті». Совість не тільки схвалює або засуджує, але й запобігає аморальній поведінці в майбутньому, а тому є одним із внутрішніх регуляторів моральності самовиховання особистості.

Морально-психологічні властивості людини формуються й удосконалюються поступово й залежно від виховання й самовиховання, а робота з морального самовдосконалення може тривати все життя, у міру все більше глибокого усвідомлення моральних вимог. Кожна людина, як соціальна істота, відчуває глибоке задоволення від життя й діяльності в колективі, особливо якщо її навчання, праця, поведінка одержують визнання, схвалення.

Тому прагнення до завоювання авторитету або положення шанованої людини в колективі може бути одним з істотних мотивів самовиховання. «Втратити повагу, писав Гете, – краще б й зовсім не народитися. Люди в більшості випадків бояться суспільного, колективного осуду й прагнуть його уникнути: одні – чесним шляхом самовиправлення, а інші – нечесним, усякого роду хитруваннями. І, навпаки, люди глибоко переживають, коли їхні успіхи в діяльності ніхто не бачить й ніяк не відзначає».

Життя складне й динамічне, воно пред'являє вимоги, які не можуть не враховуватися особистістю. Однак, успішна й систематична робота над собою можлива тільки тоді, коли людина ставить соціально й особистісно значущу ціль: сформувати себе всебічно розвиненим й корисним членом суспільства.

Негативні мотиви самовиховання: кар'єризм, заздрість, підлабузництво, корисливість, хабарництво тощо. Панування цих мотивів і відповідна робота над собою сприяють збільшенню негативних рис особистості, що зрештою можуть привести до самоформування асоціального типу, що зневажає суспільні моральність і право.

Колектив є необхідною умовою існування для кожної людини. У колективі й насамперед завдяки колективу формується нова людина. Колектив, як тип соціальної групи, представляє сприятливі умови для розвитку особистості. Колектив заснований на спільності його членів, спільності інтересів і цілей, на відносинах товариського співробітництва й взаємодопомоги. Йому властивий демократизм у керуванні й самоврядуванні, де кожна людина вільно може обговорювати справи колективу й брати участь у його рішеннях. У цих умовах розвивається ініціатива працівника, формується почуття відповідальності за власну працю й працю товаришів, за свою і їхню поведінку. Згідно з даними соціальної психології, сила впливу колективу на людину в багато разів більше впливу однієї, навіть дуже авторитетної особи.

Особистість не глядач, а учасник колективних справ. У навчанні, праці, у грі вона спілкується з іншими людьми, які роблять

на неї вплив і на яких вона, у свою чергу, впливає. Люди вільно або мимоволі оцінюють один одного. Оцінка інших сприймається особистістю й, нерідко, мимоволі приймається й стає оцінкою себе.

Люди, з якими спілкується особистість, виражають своє ставлення до умов життя, праці в колективі, до різних подій у її житті. Це також впливає на думку особистості, на її настрій. Спілкування в колективі має величезне значення у визначенні інтересів, у розумінні значимості тієї або іншої діяльності, авторитетності того або іншого способу життя й поведінки, у виборі напрямку самовиховання. Вплив колективу залежить від особливостей особистості. Є люди, які не сприймають нічийх думок. Інші особи відрізняються критичним ставленням до висловлень, і, якщо знайдуть їх правильними, то керуються ними, а ні, то відкидають. Зустрічаються й такі, які всім й всьому вірять, з усіма погоджуються.

Отже, можна стверджувати, що взаємозв'язок самовиховання і діяльності особистості на основі теоретичного розгляду їх основних напрямів трансформуються в нові утворення, забезпечуючи пошук нових педагогічних рішень і форм поведінки особистості.

2.3. Методи самовиховання особистості

Національною доктриною розвитку освіти України у XXI столітті, усією соціальною політикою нашої країни визначено ряд актуальних завдань педагогічної науки з метою забезпечення оптимального безконфліктного розвитку та адаптації особистості у сприятливих соціальних умовах, стимулювання її до самореалізації. Це обумовлює специфічність методів самовиховання особистості.

Методи дії на особистість. Особистість повинна бути завжди готовою до змін, завдяки постійному підвищенню кваліфікації, пілотним проектам, груповим консультаціям; розвивати й удосконалювати свої професійні компетенції та теоретичні знання; здобувати нові знання та навички і застосовувати їх на практиці; самостійно або разом з іншими критично аналізувати та оцінювати власну роботу та роботу інших.

Ядро людської душі – його суть, його «єго». Зовнішні оболонки – периферія особи, в якій від духовної суті залишається мало, а більше придбаного, наносного, скопійованого.

Кожна людина прагне надійно заховати від вторгнення сторонніх свою глибинну духовну суть й захистити своє Я численними зовнішніми оболонками, кількість яких у різних людей різні (можна так же умовно ці оболонки називати масками). Ці оболонки (маски) лише віддалено відображають суть людського ядра, в них більше придбаного в результаті спілкування з іншими людьми або тимчасового, «узятото напрокат» для виконання певних ролевих функцій. Деякі люди легко йдуть на деформацію зовнішніх оболонок, оскільки саме так легко пристосуватися до змінних алгоритмів поведінки в суспільстві. Легко ранимі люди особливо ретельно оберігають себе від спроб встановити з ними близькі духовні контакти і стикаються з суспільством лише на рівні зовнішніх оболонок, на певній дистанції. Ф.М. Достоевський в повісті «Двійник» одним з перших відзначив особливий тип людської психіки, коли практично нікому і ніколи не вдається пробитися через зовнішні оболонки до серцевини замкнутого егоцентричного Я – така особистість приречена на духовну самоту. Внутрішні діалоги («коли хочеться поговорити з розумною людиною»), а точніше, монологи не можуть, звичайно, повноцінно замінити нескінченну багатогранність безпосереднього людського спілкування.

Особистість має поводитись продумано відкрито, легко й невимушено вступати в контакти зі всіма членами суспільства, однаково привітно й ввічливо спілкуватись з прибиральницею й міністром, з селянином й ученим, але відгороджувати від світу ядро своєї душі особливо могутньою оболонкою. Ця манера спілкування характерна для вихованих людей й часто асоціюється з аристократичністю.

Частіше зустрічається тип людей, гранично відкритих для контактів («свій хлопець»), готових вислухати будь-кого й поділитися всім, навіть найпотаємнішим, складовим ядром своєї особистості. Коли спроби встановити подібні контакти починають граничити з хамською нав'язливістю й камуфлюватися нібито природною простодушністю, то зазвичай викликають відторгнення. Такі псевдо близькі контакти бувають найчастіше короточасними, але не із-за відгородженої зовнішніми оболонками, а із-за духовної мізерності самого ядра. Такі якості для особистості недопустимі.

Особливо цінними, але вельми рідкісними бувають особисті контакти, коли перетинаються не тільки оболонки, але зливаються і самі ядра людських душ. До такої духовної близькості прагнуть закохані, батьки і діти, справжні давні друзі, одностудці, люди, яких об'єднують духовні і інтелектуальні інтереси. Духовна близькість не може бути односторонньою, співбесідники здатні зрозуміти один одного з півслова, їм зрозумілі глибинні відчуття і думки, їх довірливість й взаєморозуміння приносять велике задоволення і велику радість. Зовсім не так часто, як прийнято думати, зустрічається справжня любов, готовність зробити для коханого більше добра, ніж самому собі. Саме про таку «дівчинку-подругу» мріяв Джек Лондон й вважав, що можна вистояти в життєвій боротьбі. Рідко витримує випробування на міцність і чоловіча дружба. Духовне єднання демонструють люди однієї раси, національності, релігійної конфесії, родичі, соціальні групи, об'єднані за самими різними, іноді і дивовижними ознаками (футбольні і хокейні уболівальники, колекціонери, панки, металісти, фанати естрадних зірок).

Важливість усвідомлення свого Я підкреслюється роботами багатьох учених. Корисно нагадати відоме в психології «вікно Джогаррі» (назва ця складена з абрєвіатури імен і прізвищ авторів). Складний внутрішній світ людини складається з декількох нерівних частин, з яких тільки деякі відкриті для самої людини і людей, що оточують її. Умовно особистість можна представити сукупністю чотирьох зон: відкритою, прихованою, «сліпою» і невідомою.

Особистість має уміти оцінити відкриту зону – ту частину внутрішнього світу людини, яку видно всім й добре відому самій людині. Це та відкрита світу частина інформації про особистість за якою можна судити про властивості, індивідуальні особливості людини. Саме ця зона складає «імідж», репутацію, за нею судять про людину, й завжди ця зона знаходиться під особливим контролем особистості. Друга, «сліпа» зона, закрита для людини, але відкрита оточуючим. Завжди ми дивуємося зі свого голосу, якщо чуємо його в записі, – хіба цей чужий голос мій? Саме тому з такою увагою ми розглядаємо свої фотографії і слухаємо відгуки про себе. Третя зона представляє ту частину внутрішнього світу людини, яка добре відома їй (з її слабкостями і навіть пороками), але закрита для інших людей. І, четверта зона невідома нікому, це фрейдистський світ підсвідомого, інстинктивного. Люди по-різному відносяться до спроб оточуючих «розкрити сейф» їх внутрішнього світу: хто прагне допомогти цьому, хто відкидає будь-яке втручання в своє Я.

Слід докладніше зупинитися на методах самовиховання й стимуляції власної діяльності, а методи самовдосконалення зазвичай цікавлять людину перш за все. «Обов'язки по відношенню до нас самих суть самі найважливіші і повинні зайняти необхідне перше місце, – пише широко відомий у минулому німецький письменник й педагог барон Адольф фон Кнігге (1752-1796) – тому не потрібно засмучувати й принижувати себе у власних очах своїх; не потрібно зневажати себе або зайвими лестощами ухилятися від свого удосконалення».

Очевидно, що розвиток будь-якої системи можливий лише в результаті глибокого аналізу її функціональних особливостей і визначення цілей, напрямів її вдосконалення. Для особистості – постійний, об'єктивний самоаналіз, цілеспрямоване порівняння своєї поведінки з критеріями совісті, честі, достоїнства, самооцінка адекватності вчинків своїм цілям і можливостям, створення власної системи цінностей, визначення понять добро – зло, добре – погано. Самовиховання – цілеспрямований процес з розвитку кращих, соціально цінних властивостей особистості і категорична заборона самому собі поганих вчинків й навіть помислів.

Метод позитивного підкріплення. Ефективним способом стимуляції діяльності особистості є метод позитивного підкріплення. Цей метод неусвідомлено застосовується в повсякденному житті постійно: мати, радіючи хорошому вчинку дитини, говорить їй «Ах ти мій легінь», начальник, бажаючи підкреслити досягнення співробітника, дякує йому, тому хто поступився місцем в автобусі говорять «спасибі» і так далі. І кожного разу слова подяки, потиск руки, усмішка, ласка, премія, орден є реакцією на хороший вчинок, особливо відзначають його, підкріплюють і цим стимулюють діяльність людини. Часто людина сама підбадьорює, хвалить себе в найнесподіваніших формах («Ах який же я легінь!»). Звичайне позитивне підкріплення хорошого і негативна, засуджуюча реакція на погане здійснюються не усвідомлено, майже рефлекторно про це завжди повинна пам'ятати особистість.

Позитивне підкріплення як метод, направлений на досягнення певної мети, застосовується глибоко продумано і стає тактикою поведінки людини. Наприклад, прикро, коли приємний (або потрібний) знайомий рідко вибирає час для телефонної розмови з дівчиною, але якщо при черговому дзвінку дівчина буде продумано зацікавленою, люб'язною, цікавою співбесідницею, то вірогідність нової бажаної розмови значно зростає – спрацює механізм позитивного

підкріплення. Якщо дочка без нагадування й прохань вимила посуд й матір за це приголубить й подякує їй, то можна з великою підставою сподіватися на черговий «подвиг» дочки.

Метод позитивного підкріплення особистість повинна уміти зводити в ранг життєвої стратегії своїх оточуючих. Завжди успіхи й невдачі змінюють один одного, й дуже багато хто вельми бурхливо реагує на зриви й помилки. Можна злитися, ляяти себе й інших, можна навіть поплакати або вилити свою гіркоту на оточуючих, але корисно зрозуміти, що «сльози горю не допоможуть», що усвідомлена помилка вже не страшна і розумно радіти успіху і поблажливіше відноситися до своїх і чужим промахів. Кращий спосіб позитивного підкріплення при успіху, вірному рішенні, творчій знахідці – зробити те, що сподобається самому собі й іншим, підкріпити радість звершення своїм схваленням. Тільки слід пам'ятати, що далеко не завжди підкріплення повинне бути регулярним, епізодичне (варіабельне) підкріплення ефективніше (до речі, саме на варіабельному підкріпленні засновані щасливі любовні відносини).

Метод розумного самовимушення. Дієвість методу розумного самовимушення значно спрощує ритм життя, робить його чіткішим й ємким. Наприклад, щоб бути на роботі вчасно, необхідно встати в 7 ранку й саме на цей час розумно поставити свій будильник. Проте багато хто ставить будильник на півгодини раніше, щоб декілька хвилин поніжитися в ліжку. Ці дивні півгодини життя важко назвати сном, швидше це неспання на тлі тривожних побоювань, що можна знов заснути й запізнитися на роботу. Чи не розумно ці півгодини віддати повноцінному сну й змусити себе встати відразу, о 7 годині? Солдатів в казармах будять огидним, ненависним криком «Підйом!», ця команда виконується негайно, й нікому в голову не прийде будити солдатів трохи раніше, щоб дати їм можливість подрімати в ліжку.

Дівчина хоче завтра одягнути на роботу свіжу кофтину, але їй потрібно випрасувати, а робити це увечері не хочеться. Вранці, вставши в звичайний час, доводиться в поспіху включати праску, жертвувати сніданком, стрімголов мчатися на роботу – чи не розумно змусити себе виконати неминучу роботу в розумний, логічно обґрунтований час?

Є багато неминучих, хоча й неприємних справ. Можна їх відкладати, переносити виконання на різні терміни, сподіваючись, що раптом ці справи якимось самі по собі будуть виконані. Напевно, кожен сміявся, помічаючи, як в недільний ранок, коли можна усмак поспати, ваш син лежить в ліжку й мучиться від неминучої необхідності

сходити в туалет! Або спостерігаючи, як топчеться на березі моря купальщик, боячись увійти до прохолодної води. Метод розумного самовимушення виробляє у людини звичку, а потім й потребу виконувати неминуче відразу, в розумні і продумані, оптимальні терміни.

Метод самоаналізу (самоспостереження). Складно без підготовки й глибокого, всебічного обдумування реалізувати метод самоаналізу (самоспостереження). Для особистості важливо вести постійний контроль за своєю поведінкою не тільки в суспільстві, але й наодинці з собою. Придивіться уважніше до поведінки більшості людей, що оточують вас, до їх міміки, виразу обличчя, жестів, манер, й вам стане ясною невідкладна актуальність самовиховання й самоконтролю. Цей слухає товариша, широко розкривши рота, інший самозабутньо чистить пальцем ніс – не хочеться перераховувати те, що роблять люди, втративши контроль за своєю поведінкою. Особливо, якщо вони вважають, що ніхто не дивиться на них, адже фактично людина завжди під безперестанним спостереженням.

Метод самоаналізу дозволяє особистості провести достовірну інвентаризацію своїх фізіологічних даних, облік суб'єктивних особливостей інтелектуального і морального потенціалу, уникнути ідеалізації, «ефекту ореолу». Те, що думає і аналізує особистість котра має чутливі внутрішні ваги, звані совістю й вимірюючи правомірність і етичність не тільки його вчинків, але й навіть таємних помислів. Зробивши поганий вчинок, не слід швидше виганяти його зі своєї пам'яті, хай розкаяння совісті будуть болісні, хай жаль і розкаяння будуть глибоко відчуті, тільки таким шляхом можна заборонити собі робити погане. Особистість, що володіє цим методом самовиховання ніколи не дозволить собі упиватися власним красномовством, грубіянити оточуючим, глумитися над підлеглим, зневажати слабких і залежних. З роками самоаналіз стає невід'ємною частиною особистості, його постійне застосування не створюватиме яких-небудь незручностей.

Методи захисних блокувань психіки людини від перевантажень. Світ постійно вторгається в життя людини, й вдень й вночі працюють всі п'ять його органів чуття: зір, слух, дотик, смак й нюх. Всю інформацію, що поступає, основний об'єм якої, близько 90%, поступає через зір, мозок повинен обробити і оцінити в найкоротші терміни, і все частіше люди не справляються з цією лавиною відчуттів, важливих і другорядних відомостей, з емоційною напругою. Природа мудро виробила складну систему обмежень,

захист від надмірної інформації, яка допомагає людині не тільки відокремити важливе від неістотного, але і врятувати психіку від перенапружень. Проте більшість людей не можуть швидко звільнитися від негативних вражень, гостро й довго переживають і вишукують причини життєвих невдач. Безсоння, неврози, стресові стани можуть привести до порушень психічного здоров'я й викликати функціональні зрушення в організмі.

Додатково до природної системи обмежень (сон, невелика ємкість пам'яті, короткочасне зберігання в ній інформації) розроблені різні методики, що дозволяють захистити психіку людини від негативних дій навколишнього середовища. Методи захисних блокувань психіки людини від перевантажень вибираються й освоюються людиною індивідуально.

Для особистості важливим є здатність перемикає свої думки на відверті теми, на радісні події минулого, знов переживати світлі, мажорні сюжети книг або розповідей друзів. Можна упевнено заявити, що алкоголь і навіть найлегші наркотичні засоби (паління, кава) створюють лише ілюзію зняття стресу й не сприяють виведенню з нього.

У періоди важких потрясінь й переживань багатьом людям помітне полегшення приносить молитва, звернення віруючого до божества за підтримкою й допомогою. Несправедливість, важке матеріальне і сімейне положення, відсутність духовної підтримки й взаєморозуміння, безвихідність, розчарування в оточуючих людях примушують звертатися до вищих сил й просити у них заступництва, підтримки, а іноді й дива. Поза сумнівом, що щирий, об'єктивний і чесний аналіз ситуації, обдумування і зіставлення фактів, поведінки оточуючих, молитва й віра в допомогу Творця приносять помітне полегшення, самоочищення й допомогу. Молитва дійсно полегшує душевні страждання, якщо вона має в своїй основі глибоку віру в Бога, але справляє відштовхуюче враження, якщо носить характер гендлярської операції: «Допоможи мені, Господи, а я тоді тобі поставлю в церкві найбільшу свічку». Про ці духовні складові життя людей завжди повинен пам'ятати майбутній соціальний педагог.

Отже, можемо констатувати, що методи самовиховання: дії на особистість; позитивного підкріплення; розумного самовимушення; самоаналізу (самопостереження); захисних блокувань психіки людини від перевантажень є необхідною складовою самовдосконалення особистості.

2.4. Проблеми самовиховання у формуванні особистості

Найбільш сприятливим для самовиховання особистості є старший шкільний вік, головна особливість якого пов'язана з переходом від позиції дитини до позиції дорослого, що зумовлює переосмислення себе як особистості, характеризується підвищенням самоконтролю й саморегуляції поведінки, вчинків.

У роботі О. Кочетова «Організація самовиховання школярів» самовиховання визначається появою нового виду діяльності – навчання. Воно спрямовано на розвиток вольових якостей, відповідальності, колективізму й пов'язане із навчанням дитини регулярного й сумлінного виконання навчальних завдань. О. Кочетов пропонує «правила самовиховання. «П'ять треба»: 1) завжди допомагати батькам, 2) виконувати вимоги вчителів учитися сумлінно, 3) бути чесним, 4) підкоряти особисті інтереси колективним, 5) завжди й усюди проявляти сумлінність. П'ять «можна»: 1) веселитися й грати, коли робота зроблена на «відмінно», 2) забувати образи, але пам'ятати, кого й за що ти скривдив сам, 3) не сумувати при невдачах; якщо завзято, однаково вийде, 4) учитися в інших, якщо вони краще тебе працюють, 5) запитувати, якщо не знаєш, просити допомоги, якщо не справляєшся сам. Це потрібно тобі самому: 1) бути чесним! Сила людини в правді, слабкість його – неправда, 2) бути працьовитим! Не боятися невдач у новій справі. Хто завзятий, той з невдач створить успіх, з поразок викує перемогу, 3) бути чуйним і турботливим! Пам'ятай, до тебе будуть добре ставитися, якщо ти до інших добре ставишся, 4) бути здоровим й охайним! Займайся ранковою гімнастикою, загартовуйся, мийся до пояса холодною водою щодня, стеж за чистотою рук, годину в день виділяй на прогулянки й ще годину віддай праці або спорту, 5) бути уважним, тренувати увагу! Гарна увага оберігає від помилок у навчанні й невдач у грі, праці, спорті». «Цього робити не можна: 1) учитися без старання, ліново й безвідповідально, 2) грубити й

битися з однолітками, кривдити молодших, 3) терпіти свої недоліки, інакше вони тебе самого знищать. Будь сильніше своїх слабкостей, 4) проходити мимо, коли поруч кривдять маля, знущаються з товариша, нагло брешуть в очі чесним людям, 5) критикувати інших, якщо сам страждаєш подібним же недоліком».

«П'ять добре», які можуть бути використані як до школярів, так й до студентської молоді: 1) вміти володіти собою (не губитися, не боятися, не виходити із себе по дрібницях), 2) планувати кожен свій день, 3) оцінювати свої вчинки, 4) спочатку думати, а потім робити, 5) братися спочатку за самі важкі справи. Правила вводяться поступово. Спочатку дитина привчається жити відповідно до п'яти «треба». Це означає, що до неї пред'являються підвищені вимоги при виконанні саме даних правил. Одночасно вказується, що не можна робити й чому. Через якийсь час можна підключати п'ять «добре», оскільки вони значно складніше для розуміння й привчання».

Можна виділити основні етапи виникнення й розвитку самовиховання. Усвідомлення молоддю свого способу життя, осмислення значимості тієї діяльності, що вимагає самовиховання. На цьому етапі вихователь допомагає молоді усвідомити свої позитивні й негативні якості, зрозуміти нетерпимість своїх недоліків. Оволодіння навичками самостійної роботи в тій області діяльності, у якій молода людина хоче домогтися успіху.

Складання програми самовиховання. Це важливий етап роботи над собою. Тут потрібна допомога, щоб визначити, наскільки об'єктивно оцінює себе молода людина, чи вірні цілі вона ставить, чи потрібні прийоми вибирає.

Організація самовиховання в обраній діяльності. Це відповідальний етап при переході від виховання до самовиховання. Без конкретної діяльності бажання стати краще залишаться тільки бажанням. Треба включити самовиховання в цілісний процес формування особистості. Вищий етап переходу виховання в самовиховання починається тоді, коли студент (молода людина) хоче й уміє працювати над собою, коли сформувалися мотиви, цілі й методи самовиховання. Тому, якщо переконати молодь у необхідності самовиховання й допомогти їй у його організації, то процес формування особистості буде ефективнішим.

Вивчення педагогічної літератури дозволило виділити етапи самовиховання: аналіз власної особи, виділення позитивних і негативних якостей, які слід подолати; прийняття рішення працювати над собою; постановка мети й вироблення програми самовиховання;

реалізація програми самовиховання, яка здійснюється шляхом саморегуляції діяльності, поведінки, включає самоконтроль і самовправління. Напрямок та інтенсивність самовиховання великою мірою залежать від природних здібностей особистості, від соціальних та індивідуально-особистісних характеристик суб'єкта, від впливу макро- і мікросередовища.

Незважаючи на те, що самовиховання притаманне особистості впродовж усього життя, воно не завжди з віком стає свідомим процесом. Тому актуальним є питання педагогічного керівництва цим складним процесом у вищій школі. Виокремлюють, наприклад, такі принципи керівництва самовихованням: забезпечення його суспільної спрямованості, урахування особистих потреб молоді людини, поєднання колективного впливу на молодь з індивідуальним підходом до них (О. Ковальов). «Самовиховання потребує, – писав В.О. Сухомлинський, – дуже важливого, могутнього стимулу – почуття власної гідності, поваги до самого себе, бажання стати сьогодні кращим, ніж був учора. Самовиховання можливе тільки за умови, коли душа людини дуже чутлива до найтонших, суто людських засобів впливу – доброго слова, поради, ласкавого чи докірливого погляду. Не може бути й мови про самовиховання, якщо людина звикла до грубості й реагує тільки на «сильне» слово, окрик, примус. За самою суттю своєю самовиховання передбачає віру людини в людину, звертання до честі й гідності людини. Педагогічне керівництво самовихованням – це насамперед відносини між педагогом і вихованцем, пройняті глибокою взаємною вірою в добрі наміри».

Самовиховання є однією з найважливіших проблем сьогодні й вимагає свого рішення. Серед значних робіт із самовиховання необхідно вказати праці О. Кочетова, що двадцять п'ять років свого життя присвятив роботі над цією проблемою. У його роботі «Як займатися самовихованням» розкривається вся теорія самовиховання, її цілі, завдання, прийоми й методи роботи над собою: даються рекомендації із саморозвитку розуму, пам'яті, мислення, здібностей, мовлення.

У книзі «Виховай себе» О. Кочетов вчить, як знайти свій ідеал, як оцінити свої сили й здібності, як скласти програму самовиховання, як викоринити свої недоліки й навчитися керувати собою. Книга О. Кочетова «Організація самовиховання школярів» адресована вчителям, керівникам шкіл як посібник, у якому загальнотеоретичні відомості виходять на практичний додаток ідей науки.

Проблемі самовиховання багато уваги приділяв професор О. Ковальов. Його книга «Особистість виховує себе» присвячена умовам і методам самовиховання особистості. Вона ілюстрована яскравими прикладами успішної роботи над собою як великих людей минулого, так і наших сучасників.

Дуже докладно, з конкретними прикладами з життєвих ситуацій викладена ця тема в книзі Ю. Орлова «Самопізнання й самовиховання характеру». Його підхід до цієї проблеми повчальний, дозволяє зрозуміти наведені теоретичні відомості. Цікавим є підхід до цього питання Дейла Карнегі у популярній книзі «Як завоювати друзів і впливати на людей», де він дає практичні поради, вчить яким потрібно стати, що б люди любили й поважали тебе.

Існують рушійні сили й механізм самовиховання особистості. Коли з'являється на світ немовля, ми говоримо: «Народилася людина», тобто говоримо про біологічне його народження. Однак подальший процес біологічного розвитку найтіснішим образом сполучається із придбанням таких якостей і властивостей, які за своїм походженням не пов'язані з біологічною природою людини (наприклад: засвоєння навичок, звичок, поведінки). Названі властивості і якості можуть характеризувати соціальний розвиток людини. Таким чином, загальне поняття «людини» містить у собі більше вузьке й специфічне поняття – «особистість».

Особистість характеризується таким рівнем психічного розвитку, що дозволяє їй керувати власною поведінкою і діяльністю. Здатність обмірковувати свої вчинки й відповідати за них – істотна й головна ознака особистості. О. Кочетов підкреслює, що особистість суперечлива, у її внутрішньому світі неминучі зіткнення, конфлікти, періоди спаду й посилення розвитку. Поняття «особистість» неможливо розглядати поза її рушійними силами. Вчені відзначають, що рушійними силами в самовихованні особистості є певні протиріччя.

Механізм самовиховання має наступні особливості: вихованець обирає мету життя, ідеали відповідно до суспільних критеріїв, готує себе до життя в суспільстві, удосконалюється в колективній діяльності. Між зазначеними факторами самовиховання існують складні взаємозв'язки й протиріччя: мета життя може бути однією, а захопленість – в іншій сфері, у результаті чого між бажанням удосконалювати себе й реальним самовихованням виникає невідповідність, не завжди протиріччя можуть бути вирішені зусиллями самого вихованця. О. Кочетов визначає параметри

самовиховання: а) спрямованість, тобто мотиви роботи над собою; б) зміст (розумове, фізичне, моральне, трудове, естетичне, вольове, професійне, комплексне); в) стійкість (випадкове, епізодичне, постійне); г) ефективність у формуванні особистості (виконує функції головні й допоміжні).

Головне виховне завдання в керівництві самовиховання полягає у формуванні позитивних якостей, від яких залежить вирішення зазначених протиріч, та опори на такі фактори як: самосвідомість, захопленість, спрямованість, уміння керувати собою.

В умовах інтенсивного суспільного розвитку зростає роль моральності у всьому житті суспільства. У світі існує думка про те, що моральний ідеал спонукає до наслідування, для самовиховання потрібен еталон морально вихованої особистості, що відповідає наступним показникам: працьовитість; творче ставлення до праці; висока культура поведінки.

У статті «Про моральне виховання учнів» Л. Замико, О. Назаренко визначають, що робота з морального виховання молоді результативна при системному підході, який включає педагогічну діагностику; використання різноманітних методів виховання; включення вихованця в соціальні колективні відносини; інтенсивне залучення до діяльності з урахуванням наявних у неї позитивних якостей і здібностей; формування об'єктивної самооцінки; навчання методиці самостимуляції позитивної поведінки (самонавіювання, самохвалення, самоосуд).

Психологічна підготовка до морального самовиховання передбачає формування соціального еталона особистості в освітній роботі вишів, організацію життя колективу на принципах гуманістичної моралі й включення кожного студента в процес свого морального самовдосконалення.

Важливою є мета самовиховання. Мета самовиховання виходить із мотивів, що спонукають до роботи над собою й бажань, прагнень людини. Без мети не може бути розпочата жодна справа, у тому числі й самовиховання. Цілі повинні бути реальними. Викорінювання недоліків як і вироблення бажаних якостей характеру й здібностей може бути метою самовиховання.

Молодь сьогодні опинилася в кризовій ситуації. Разом з катастрофою системи суспільного ладу й моральних ідеалів, змінилися традиційні норми і способи поведінки. Залишилися в минулому критерії життя. Відбувається переоцінка цінностей. Молоді доводиться адаптуватися до нових умов життя. Міняються моральні

ідеали й цінності. Всі ці фактори мають значний, не завжди позитивний, вплив на особистість. Якщо переконати молодь у необхідності самовиховання й допомогти їй у його організації, то процес формування особистості буде протікати більш ефективно.

Отже, самовиховання – педагогічно керований процес. Психологічна й практична підготовка до роботи над собою становить одну з найважливіших завдань виховання. Робота зі студентською молоддю з розвитку в них потреби самовиховання важлива проблема сучасності.

Художня література як засіб формування потреби самовиховання

Дієвість самовиховання як фактора розвитку особистості значною мірою залежить від наявності ідеалу, який у системі мотивів самовиховання є одним із провідних (С. Єлканов, Ю. Орлов, М. Тайчинов). У масовій практиці вишів не повністю використовується художня література, що виступає важливим засобом виховання, зокрема самовиховання. За переконанням науковців-літературознавців, образна площина художнього тексту дозволяє людині найповніше розкрити свій творчий потенціал, формує прагнення до самопізнання та самовиховання, самореалізації, самоствердження. Саме художня література виступає каталізатором творчих потенцій особистості, сприяє якісній та кількісній зміні у виборі моральних ідеалів і соціально цінних орієнтирів життєтворчості, що свідчить про зростання рівня самовиховання особистості.

Самовиховання як актуальна проблема сьогодення перебуває в полі зору педагогів, кураторів, заступників деканів з виховної роботи. Педагоги не мають чітко розробленої та методично обґрунтованої системи роботи з питань організації самовиховання як під час аудиторних занять, так і в позанавчальній роботі; у низькому рівні мотивації студентів до самовиховання; неефективному, фрагментарному використанні художньої літератури, її виховного потенціалу в процесі організації самовиховання молоді.

Встановлено, що сама по собі здатність до самоаналізу ще не веде автоматично до самокритики. Іноді самоаналіз стає засобом самовиправдання, коли герой намагається обманути не тільки оточуючих, але й самого себе, видаючи зло за добро.

Намагання залучити студентів до використання в процесі самовиховання методів самоаналізу, самокритики, самоконтролю, самооцінки, самопереконавання, самоспостереження тощо не може бути самодостатньою метою. У кожному випадку треба з'ясувати, для чого цей метод використовується, до яких наслідків він приводить чи може привести, тобто, окрім самокритики, існує просто критика, і критичне ставлення до себе не виключає критичного ставлення до інших. У процесі дослідження встановлено, що засобом зображення самоаналізу, самооцінки, самоспостереження героїв часто є внутрішні монологи, які є результатом виділення у свідомості людини внутрішніх переживань (особливо яскраво це простежується у творах М. Хвильового).

Прикладом «самовиховування» є Винниченкова концепція щастя, яка ґрунтується на активізації морального принципу «чесності з собою». Цей принцип реалізовувався у досягненні гармонії з самим собою і став результатом довгих і болючих роздумів автора, який хотів у такий спосіб довести, що особистість сама обирає себе серед навколишнього світу, суспільства, власного буття. На думку письменника, самовдосконалення – це шлях до щастя, гармонії, пізнання людиною власного життєвого сенсу. Отже, джерело істини він вбачає в пізнанні людиною самої себе, у постійному прагненні самовдосконалення.

Важливим засобом самовиховання студентів різних спеціальностей є епістолярна спадщина письменників, яка відіграє вагомую роль у цілісній картині сприйняття портрета автора, історико-культурного й суспільного зрізів певної епохи й, безперечно, у процесі «самовиховування» особистості (дослідження М. Алексеєва, М. Коцюбинської, Ю. Шереха). Те «зафіксоване й нетлінне» (М. Коцюбинська) в листах відтворює складний процес самовдосконалення, самоутвердження автора як митця і як людини в моменти його злетів і падінь. Саме епістолярій українських письменників наближає читача до автора, дає матеріал для розуміння мотивації його вчинків, поведінки, внутрішніми трансформаціями відтворює дух епохи, середовища, людського «я», що у своїй сукупності створює сприятливі умови для формування та розвитку в молоді прагнення самовиховання. Тому уявлення письменників про потребу, шляхи, методи та прийоми самовиховання, які знайшли втілення не тільки у вчинках та поведінці героїв їхніх творів, але й у власних листах, є важливим джерелом для розвитку теорії самовиховання.

Аналіз епістолярної спадщини В. Винниченка, Остапа Вишні, В. Домонтовича, М. Івченка, Б. Лепкого, В. Підмогильного, М. Хвильового, А. Чайковського засвідчує, що найчастіше адресати використовували методи самоаналізу, самокритики, самооцінки, самопереконання, самоспостереження. Однак, аналізуючи й виокремлюючи методи самовиховання в кореспонденції письменників, обов'язково слід враховувати стиль письма автора, за яких умов і з якою метою вони використовувалися, і, безумовно, кому були адресовані ці листи, а також факту сприйняття епістолярію не тільки з позиції літературознавства, а й педагогіки та психології.

А відтак, з огляду на вищесказане, можна визначити художню літературу як важливий засіб формування, стимулювання й розвитку в молоді потреби самовиховання, самореалізації творчих задатків. Відповідно до цього літературу розглядаємо як засіб соціалізації особистості, як носій моральних цінностей. Вона сприяє розвитку навичок критичного мислення, аналізу й самоаналізу; забезпечує стимулювання мотивації та інтересу, формування ціннісної системи особистості, спрямованої на ідеали, соціальні цінності суспільства, які відтак стануть мотивами їхньої поведінки. Формування в молоді потреби самовиховання, а також організації, керівництва та корекції цього процесу.

Враховуючи особливості художньої літератури як жанру мистецтва, яка створює широкі можливості для пробудження жаги самопізнання, розвитку критичного мислення, прагнення до самовиховання, що веде до самореалізації, самоутвердження особистості молоді людини, викладачі, куратори повинні використовувати цей засіб для підвищення рівня самовиховання молоді.

Цілеспрямована діяльність викладача з підвищення ефективності самовиховання молоді включає: роз'яснювальну бесіду (в процесі аналізу художніх творів і листів) про роль і значення самовиховання; формування в молоді особистісно й соціально значущого ідеалу (до якого варто прагнути, щоб досягти мети самовдосконалення) та свідомого ставлення до самовиховання; консультування студентів при складанні програми самовиховання.

Ефективна робота з організації самовиховання школярів й спрямування їх на формування потреби в самовихованні засобами української літератури відбувається при проведенні нестандартних занять; поєднанні репродуктивної та пошукової діяльності студентів; кваліфікованого й творчого підходу викладача до означеної проблеми,

а також при усвідомленні, що студент не тільки об'єкт, а й суб'єкт освітнього процесу.

Самовиховання засобами української літератури успішно здійснюється й у системі позанавчального читання, на факультативних заняттях. Саме ці форми навчання є менш регламентованими, створюють значно більше можливостей для розкриття творчої індивідуальності молоді, для вияву їхньої особистісної позиції, що є передумовою для його ефективного саморозвитку, самоутвердження, самореалізації.

Виховання засобами художнього слова було й залишається завданням української літератури, виховна роль її закладена в самій природі художнього слова, що відзначається великою силою емоційного впливу на читача, що є передумовою переходу знань в особистісні переконання. За сучасних умов девальвації моральних цінностей література створює умови для розвитку та диференціації етичних інтересів особистості, системи уподобань. Вона формує стратегію моральної поведінки, соціальну активність, спонукає до самоаналізу й самоспостереження, саморегуляції вчинків, дій і поведінки. Однак рецепція того чи іншого твору залежить не тільки від ерудованості читача, а й від глибини аналізу художнього твору, рівня підготовленості самого викладача.

Для організації самовиховання молоді в умовах сучасної України можна творчо використати основні положення художньої спадщини українських письменників з урахуванням таких умов: посилення виховної функції художнього слова; залучення молоді до ситуації самостійного вибору системи цінностей; усвідомлення того, що здатність літературного героя до самоаналізу не веде автоматично до об'єктивної та адекватної самооцінки, самокритики, самозасудження, самоосуду, самозаохочення; акцентування уваги при вивченні літератури на активізації використання методів психологічного аналізу й самокритики; роз'яснення молодим людям, що використання методів самоаналізу, самокритики, самоконтролю, самооцінки, самопереконання не може бути самодостатньою метою.



РОЗДІЛ

З САМОВИЗНАЧЕННЯ ТА САМООЦІНКА У СТРУКТУРІ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

**3.1. Теоретичні основи процесу
особистісного самовизначення**

**3.2. Формування самооцінки
особистості**

3.1. Теоретичні основи процесу особистісного самовизначення

Проблема особистісного самовизначення

Готовність особистості приймати рішення на основі особистісної позиції можна проаналізувати в контексті проблеми особистісного самовизначення, яка в узагальненому вигляді звучить як проблема готовності людини свідомо й самостійно планувати й реалізовувати перспективи особистого життя.

Особистісне самовизначення дослідники педагогіки відносять до кінця підліткового – початку юнацького віку. Молоді люди у плані самостійного визначення особистісної позиції приймають на її основі важливі рішення відносно перспектив у професійній, політичній, релігійній, сімейній та інших сферах особистого життя.

Отже, теоретичні узагальнення у визначення особистісної позиції в підлітковому віці можна розглянути у таких напрямках:

- «проаналізувати зміст поняття «особистісне самовизначення» у співвідношенні з поняттям «особистісна ідентичність», розкривши ціннісно-смыслову природу цих феноменів;
- виявити передумови появи потреби у формуванні ціннісно-смысловї системи як основи особистісного самовизначення;
- показати якісну специфіку особистісного самовизначення в період ранньої юності як процесу вибору та прийняття рішень;
- розкрити суть актуальних завдань періоду ранньої юності, що висуваються перед молоддю з боку суспільства та вимагають самостійного вирішення з їхнього боку».

Підліток або юнак в період особистісного самовизначення виявляє здатність цілковито покладатись на себе – робити самостійний вибір, займати особистісну позицію, бути готовим до будь-яких змін на життєвому шляху, долає потребу шукати зовнішньої підтримки (як це було в дитинстві). Молода людина вже не

залежить від зовнішніх оцінок, вона довіряє сама собі, знаходить внутрішню основу в собі, почуття контактної межі між собою та іншим світом; їй притаманний стан рівноваги й внутрішньої стійкості.

Спроби молодого людини мають низку проблем: намагання досягнути автономії та незалежності від дорослих, створити цілісне «Я», об'єднавши в ньому різні елементи особистості, індивідуальність, створена на цій основі часто має конфліктний і суперечливий характер. Наявність в підлітка потреби відшукати свій сенс життя, пережити внутрішню гармонію є показником психічного здоров'я, що підтверджують дослідження психології.

В основі розуміння особистісної індивідуальності та неповторності лежить розвиток самосвідомості, самооцінки, самоконтролю, що приводить до формування стійкої системи соціально значущих цінностей й просоціальних мотивів. На межі підліткового та юнацького віку й особливо гостро постає проблема особистісного розвитку та самореалізації в різних сферах суспільного буття.

Також одна з головних проблем підліткового періоду – проблема автономії та незалежності від дорослих. В основі цієї проблеми лежить прагнення людини до свободи, до можливості вільного вибору в особистому житті. Свобода передбачає відповідальність за здійснений вибір.

Основоположним моментом у виникненні самовизначення є розвиток особистісних смислів та формування ціннісно-сислової системи. Д.І. Фельдштейн вважає, що особистісне самовизначення є компонентом розвитку людини як особистості та забезпечує побудову життєвих перспектив, планів можливостей її творчої активності.

Шанс зробити своє життя вагомим, повноцінним дає людині життєва перспектива й спонукає її до подальшого вдосконалення реальної практичної діяльності. Щодо самовизначення, то воно виступає механізмом, що дає змогу бачити спонукальний вплив свідомості людського буття.

Формування системи особистісних смислів й цінностей потребує від юнаків й дівчат об'єднати всі знання про себе. Усвідомлення свого минулого та майбутнього, яке логічно з нього випливає, має вагоме значення для самовизначення:

- щоб молода людина сприймала себе «внутрішньо тотожною самій собі»; значущі інші теж повинні бачити цю тотожність і цілісність в індивіді;

- в юнака повинна бути впевненість в тому, що внутрішній й зовнішній плани цієї цілісності узгоджуються між собою;

▪ юнацьке сприйняття самого себе має підкріплюватися досвідом міжособистісного спілкування через зворотній зв'язок.

Оцінка самого себе, об'єднання оцінок та знань в єдине ціле, співвідношення їх із суспільною реальністю (актуальними завданнями, які вона висуває перед молодою людиною та вимагає їх вирішення) дає змогу встановити нові стосунки з батьками, ровесниками, іншими значущими людьми.

Етапи процесу особистісного самовизначення

Першим етапом особистісного самовизначення є упереджений вибір, тобто статус, який характеризується прийняттям певних зобов'язань з боку людини. Молода людина, яка визначилася з професією, релігійними вподобаннями та іншими аспектами, що стосуються її життєвих перспектив за вибором, зробленим іншими (батьками, вчителями), тобто вибір був нав'язаний, приймає його, оминувши період пошуків і вагань. В цьому випадку людина відмовилася від відповідальності за свою долю.

Молода людина, яка дістає схвалення та підтримку з боку авторитетних дорослих, які власне, і нав'язують їй певні погляди, має дії і вчинки послідовного і стабільного характеру. Дії і вчинки є результатом не самостійного вибору, а наслідування схвалюваних моделей поведінки. Коли ж така особистість потрапляє в нові для неї обставини, для орієнтації в яких у неї немає відповідних критеріїв і способів поведінки, вона стає нездатною побачити можливі поведінкові альтернативи, проявити творчість під час пошуку рішень або зробити вибір. Дж. Марсія відзначає, що для таких юнаків характерним є низький рівень самоповаги.

Другий етап процесу особистісного самовизначення пов'язаний з періодом навчання у старших класах середньої школи. Якщо старшокласник уникає постановки питань щодо життєвої позиції та перспектив, то починає виявлятися соціальний інфантилізм, він може навіть вживати наркотики, алкоголь, вдаватися до протиправної поведінки як до способу уникнення відповідальності. Як правило, це діти з сімей, у яких батьки практично не цікавилися ними, а то й відкидали їх, не обговорювали життєвих перспектив, не цікавились їхньою думкою щодо бачення свого майбутнього.

Позитивною стороною третього етапу особистісного самовизначення є те, що молода людина має здатність самостійно формувати систему цінностей і смислів, на базі яких вона досягне формування готовності до прийняття рішень відносно різноманітних

аспектів життєвої перспективи. Людина перебуває у процесі пошуку рішень стосовно релігійних, етичних, політичних переконань, професійної долі. Юнак постійно бореться зі світом конфліктуючих цінностей і альтернатив та постійно стикається з непередбачуваними обставинами та суперечностями. Цей процес є нормальним явищем у період ранньої юності, хоча він може спостерігатись і у студентські роки. Розвиток особистісного самовизначення є складним і суперечливим у процесуальному плані.

Наприкінці старшого шкільного віку проявляється досягнення єдності уявлень про себе, своє місце у світі, у системі міжособистісних взаємин у професійному самовизначенні. У цей період цінним є прагнення молоді людини дотримуватися сформульованих для себе моральних норм, ціннісних орієнтацій. Це засвідчує перехід молоді людини на вищий щабель особистісного самовизначення, оскільки цей статус передбачає остаточне прийняття рішень та зобов'язань на основі зробленого вибору.

Отже, можемо зробити *висновки*:

Передумовою виникнення потреби в побудові ціннісно-сислової системи, що покладена в основу самовизначення є розвиток самосвідомості наприкінці підліткового – початку раннього юнацького віку, що передусім виявляється у бажанні самостійно вирішувати яким бути, ким бути і якими шляхами та засобами досягти поставлених цілей.

Процес особистісного самовизначення полягає в побудові єдності уявлень про себе, своє місце у світі через усвідомлення життєвих відношень, з'ясування їх значущості для себе та інших.

Процедура накреслення життєвої перспективи та вибору можливих альтернатив її досягнення стає більш раціональною та самостійною у процесі особистісного самовизначення.

Молода людина яка покладається на власну позицію у прийнятті рішень відносно життєвих перспектив залежить від етапу особистісного самовизначення, на якому вона перебуває в цей період. Це визначається специфікою соціокультурного середовища (вплив сімейного оточення та актуальних завдань, що висуває суспільство перед юнаком).

У процесі особистісного самовизначення молода людина має прийняти рішення, спираючись на свою внутрішню позицію, особистісну систему цінностей і смислів, щодо вирішення основних проблем, які потребують усвідомленого та самостійного вибору в період ранньої юності. Цими проблемами є: вибір майбутньої професії, утвердження морально-етичних принципів поведінки, громадянське та політичне самовизначення.

3.2. Формування самооцінки особистості

Об'єктивна самооцінка є важливою ланкою методів самовиховання. Психофізіологічний потенціал людини визначається природженими, генетичними задатками, типом вищої нервової діяльності і емоційно-вольовою сферою, тому складно неупереджено аналізувати власну поведінку, наслідки своїх вчинків, ще складніше оцінити своє місце в суспільстві, свої можливості. Людина зобов'язана гідно виконувати свою високу місію, повинна постійно вивчати Всесвіт і удосконалювати себе. Кожна людина володіє сумою певних властивостей, своїм інтелектуальним, творчим і психофізіологічним потенціалом.

Самовиховання як й самооцінювання починається в дитинстві й триває все життя. Однак, як показують дослідження А.Я. Арета, О.І. Кочетова, Л.І. Рувинського, В.І. Селіванова й інших, потреба в самовихованні особливо чітко визнається школярами в підлітковому віці, коли вони стоять на порозі зрілості, тобто в той перехідний період розвитку, для якого самим характерним є формування переконань і життєвих ідеалів, становлення самостійності, що проявляється у свідомому відношенні до життя й власних обов'язків, критичному відношенні до людей і самим собі. Це підготовлено накопиченим життєвим досвідом і вихованням, вимагає перегляду відношення до якостей власної особистості, своїх обов'язків, перегляду взаємин з іншими людьми. Переоцінка або глибока оцінка себе й інших при зіставленні з ідеалом й в інтересах реалізації подальших цілей породжує потребу в самовихованні, що актуалізується в процесі роботи над собою.

Самооцінка у структурі самовдосконалення

Основи самопізнання людина опановує вже з раннього дитинства – спочатку вдома, в сім'ї, а потім у школі, коледжі, інституті, університеті, на роботі. Нас завжди за щось хвалили, за щось карали, вказували на те, що в нас правильне й що, навпаки, гідне осуду. Отже, опосередковано, ми мали можливість дізнатися, які в нас є позитивні риси й недоліки. Людині в її житті більше дістається

покарання, ніж похвал, й така оцінка, звичайно, є не завжди правильною. Одержані відомості ми порівнюємо з життям, й багато що в оцінці власного «Я» піддаємо змінам. Шкільні оцінки теж, хоч й до певної міри, свідчать про наші здібності й орієнтацію. Людина також знає, спритна вона фізично чи незграбна, вважають її вродливою чи ні. Далі йдуть такі ролі в житті, як син, дочка, брат, сестра, батько, мати, службовець, спортсмен, громадський діяч, у виконанні яких ми досягаємо різних успіхів.

Порівняння являє собою непрямую оцінку нашого «Я». Кожен з нас зустрічався з ним ще в ранньому дитинстві. Батьки нам ставили за приклад брата чи сестру, або ж нас самих – за взірць іншим. Подібне було і в школі. В подальшому житті ми теж щодня зустрічаємося з добрими й поганими прикладами. Порівняння може бути для людини оманливе, а то й шкідливе. Уявімо собі, що хтось страждає комплексом неповноцінності, який задає тон усій його поведінці. Людина налякана, всього боїться, ховається в закуток і на поведінку інших вона дивиться з точки зору цього комплексу. Інші ж, постійно бачачи її в такій ролі, відповідно й ставитимуться до неї. Проте було б помилкою – якщо це стосується нас – обмежитися наведеним вище констатуванням, скласти руки й заспокоїтися на тому, що в кожного, мовляв, є якийсь комплекс.

Офіційна оцінка людини

Кожна людина протягом життя одержує ряд офіційних оцінок, написаних «чорним по білому». До них належать: атестат зрілості, диплом та грамоти, завойовані на спортивних змаганнях чи оглядах художньої самодіяльності, різні письмові характеристики трудової діяльності. Ці офіційні оцінки також треба вважати оцінкою нашого «Я», оскільки вони засвідчують окремі його аспекти й нерідко істотно впливають на подальше наше життя. Цю своєрідну класифікацію можна порівняти з характеристикою інших осіб, вираженою аналогічними документами.

Сутність поняття самооцінки

Знання про себе, поєднане з певним ставленням до себе, становить самооцінку особистості. Процеси самопізнання супроводжують переживання різних емоцій, які формують у людини ставлення до себе. Самооцінка – це оцінка особистості самої себе, своїх можливостей, якостей й місця серед інших людей. Вона є важливим регулятором поведінки людини. Самооцінка впливає на ефективність

діяльності людини і дальший розвиток її особистості. Взаємовідносини людини з оточуючими, її критичність, вимогливість до себе, ставлення до успіхів і невдач також залежать від самооцінки.

Самооцінка є засобом самовираження, створення в оточуючих більш приємного враження про себе. Особистість оцінює себе двома шляхами: шляхом співставлення рівня своїх домагань з об'єктивними результатами своєї діяльності; шляхом порівняння себе з іншими людьми. Чим вищий рівень вимог, тим важче їх задовольнити. Успіхи та невдачі в будь-якій діяльності суттєво впливають на оцінку індивідом своїх здібностей в цьому виді роботи: невдачі зазвичай понижують рівень вимог, а успіхи підвищують їх. Не менш важливим є і момент порівняння. Оцінюючи себе, індивід свідомо чи несвідомо порівнює себе з іншими, враховуючи не лише власні досягнення, але і всю соціальну ситуацію в цілому. Самооцінка не є постійною, вона змінюється залежно від обставин. Поява нових оцінок може змінювати значення раніше засвоєних цінностей. Наприклад, студент, який успішно здав екзамен, вважає себе успішним. Він задоволений собою, оскільки це визнається іншими: його успіхи викликають позитивні емоції у викладачів, зустрічають підтримку в сім'ї. Однак ця позитивна оцінка може бути зміненою внаслідок провалу на екзаменах чи у випадку, якщо в колі ровесників цінність успішності буде витіснена на другий план іншим ціннісним орієнтиром. По мірі свого дорослішання здібний студент може вирішити, що успіхи у навчанні самі собою ще не приносять щастя й не є гарантією успіху в інших життєвих ситуаціях. У цьому випадку загальна самооцінка може понизитись, але в цілому залишатись позитивною. Відтак, певне досягнення у діяльності, успіх позитивно впливатимуть на самооцінку лише в системі загальних цінностей.

Сучасна психолого-педагогічна наука розрізняє кілька видів самооцінки. Вони відображають особливості об'єктів оцінювання, їхню складність, а також деякі якісні й кількісні характеристики оцінки. Розрізняють два види самооцінки: глобальну, під якою розуміють загальну самооцінку особистості, й часткову, яка належить до різних рівнів пізнання властивостей особистості.

Відповідно до ступеня адекватності, розрізняють два види самооцінки: адекватну й неадекватну. Неадекватна самооцінка згідно з еталоном, з яким вона порівнюється, може бути завищеною або заниженою. Знати самооцінку дуже важливо для процесу взаємовідносин, морального спілкування. Знаючи тип самооцінки, можна певною мірою нею регулювати. Визначаючи власну

самооцінку слід знати орієнтовні характеристики людей із завищеною і заниженою самооцінкою. Людина з низькою самооцінкою не хоче братися ні за що нове, оскільки боїться, що в неї нічого не вийде, не може терпіти ризику, тому що не вірить, що її зусилля до чого-небудь приведуть. Вона не намагається що-небудь змінити у своєму житті, оскільки вважає, що керувати майбутнім неможливо. Характерні якості таких людей: упевнені, що небагато варті (принижена гідність); бояться здійснити помилки; постійно мріють про фізичну досконалість; обмежуються інтересами і вчинками, які добре відомі і безпечні; не вміють сприймати компліменти; в спілкуванні з іншими передусім турбуються про враження, яке справляють на них; несміливі; схильні до самогубної поведінки (наприклад, вживання наркотиків); або не сприймають критики, або впадають від неї в розпач.

Людина з високою самооцінкою розуміє, що є неповторною особистістю й може багато дати іншим людям. Ця людина ризикує, хоча і не завжди успішно. Така людина не вважає, що нею керують зовнішні обставини: навпаки, вона вважає, що сама спрямовує хід свого життя, відчуває себе впевненою й добре знає, чого хоче, має в житті менше розчарувань. Така людина знає себе, свої слабкі і сильні сторони досить добре, щоб відчувати себе впевненою навіть у світлі чийогось несхвалення. Характерними рисами таких людей є: впевненість в тому, що вони володіють достатньою цінністю; роблять помилки і навчаються на них; сприймають свій фізичний вигляд таким, як він є, навіть якщо він недосконалий; досліджують нові можливості та інтереси, використовують їх як можливість для подальшого зростання; спокійно сприймають компліменти; безпосередні в спілкуванні з іншими; турбуються про своє фізичне й емоційне здоров'я; сприймають критику як можливий шлях зростання.

Для того, щоб визначити вирішальні умови об'єктивної самооцінки необхідно навчитися об'єктивно судити про себе, давати справедливу самооцінку. Такими умовами є: наявність життєвого досвіду; спостережливість; постійне самопізнання; здорова суспільна думка в колективі.

Правила формування об'єктивної самооцінки

Необхідно шукати в собі все позитивне й розвивати його. Негативне можна перемогти, якщо знаєш про це і розвиваєш у собі позитивні якості.

Починати необхідно із самооцінки одного виду діяльності, а потім перенести на інші сфери життєдіяльності (спорт, працю, навчання).

Порівняти свою самооцінку з оцінкою інших людей. Якщо необхідно – встановити причини розбіжностей.

Обов'язково треба мати еталон, ідеал зразок, згідно з якими людина ефективніше оцінює себе і постійно прагне до самовдосконалення.

Постійний пошук особистості самої себе (пізнання, аналіз, оцінка) – шлях до зрілого самовдосконалення.

I. Кон виокремив, що у самооцінці свого «Я» існують такі компоненти:

Когнітивний, що містить уявлення суб'єкта про себе і навколишнє середовище, в якому він перебуває (рівень пізнавальних здібностей, сила інтелекту, вміння аналізувати свої внутрішні психічні процеси, задоволеність чи незадоволеність своїм соціальним становищем порівняно з іншими (статус у групі, колективі, суспільстві).

Емоційно-оцінний: авторитет серед ровесників, ставлення інших до власного «Я», міра впливу себе на інших.

Суспільно-поведінковий: бажання завжди бути на передньому плані, прагнення самоутвердитися з-поміж інших, зайняти пріоритетне місце, спираючись при цьому на свої сильні якості інтелектуальних здібностей, фізичні та моральні переваги або, навпаки, бути непомітними у групі, триматися осторонь відповідальних колективних справ, знаючи слабкі місця свого «Я».

I. Бех запропонував чотири рівні самооцінки, які певною мірою збігаються із стадіями розвитку самовиховання, це: процесуально-ситуативний, якісно-ситуативний, якісно-консервативний і якісно-динамічний.

На процесуально-ситуативному рівні людина не встановлює зв'язків між своїми вчинками і якостями особистості. Оцінка свого «Я» здійснюється лише за окремими зовнішніми результатами діяльності. Самовиховання має характер самовиправлення вчинків, коли людина, приймаючи рішення виправитись, не передбачає ще розвитку своєї особистості, а ставить за мету лише вдосконалення одних вчинків й відмову від інших.

На якісно-ситуативному рівні людина встановлює прямолінійні зв'язки між своїми вчинками й якостями. За таких умов здійснення або нездійснення окремого вчинку ототожнюється з наявністю або відсутністю відповідної якості. Людина вже усвідомлює, що якості – це щось більше і складніше, ніж окремих акт поведінки, що окремих вчинок не обов'язково адекватний і ототожнений з ним якості й може мати випадковий, а інколи й протилежний іншим вчинкам характер.

Самооцінка на цьому рівні має тенденцію до необ'єктивності та непостійності. Такі коливання самооцінки спричиняють ситуативність самовиховання.

Якісно-консервативний рівень характеризується руйнацією прямолінійних, формальних зв'язків між вчинками та якостями особистості. Якість абстрагується людиною від конкретного вчинку, виступає в її свідомості як самостійна об'єктивна реальність. Усвідомлення того, що конкретний вчинок не означає засвоєння відповідної якості, руйнування прямолінійних зв'язків між ними, недостатнє усвідомлення нових складних зв'язків між якостями особистості та поведінкою приводить до певного відриву внутрішнього світу від безпосередньої практичної поведінки. Головну роль у самооцінці виконує констатація вже досягнутого раніше рівня розвитку якостей особистості поруч з недооцінкою коректив, які вносяться в характеристику внутрішнього світу новими змінами в поведінці. Самооцінка має тенденцію до консервативності й недостатньої об'єктивності. Негативний досвід набуття якостей шляхом удосконалення окремих вчинків і крах надій на легкий успіх спричиняють зниження впевненості у можливостях самовиховання. Водночас на цьому рівні є передумови для активнішого саморозвитку.

Якісно-динамічний рівень характеризується усвідомленням складних зв'язків між якостями особистості та вчинками. Зникає розрив між внутрішнім світом і безпосередньою поведінкою. Самооцінка має тенденцію до об'єктивності. Вона коригується ставленням до самовиховання, можливостями удосконалення своїх якостей. Самовиховання набирає ознак усвідомленого, планомірного та активного процесу.

Рівні самооцінки відображають певною мірою вікові особливості. Для дітей молодшого шкільного віку характерним є перший рівень, для молодших підлітків – другий, для старших підлітків – третій, а для юнацького віку – четвертий рівень.

Фактори, що впливають на формування самооцінки особистості та умови її вдосконалення

Для формування самооцінки важливі три фактори. Перший: важливу роль у її формуванні відіграє зіставлення образу реального «Я» (яким я себе уявляю) з образом ідеального «Я» (з уявленням про те, якою б людина хотіла б бути). Цю концепцію заснував та розробив Карл Роджерс у рамках свого гуманістичного підходу. В основі

особистості, за цим підходом, лежать дві потреби людини: потреба у схваленні себе іншими та потреба у самосхваленні, яка забезпечується самооцінкою. Якщо людина в реальності досягає характеристик, що визначають для неї ідеальний «образ Я», вона повинна мати високу самооцінку. Якщо ж людина відчуває великий розрив між цими характеристиками і реальністю своїх досягнень, її самооцінка буде низькою. Ці дві концепції «Я» – «Я-реальне» та «Я-ідеальне» настільки важливі, що психологічні проблеми можуть спричинятися їх співвідношенням. Нормально, якщо ідеальне уявлення про себе набагато відрізняється від реального, його можна досягнути. Але коли ідеальне «Я» нереалістично досконале і людина знає, що його неможливо досягнути, це призводить до високої тривожності.

Другий фактор: низька самооцінка призводить до невисоких досягнень, депресії, труднощів в адаптації. Особистості з високою самооцінкою мають тенденції до фокусування на своїх успіхах та досягненнях, в той час, як низька самооцінка призводить до зосередження на недоліках та негативних особистісних якостях. Відтак, самооцінка формується під впливом успіху у тій сфері, яка для особистості займає впливове місце в системі цінностей. Для різних вікових етапів, в різних ситуаціях цінності можуть бути різними.

Третій фактор, важливий для формування самооцінки, пов'язаний з інтеріоризацією соціальних реакцій на людину. Людина схильна оцінювати себе так, як, на її думку її оцінюють інші. Отже, потреба особистості у схваленні себе іншими та у самосхваленні, приводить до рефлексії оцінок власних та сторонніх, порівняння досягнень, накопичення досвіду.

Отже, самооцінка, незалежно від того, чи на її поверхні власні судження людини про себе або інтерпретації суджень інших людей, індивідуальні ідеали чи культурно задані стандарти, завжди мають суб'єктивний характер.

З біографій багатьох видатних людей ми дізнаємося, що вони кожного дня «перевіряли свою совість» – щовечора замислювалися над прожитим днем і відзначали про себе, що зробили доброго, а що поганого. Вони намагалися об'єктивно оцінити свої вчинки, свою працю за день і зробити висновки.

Таким методом повинні користуватися й майбутні фахівці соціальної сфери. Безперечно, це допоможе вдосконалити вашу особистість. Таку оцінку можна здійснювати і в письмовій формі, використовуючи для цього, наприклад, щоденник. Його, як правило, охоче ведуть люди в молодому віці. Вони занотують свої почуття,

погляди, проводять глибокий самоаналіз, пишуть про свої рішення та їх виконання. Буває корисним й ретроспективне читання таких нотаток, оскільки при цьому ви маєте можливість контролювати свій розвиток, своє зростання, виконання чи невиконання окремих завдань, критично поглянути на свої колишні уявлення й оцінки, глибше усвідомити набутий досвід.

Методика самооцінювальної діяльності

Методи виявлення самооцінки різноманітні і поділяються на прямі та опосередковані. Наприклад, виявлення рівня самооцінки можна здійснити за допомогою ранжування. Студентам пропонується проранжувати однокласників (розставити кожного на відповідне місце) на основі їхньої значущості (успішність, особистісні якості) і визначити власне місце серед них. Правильність самооцінки студента визначається в процесі зіставлення результатів проведеного ним ранжування з оцінкою викладача. Оцінити рівень сформованості тих чи інших якостей особистості можна за допомогою методу незалежних оцінок.

Викладач чи однокласники за п'ятибальною системою оцінюють студента. Після цього йому пропонують зробити самооцінку, а одержані результати порівняти.

Для зручності можна використати протилежні якості:

| | |
|-----------------|-------------------|
| Справедливий | Несправедливий |
| Добрий | Злий |
| Працьовитий | Лінивий |
| Совісний | Безсовісний |
| Відповідальний | Безвідповідальний |
| Акуратний | Неаккуратний |
| Скромний | Нескромний |
| Правдивий | Брехливий |
| Сміливий | Боягузливий |
| Дисциплінований | Недисциплінований |
| Серйозний | Легковажний. |

Під час оцінювання слід мати на увазі, що бал 5 означає, що ця властивість виявляється в людини завжди, бал 4 – властивість виявляється у більшості випадків (переважає), 3 – однаковою мірою можуть виявлятися властивості, вказані зліва і справа, 2 – в більшості

випадків виявляються протилежні властивості, 1 – протилежні властивості виявляються завжди.

З метою виявлення самооцінки студентам можна запропонувати навчальне завдання й перед тим, як віддати на перегляд викладачу, самому оцінити свій продукт й виставити собі відповідний бал. Після цього оцінки студентів зіставляють з оцінками викладача й визначають рівень об'єктивності перших.

Можна запропонувати ще одну методику для використання з метою виявлення в студентів рівнів домагань. Розкладають дев'ять карток, на яких написано завдання, різні за ступенем труднощі. Студентові кажуть, що завдання під № 1-3 – найлегші, 4-6 – середні, № 7-9 – найскладніші. Потім молодим людям пропонують вибрати будь-яке із завдань. Для розв'язання відводиться певний час, після чого незалежно від того, розв'язав студент завдання чи ні, йому пропонують вибрати наступне. За тим, якої труднощі завдання вибере студент після успішного чи неуспішного розв'язання попереднього, складається уявлення про рівень його домагань і самооцінку.

Умови вдосконалення самооцінки

Основна умова виправлення неадекватної самооцінки – йти назустріч проблемам, намагатись вирішувати їх, а не уникати. Ті, хто починають діяти замість того, щоб уникати, більш схильні сприймати труднощі реалістично, відверто. Протилежне характерне для низької самооцінки. Несприятлива самооцінка виражається у запереченні, викривленому уявленні, спробі зміни усвідомленої правди. Цей процес веде до загального неприйняття себе і складає основу неадекватної самооцінки. Це також блокує можливість підвищення самооцінки шляхом досягнень й успіхів, оскільки викривлене сприйняття себе виступає як механізм захисту від нових вражень, які принесуть, на думку майбутніх фахівців соціальної сфери, ще більше негативних переживань.

Відтак, шляхом виправлення неадекватної самооцінки є емоційне схвалення в розумних межах з метою саморозкриття особистості.

Самооцінка змінюється упродовж життя. Згадайте, яке уявлення ви мали про себе із зауважень й реакції свого оточення, будучи малою дитиною. Коли прийшли до школи, створений вами образ вашого «я» поступово змінювався відповідно до того, що ви чули про себе від учителів та однокласників. У шкільному віці – хотіли ви того чи ні – у вас з'явилася нова орієнтація – на успіх у навчанні. Визначали ви свої

досягнення на основі шкільних оцінок і наслідків змагання з іншими. Успіхи в математиці, наприклад, сприяли зростанню вашої віри в себе, і, навпаки, незавидні результати з української мови породжували невпевненість. А можливо, траплялося й так, що у вас були добрі чи навіть відмінні оцінки з усіх предметів, але тільки-но на уроках фізкультури ви мали збиратися по жердині або стрибати через коня, як образ вашого незграбного «я» пригнічував вас і наперед нашіптував, що нічого з того у вас не вийде. Але, мабуть, ваші добрі успіхи в навчанні врівноважували почуття неповноцінності, що впливало з фізичної невправності.

Іноді, в шкільні роки ви почували себе невпевнено, бо не вміли ні битися, ні оборонятись. Тоді це було для вас надзвичайно великою вадою. Ваша зовнішність вас зовсім не цікавила. Минув деякий час, ви стали миловидним юнаком, на якого задивляються представниці іншої статі. Настав новий період великих змін в образі вашого «я». Ваше фізичне «я», зовнішність, одяг раптом набрали неабиякої ваги. Ви вже навчилися розв'язувати деякі життєві проблеми, але ось перед вами постали нові, зовсім інші питання. Колишні цінності втратили для вас значення, їх замінили нові.

В цей період молоді люди часто займаються глибоким самоаналізом на основі зовсім нового підходу до себе. Вони надзвичайно чутливі до оцінки їх іншими людьми. І залежно від того, наскільки оцінки відповідають новим орієнтаціям в їх теперішньому віці, змінюється і образ самого себе.

Наступні етапи тільки нагадаємо: служба в армії, одруження, робота за обраною спеціальністю. Образ самого себе все ще змінюється, хоч у зрілому віці значно менше, ніж на попередніх етапах. Якщо проаналізувати окремі етапи свого життя, починаючи з дитинства і до сьогоднішнього дня, під кутом зору «образ самого себе», то, можна усвідомити, яка важлива роль відведена йому у вашому житті. Як багато залежить від батьків, що своїми зауваженнями й порадами сприяли формуванню вашого «я», який далекоосяжний вплив на зміни вашого бачення самих себе відіграло безпосереднє оточення, нове середовище, до якого ви потрапили. Разом з тим і ви самі, займаючись самовдосконаленням, можете досить ефективно впливати на формування образу власного «я», а також інших людей. Отож і тут своєю поведінкою щодо інших ви маєте можливість покращити і самих себе.

У формуванні та самоформуванні особистості важлива роль належить професійному вихованню. У широкому розумінні це

відбувається у процесі трудового і суспільного життя, у вузькому – у процесі підготовки висококваліфікованих фахівців, здатних працювати у нестандартних, постійно змінюваних освітніх закладах.

Основою всебічного її ефективного професійного виховання особистості є дотримання таких принципів:

- принципи творчого саморозвитку. Передбачає поєднання логічного й евристичного (пошукового, творчого), раціонального й емоційного; здійснення саморозвитку через безперервне самовдосконалення; поширення власного досвіду, власних знань з одночасним запозиченням досвіду колег;

- принципи самопізнання. Сюди належать: орієнтація на рефлексивне мислення; усвідомлення своїх сильних і слабких якостей; опора на сильні якості й робота над подоланням слабких; використання тестів самоконтролю, договорів із собою, самостереження, самоаналізу, аналізу чинників своїх успіхів й причин невдач;

- принцип дотримання пріоритетів практики. Суть його полягає у визнанні необхідності вивчення теорії з розумінням того, що критерієм істини є практика. Практична реалізація ідей, вивчення теорії відбувається не лише з метою усвідомлення, а й для використання її узагальнень на практиці;

- принципи співтворчості викладача і студента. Творча особистість, незалежно від віку, виду діяльності, постійно розвивається, всотуючи нові знання, заохочуючи до співтворчості всіх, із ким вона взаємодіє. Дбаючи про успіхи своїх колег, учнів не менше, ніж про свої, вона виявляє до них довіру, щирість, терпимість, дотримується демократичних засад у взаємодії з ними, розв'язанні спільних завдань.

Кожна особистість прагне знати думку про нього інших, проте питання стосовно нашого «я» ми, як правило, не наважуємося поставити відкрито, а до того ще часто й не знаємо, кому їх ставити. Як відомо, ставити такі питання й відповідати на них легше в молодому віці.

Досвід показує, що з такими питаннями, як правило, звертаються до найкращих друзів. У жодному випадку не можна бути цілком упевненим, що відповідь, яку ви дістанете, відобразатиме загальну думку. Вона з певних причин може бути хибною.

Вміння правильно ставити питання дано не кожному фахівцю, до того ж його треба задавати компетентним людям. Краще, щоб питання було сформульоване таким чином: «Як ти гадаєш (ви гадаєте), що необхідно поліпшити?». Віддаючи опрацьовану

літературу: «Я хотів би від вас довідатися, на що мені треба звернути увагу, щоб матеріали були опрацьовані якнайкраще». Після важливої події: «Розберемо ще раз сьогоднішню подію. Де були допущені помилки? Що в майбутньому я повинен мати на увазі?»

Питання слід формулювати так, щоб той, у кого питають, не сумнівався, що ви справді хочете почути про свої помилки, а не чекаєте компліментів. Якщо ж він почне говорити про позитивні сторони, ви можете його зупинити і належним чином, відповідно до обставин, показати йому, що вам цікаво було б почути про те, що ви могли зробити краще.

Коли ви звикнете аналізувати свою працю чи поведження з знайомим або співробітником, слід чекати, що й він так само звернеться до вас, щоб почути вашу думку. Тут ви повинні пам'ятати: кожній людині приємно почути про те добре, що в ній є. Тому, вказуючи на помилку, не забувайте згадати і про позитивне. Але говоріть тільки про те позитивне, що є насправді (цього, між іншим, слід дотримуватися і в розмовах з дітьми, коли ми їх докоряємо за щось зроблене не так).

Звертаючись до своїх знайомих з питанням, що вам необхідно поліпшити, ви дістанете інформацію, яка допоможе вам доповнити образ вашого «я» з різних сторін, не тільки позитивних, а й негативних.

При цьому вам слід звернути увагу на дві речі:

Чи здатний той, у кого ви питаєте, дати вам кваліфіковану відповідь (можливо, він добре грає у теніс, дуже добре розмовляє по-російськи чи вміє опрацьовувати літературу, матеріали або ж є таким психологом, що може дати критичний аналіз ваших вчинків).

Основною умовою при застосуванні цього методу є те, щоб ви не піддалися звичайній людській слабості, коли хочеться слухати про себе тільки приємне і затулити вуха на критику. Вдосконалювати себе можна тільки тоді, коли ви знаєте, що саме вам треба поліпшити.

Тести належать до улюбленої читачами рубрики популярних журналів або психології. Їх заповнюють, аби довідатися про себе якомога більше. Зрозуміло, нас цікавить рівень власного коефіцієнта інтелектуальності, ми хочемо дізнатися, чи добрі ми партнери в подружньому житті, в коханні, чи наша незалежність, далекоглядність, смак, елегантність і таке інше виняткові, відповідні або недостатні. Особистості слід пам'ятати, що спеціально розроблені тести в разі потреби використовують лише фахівці-психологи. А в

журналах тести друкуються виключно для розваг, отож і ставлення до них повинно бути відповідне.

Психологічні ігри служать не тільки для розваги, а й дають можливість краще пізнати себе, причому з найменш відомих сторін. Суть цих ігор полягає в тому, що кожен з учасників порівнює свої наслідки у грі з наслідками інших і таким чином виявляє переваги й недоліки у своїх здібностях, рисах характеру, фантазії, інтуїції, умінні давати визначення наздогад, у поводженні, стратегії й тактиці. Оскільки значна частина таких ігор для колективу становить деяку складність, то необхідно ретельно дотримуватися правил гри. Так, наприклад, участь у грі не повинна бути примусовою; гра має проходити в дружній атмосфері; слід враховувати соціальний та віковий склад колективу. Під час гри нікого не треба ставити в незручну ситуацію, ніхто не повинен відчувати образу від того, що він останній, слабшим завжди треба допомагати.

Методика застосування Т-гри для пізнання самого себе

Т-гра (товариська гра) розрахована на кількох учасників, які б хотіли про себе якомога більше дізнатися. Вона дає інформацію, котрої людям, особливо дорослим, як правило, не вистачає.

Правила гри. Для проведення гри треба мати необхідну кількість бланків (організатор гри готує їх заздалегідь), на кожному з яких написаний перелік людських якостей – позитивних і негативних. Кожен гравець одержує бланки відповідно до кількості учасників гри (крім себе), вгорі аркуша друківаними літерами зазначає ім'я того, кого буде характеризувати, і підкреслює у списку ті риси, які, на його думку, є визначальними для даної особи. Після заповнення всіх бланків вони роздаються тим, кого стосуються.

Неможна аналізувати їх публічно. Це може неприємно вразити когось з учасників. Саме тому й треба користуватися літерами, щоб зберегти анонімність. Краще проводити гру в товаристві добре знайомих людей. Звичайно, всебічно знати одне одного вони не можуть. Тому при складанні переліку якостей бажано дотримуватись якогось певного аспекту. Так, спільним знайомим можна запропонувати список рис характеру, які розкривають їх ставлення до людей, а співробітникам – що стосуються виробничої діяльності.

Перед тим, як читати бланки з характеристикою своєї особи, приготуйтеся до прикрих несподіванок. Це цілком природно. Кожен з нас завжди бачить себе передусім з кращого боку. І коли раптом дізнається, що на нього дивляться дещо по-іншому, не завжди відчуває

себе добре. Але все одно краще знати все про себе об'єктивно, щоб у майбутньому позбутися небажаних рис й утверджувати в собі ті, які, на думку товаришів, варто розвивати.

Не ігноруйте думки про свою особу, особливо там, де вони збігаються. Не звинувачуйте товаришів у лихих намірах. Вони хотіли звернути вашу увагу на речі, про які вголос не завжди слід говорити. Будьте раді, що довідались, якої думки про вас інші. Характеристики давалися анонімно, отже, ніхто з учасників не знає, як вашу особу оцінили інші.

Відтак, самопізнання для кожної людини має велике значення. Пізнати своє фізичне «я» набагато легше, ніж решту його сторін. Використайте всі наявні можливості для пізнання себе самого, оскільки це є передумовою вашого дальшого самовдосконалення. Одержуйте інформацію про себе з розмов і реакцій людей, які вас оточують. Порівнюйте себе (якомога об'єктивніше) з іншими. Пізнавайте своє «я» шляхом інтроспекції – за допомогою аналізу себе, своїх можливостей, помилок й вад. Щоб довідатись, якої думки про ваше «я» знайомі, можете з їхньою участю провести Т-гру. В розмовах намагайтесь виявити погляди інших на вашу працю, поведінку, вчинки. Звертайте увагу на те, щоб питання ваші не були сугестивними (тобто наперед не визначали відповіді). Звикайте регулярно аналізувати свої вчинки й поведінку.

Особливості впливу самооцінки на формування особистості

Неадекватна самооцінка ускладнює життя не тільки тих, кому вона властива, але й оточуючим. Конфліктні ситуації, у яких опиняється людина, дуже часто є наслідком її неправильної самооцінки. Актуальність даної проблеми обумовлена інтересом, який виникає при порівнянні психологічних характеристик людей й виявленні своєрідних особливостей роботи їх психіки.

За визначенням Н. Авдєєва, самооцінка – це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, здібностей, якостей і місця серед інших людей. Самооцінка відноситься до фундаментальних утворень особистості. Вона в значній мірі визначає її активність, відношення до себе й інших людей.

Людина може оцінювати себе адекватно і неадекватно (завищувати або занижувати свої успіхи, досягнення). Самооцінка

може бути високою і низькою, розрізнятися за ступенем стійкості, самостійності, критичності.

На основі неадекватно завищеної самооцінки в людини виникає неправильне уявлення про себе, ідеалізований образ своєї особистості і можливостей, своєї цінності для навколишніх, для загальної справи. У таких випадках людина йде на ігнорування невдач заради збереження звичної високої оцінки, реальна дійсність спотворюється, відношення до неї стає неадекватним – чисто емоційним. Раціональне зерно оцінки випадає цілком. Тому справедливе зауваження починає сприйматися як критика, а об'єктивна оцінка результатів роботи – як несправедливо занижена. Неуспіх з'являється як наслідок чийогось підступу чи несприятливо сформованих обставин, ні в якій мірі не залежних від дій самої особистості.

Людина з завищеною, неадекватною самооцінкою не бажає визнавати, що все це – наслідок власних помилок, ліні, недоліку знань, здібностей чи неправильної поведінки. Виникає важкий емоційний стан – афект неадекватності, головною причиною якого є стійкість сформованого стереотипу завищеної оцінки своєї особистості. Якщо ж висока самооцінка пластична, міняється відповідно до реального положення справ – збільшується при успіху і знижується при невдачі, то це може сприяти розвитку особистості, тому що їй приходитьесь прикладати максимум зусиль для досягнення поставлених цілей, розвивати свої здібності і волю.

Самооцінка може бути й заниженою, тобто нижче реальних можливостей особистості. Звичайно, це призводить до невпевненості в собі, боязкості і відсутності дерзань, неможливості реалізувати свої здібності. Такі люди не ставлять перед собою важко досяжних цілей, обмежуються вирішенням повсякденних задач, занадто критичні до себе.

Занадто висока чи занадто низька самооцінка порушують процес самоуправління, спотворюють самоконтроль. Особливо це помітно в спілкуванні, де особи з завищеною й заниженою самооцінкою виступають причиною конфліктів. При завищеній самооцінці конфлікти виникають через зневажливе відношення до інших людей й неповажне ставлення до них, через занадто різкі й необгрунтовані висловлювання на їхню адресу, нетерпимість до чужої думки, прояви зарозумілості й зазнайства. Низька критичність до себе заважає їм навіть помічати, як вони ображають інших зарозумілістю й незаперечністю суджень.

При заниженій самооцінці конфлікти можуть виникати через надмірну критичність людей з заниженою самооцінкою. Вони дуже вимогливі до себе і ще більш вимогливі до інших, не вибачають жодного промаху чи помилки, схильні постійно підкреслювати недоліки інших. Коли в тобі бачать тільки погане і постійно вказують на це, то виникає ворожість до джерела таких оцінок, думок і дій.

Формування низького рівня самооцінки у людей призводить до зниження їхньої активності, відсутності бажання досягти значимих цілей, викликає появу пасивності, інертності при необхідності зробити важливі й рішучі дії. Все це веде до зниження прагнення до самореалізації, самоствердження, людина боїться займати у житті активну позицію, рішуче досягати поставлених завдань, у неї може відбуватись певна фіксація у свідомості своєї неповноцінності, недостатнього рівня розвитку здібностей й нездатності досягти успіху в житті. Така людина ніколи не буде проявляти ініціативу у будь-якій справі, буде намагатися ухилитися від вирішення проблем й завдань, буде відчувати себе нездатною до опанування новою діяльністю, знаннями, вміннями.

Така життєва позиція приведе до появи певних ускладнень із повноцінним функціонуванням у суспільстві, можливим й ймовірним є виникнення психологічних проблем, неврозів, погіршення стосунків й взаємодії з родичами, близькими і іншим оточенням.

Особистість із заниженою самооцінкою сама страждає від тривоги і страхів щодо можливості успішного функціонування у людському середовищі.

Юність – пора самоаналізу й самооцінок. Самооцінка здійснюється шляхом порівняння ідеального «Я» із реальним. Але ідеальне «Я» ще не вивірене і може бути випадковим, а реальне «Я» ще всебічно не оцінене самою особистістю.

Вступ до вищого навчального закладу є тим чинником, що сприяє встановленню високого рівня самооцінки у осіб юнацького віку, входження до нової системи діяльності, залучення до високостатусного рівня освіти, здобуття висококваліфікованої професії – все це впливає на утвердження самооцінки студентів на високому рівні. Факт вступу до закладу вищої освіти може здійснювати позитивний ефект на зростання самооцінки молодих людей, даючи можливість самореалізації, засвоєння нових знань, досягнення нових етапів розвитку. Нова ситуація, що склалася сприяє особистісному самоствердженню молоді людини.

Об'єктивність самооцінки має велике значення в житті людини. Люди з неадекватною самооцінкою, як заниженою, так і завищеною, не досягають успіху в житті. При заниженій самооцінці особа думає про себе як про нездатну, невдачу. Такою вона може й стати. При завищеній оцінці своїх результатів людина вважає, що вона усього досягла й неї відсутня необхідність докладати всі свої зусилля. Відсутність оптимальної напруги приводить до недорозвинення як психічних процесів й функцій, так й таких особистісних рис, як старанність, уміння переборювати перешкоди, що є стратегічно важливими рисами особистості й повинні триматися під контролем.

Самооцінка є найважливішим компонентом цілісної само-свідомості особистості й виступає необхідною умовою гармонічних відносин людини як із самою собою, так й з іншими людьми, з якими вона вступає в спілкування і взаємодію. Неадекватна самооцінка є причиною виникнення багатьох внутрішньо особистісних і міжособистісних конфліктів, вона стає серйозним фактором ускладнення особистісного розвитку людини. Проблема формування адекватної самооцінки набуває великого значення у зв'язку з її важливістю для формування «Я-концепції», яка складає ядро особистості, і слугує неповторною системою уявлень людини про саму себе, на основі якої вона будує взаємодію з іншими людьми, здійснює регуляцію своєї поведінки і діяльності.

Знати про оцінювання людиною самої себе, дуже важливо для встановлення відносин з нею, для нормального спілкування, в яке люди, як соціальні істоти, неминуче включаються.



РОЗДІЛ

4 САМООСВІТНЯ ДІЯЛЬНІСТЬ

**4.1. Самоактуалізація – основна умова
формування досвіду самостійної
практичної діяльності**

4.2. Організація самоосвітньої роботи

4.3. Самоосвітня діяльність особистості

4.1. Самоактуалізація – основна умова формування досвіду самостійної практичної діяльності

Навчання складається із пізнавального (когнітивного), розвивального та виховного компонентів, однак жоден з них не реалізується, якщо в його основі не закладена самостійна діяльність: теорія стає досвідом і переконаннями лише через практику (діяльність). Самостійна робота – основа процесу пізнання.

Сучасні українські дослідники визначають різні компоненти діяльності (у Н.Г. Нічкало: мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, цілеутворюючий, операційно-результативний, емоційно-чуттєвий; у Л. Момот [209], загальнонавчальний, пізнавальний, перетворювальний (творчий), самоорганізуючий та ін.), де спільне – це процесуальний ланцюжок перетворень: мотивація – самоорганізація – самостійна діяльність – результат (пізнавальний, виховний, емоційний).

Процес запам'ятовування тісно пов'язаний із здобуттям знань (запам'ятовується те, що має особистісне значення, справило враження, здивувало) та самостійною роботою: інтерес викликає допитливість (чому це так?), допитливість – пошукову діяльність, тому результат – міцні знання, переконання). Отже, емоційність й допитливість спонукають до самостійної роботи.

Самостійна діяльність – це завжди творчість, якщо є самоактуалізація особистості, адже самостійність, на думку психолога А. Ребера, – це модель поведінки, яка виявляється більше внутрішніми факторами психологічної природи людини, ніж зовнішніми факторами оточення. Софія Русова зазначала, що «ніякий учитель, ніякий керівник школи не зможе розгадати внутрішніх потреб кожної дитини й той час, що їй потрібний для дозрівання й усвідомлення, а сама дитина це виявляє нам у вільній праці і проявах своєї енергії». Самоактуалізація – це потреба самовдосконалення, прагнення розвитку і виявлення своїх можливостей. Цієї ж думки дотримувалися

4.1. САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ - ОСНОВНА УМОВА ФОРМУВАННЯ ДОСВІДУ САМОСТІЙНОЇ ПРАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

А.-Х. Маслоу, К.-Р. Роджерс та ін. Дійсно, самостійна робота, як процес, тісно пов'язана із такими поняттями як самостійність, самокерівництво, самосвідомість, самореалізація, саморегуляція, самодопомога, самоконтроль. Поняття «самоактуалізація» запропонував Курт Голдштейн, як мотив усвідомлення усіх своїх потенційних можливостей. У теорії особистості Абрахама Маслоу самоактуалізація – це високий рівень психологічного розвитку, «актуалізація» усього потенціалу особистості.

На сучасному етапі є необхідність у виокремленні основних підходів щодо визначення самоактуалізації особистості в цілому і самоактуалізації особистості майбутніх бакалаврів соціальної сфери зокрема, а також у розкритті потенціальних можливостей процесу самоактуалізації особистості стосовно вдосконалення процесу організації самостійної навчальної діяльності і підвищення ефективності її здійснення в умовах педагогічного університету.

Однак, як зазначають викладачі, інтерес до навчання у студентів постійно падає. Щоб спонукати бажання до навчання, викладачу недостатньо дати завдання, необхідно включити такі важелі, щоб у студента виник інтерес або внутрішня потреба це зробити. Без самоактуалізації навчання студентів часто нерезультативне.

Формування готовності студента до самостійної роботи шляхом самоактуалізації

Вивчаючи формування готовності студента до самостійної роботи, важливо знати, що викликає мотивацію до навчання та діяльності. Наприклад, визначаючи соціалізацію особистості як надзавдання соціальної педагогіки в розділі «Теоретичні засади соціальної педагогіки», викладач може подати інформацію студентам у готовому вигляді, через роботу в групі, парі або «мозковим штурмом» (де обов'язково хтось займе пасивну роль), а можна запропонувати кожному намалювати у зошиті промені від слів «соціалізація особистості» і записати всі можливі його напрямки (зв'язок з освітою та вихованням, соціальні контакти, соціальні орієнтації, входження в соціальне середовище (Б.Д. Паригін), входження особистості в соціум на основі наслідування (Є. Кузьмін), нерозривно пов'язані процеси: натуральний (процес фізичного дозрівання) й соціальний (визрівання як особистості) Л.С. Виготського.

Систематичне звернення до такого виду самостійної роботи розвиває асоціативне мислення, формує навички виокремлення і узагальнення (завдання може бути складнішим: поняття та його

складові (наприклад, в темі «Зміст реабілітації дітей з функціональними обмеженнями» визначено як складову соціальну реабілітацію, яка діє за принципами, що вивчила науковець О. Безпалько: здійснення реабілітаційних заходів на початку виникнення проблеми; безперервність та постійність їх проведення; індивідуальний підхід до визначення обсягу, характеру та змісту реабілітаційних заходів). Ці принципи студенти повинні виокремити самостійно на лекції з даної теми. Але, якщо на занятті викладач може спрямовувати процес самостійної роботи, то головна проблема домашньої самостійної роботи – відсутність самоорганізації і самоконтролю студента.

Вивчення напам'ять – складний процес запам'ятовування і відтворення вивченого. Часто на практичних заняттях відбувається блокування етапу відтворення (спрямована увага викладача і студентів на однокурсника, який відповідає, сторонні звуки, зауваження заважають процесу вільного відтворення). Для міцного запам'ятовування викладач повинен надати студентам кілька корисних рекомендацій: 1) вчимо необхідний матеріал за 2-3 доби до його здачі; 2) вчимо звичним прийомом (залежно від типу пам'яті: одні вчать на слух (вголос читаючи і себе слухаючи), інші – «фотографують» сторінку і тоді пригадують літери і слова, «переносячи їх» на стелю чи стіну аудиторії, де немає зорових подразників); 3) робота біля дзеркала (нажаль, цей надзвичайно корисний і усім доступний предмет ще рідко використовується у методиці вивчення навчального матеріалу): коли молоді люди дивляться у дзеркало, то бачать «першого слухача» (дзеркало, як зоровий подразник, випробовує міцність вивченого: якщо студент збивається, слід повертатися до попереднього етапу); своє відображення молоді люди люблять, а тому інтуїтивно намагаються виглядати краще під час декламування (самоактуалізація): вони імітують дикцію викладача, ведучих з телебачення, тобто «спілкуючись творять» (М. Монтень розмову наодинці відносить до спілкування сам-на-сам («Досліди»)), але не всі вчені поділяють цю думку); одночасно студенти спостерігають за своєю мімікою, жестами, поставою (адже зауваження викладача «стати рівно», коли студент себе не бачить, не формує навичок самоконтролю і самооцінки); 4) читаємо напам'ять брату (сестрі), мамі, одногрупнику; 5) здаємо вивчений матеріал вчасно викладачу.

Такий підхід у вивченні навчального матеріалу захищає студента від ситуації блокування відтворення, формує навички

////// 4.1. САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ - ОСНОВНА УМОВА ФОРМУВАННЯ ДОСВІДУ САМОСТІЙНОЇ ПРАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

самонавчання; студент стає спокійним під час опитування, а тому відкритим для навчання.

Музика, образотворче мистецтво загострюють емоційне сприйняття мистецтва, тому необхідно органічно їх поєднувати у навчанні. Студенти із зоровою пам'яттю намагаються «малювати», тобто уявляти текст. Таке поєднання йде тільки на користь навчанню. Тому слід із розумінням поставитися до інтуїтивних намагань деяких студентів поєднати навчання із слуханням улюблених мелодій, кресленням у зошиті під час лекцій. Ці ідеї, здобуті досвідом викладання, знаходимо і в Гордона Драйдена та Джаннетт Вос. У їхній книзі «Революція в навчанні» виокремлені поради для самостійного навчання, зокрема: учитися за допомогою кількох відчуттів, а не одного; використовувати для запам'ятовування не конспектування, а допоміжні засоби як стрижневі: музику, малюнок, асоціативну схему (у логічній послідовності вибирати з тексту ключові поняття й віднаходити між ними зв'язок); промовляти (повторювати) й розмірковувати, робити це емоційно: саме через мозковий емоційний центр інформація проникає у довготривалу пам'ять.

Методика оволодіння педагогами рівнів саморегуляції

Вона передбачає послідовність: знання про саморегуляцію; розуміння та застосування знань, умінь та навичок; аналіз, синтез, оцінка ситуації та своїх власних можливостей.

При здійсненні саморегуляції треба враховувати, що рівень засвоєння знань про саморегуляцію – найвищий. До нього можна віднести уміння аналізувати складну взаємодію, виділяти головне в ній, оцінювати ситуацію та визначати перспективний план дій в своїй подальшій роботі.

Викладач, враховуючи свої індивідуальні особливості (можливості та недоліки), повинен погоджувати систему своїх особистісних якостей (почуттів, мотивацій, волі) з системою об'єктивних умов і вимог діяльності, із здібностями студентів та їхніми психічними станами, ставленням до навчання і об'єктивною динамікою педагогічної ситуації.

Викладач повинен час від часу оцінювати свої можливості та визначати власні ресурси. Молодий викладач, якщо в нього щось не виходить на занятті і йому не вдається побачити в очах студентів повагу до своєї особистості, повинен оперативного перебудувати структуру заняття та характер взаємодії, відшукувати компроміси і не боятися визнати свої невдалі кроки.

Спостерігаючи за поведінкою людини, виявлення нею емоцій та волі, можна дати оцінку її якостям. Як зазначає Ф. Перлз, головною умовою як для спирання на себе, так і для саморегуляції є стан рівноваги. «Будь-яке порушення організмичної рівноваги складає неповний гештальт, незакінчену ситуацію, яка змушує організм ставати творчим, знаходити засоби та шляхи відтворення рівноваги... Формування фону, який стає особливо сильним, тимчасово приймає на себе управління всім організмом. Це головний закон організмичної саморегуляції».

Якщо рівновага відсутня, педагог може штучно, шляхом захисних реакцій, ухилитися від проблем, не сприйняти їх на достатньому рівні, впасти в істерію або навіть захворіти. Захисні механізми не дозволяють здійснювати саморегуляцію ритму контакту і призводять лише до самоосуду. Різновидом захисних механізмів може бути і некритичне сприйняття чужих ідей, поглядів, що також негативно впливає на корекцію емоцій та поведінки викладача. Перекладаючи свої невдачі на оточуючих, особистість озлоблюється і не бажає знаходити компроміси, змінювати свою поведінку та діяльність. Отже, особистість повинна знаходити джерело підтримки в самому собі через мобілізацію зусиль для подолання негативних емоцій.

Задоволення потреб вимагає від особистості активізації її діяльності через пояснення самій собі важливості впровадження тих або інших способів поведінки та реалізації вольових зусиль. Отже, саморегуляція особистості повинна бути там, де є необхідність сприяти врегулюванню внутрішньої психічної сфери людини, стабілізувати її психічні стани і повернути її до звичайного життєвого ритму. Відтак, робимо висновок, що процес саморегуляції лежить в основі самоактуалізації.

Організація та керівництво самостійною роботою

Готуючи повідомлення чи реферат, студенти перших курсів не завжди знають, що слід використовувати не одне джерело, а хоча б три, що важливо вміти систематизувати, узагальнювати і мати власну позицію (яка з'являється лише тоді, коли студент вільно володіє інформацією із зазначених джерел). Наступний етап – вміти донести здобуту інформацію (а не читати на практичному занятті), тому важливо навчитися її розказувати, й дзеркало тут стає незамінним помічником (адже неможливо одночасно дивитися й в зошит і на себе).

4.1. САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ - ОСНОВНА УМОВА ФОРМУВАННЯ ДОСВІДУ САМОСТІЙНОЇ ПРАКТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

На першому етапі організації самостійної роботи із студентами доцільно використовувати тренувальні вправи за зразками, наслідувальні та порівняльні, а лише згодом переходити до узагальнюючих, контрольних-перевіряючих, проблемних, творчих й дослідницьких завдань. В основі роботи на практичному занятті із соціально-педагогічних та соціальних дисциплін повинні бути закладені такі завдання, які сприяють самоактуалізації особистості студента, спонукають до творчості (відкриття нових значень, нових смислів через особистісно-значиме). Л.С. Виготський зазначає: «Творчість виникає там, де людина уявляє, комбінує, змінює чи створює щось нове», тобто діяльність й творчість взаємозумовлені й взаємопов'язані.

Творчість завжди поєднує індивідуальне та всезагальне через різні види й форми діяльності, у яких розкриваються здібності, потреби, мета. Найяскравіше себе проявляють студенти при написанні наукових робіт: рефератів, есе, тезових планів, курсових, бакалаврських, дипломних, магістерських. Жанри та навички їх написання відпрацьовуються на модульних контрольних роботах та рефератах. Звісно, викладач соціально-педагогічних дисциплін не має можливості (і часу) на практичних заняттях вчити студентів писати наукові роботи, однак може розробити рекомендації на кожен студентський стіл, переглянувши які, студент зробить необхідні висновки.

Розвитку навичок самостійної роботи студента сприяють правильний підбір й розумне дозування завдання із урахуванням рівня і глибини знань студента (від простіших до складніших, від теоретичних до практичних) через стимулювання й заохочення («Ти це можеш!»). На думку А. Маслоу, стимулювання – необхідна умова реалізації найвищого рівня людських потреб – потреб у творчості й самоактуалізації, тому добра оцінка, заохочення словом на заняттях як лекційних так і практичних, не тільки створюють доброзичливу атмосферу для навчання, а й мотивацію до самостійної роботи. Мотиви до навчання можуть бути різні (пізнавальний, розвивальний, розважальний, ціннісний (учитися – добре, корисно, важливо тощо), практико-орієнтований, самостверджуючий (прагнення бути кращим за інших чи іншого, привернути увагу тощо)). Роль мотивації немає принципового значення, якщо вона веде до засвоєння знань й має позитивну спрямованість у розвитку особистості. Тому важливо створювати ситуацію успіху при індивідуальному дозуванні навчального матеріалу, що стимулюватиме студента до подальшої роботи над собою, формуватиме мотивацію до навчання. Однак, сприятливої атмосфери та мотивації до самостійного навчання

недостатньо, необхідне вольове зусилля або звичка працювати самостійно, тому важливий компонент – самокерівництво (саморегуляція), як внутрішнє управління своєю поведінкою на основі власних переконань і цінностей. Засвоєння матеріалу відбувається лише за умови систематичної усвідомленої діяльності, спрямованої рефлексії.

Таким чином, самоактуалізація студентів сприяє формуванню навичок самостійного здобуття та використання знань. Самоактуалізація – це підґрунтя безперервної освіти, творчості, самореалізації особистості. Серед складових процесу формування навичок самостійної роботи студента (емоційність, системність, розумна дозованість, використання різних видів мистецтва, заохочення, врахування особливостей пам'яті) самоактуалізація посідає перше місце.

Отже, зазначимо, що існує необхідність цілеспрямованого впливу на особистість для підвищення результативності самоактуалізації та самоосвітньої діяльності.

4.2. Організація самоосвітньої роботи

Самовдосконалення майбутніх фахівців соціальної сфери складається в основному з процесів самоосвіти та самовиховання. Навчити студентів самостійно оволодівати знаннями – одне з важливих завдань сучасної вищої школи. Тому в процесі опанування студентами навчальних дисциплін в університеті необхідно формувати самостійність мислення, сприяти прагненню відкривати нові знання і способи оволодіння ними.

Відповідно до цього актуалізується проблема формування потреби в професійній самоосвіті як важливого показника творчих здібностей особистості і необхідність пошуку шляхів її вирішення. Розробкою цієї проблеми займалися як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники.

Роль самоосвіти в розвитку особистості

Самоосвітою є систематичне самостійне навчання особистості. Самоосвіта в широкому сенсі цього слова необхідний компонент навчання, зокрема шкільного й вищівського. За ступенем самостійності можна виділити два види самоосвіти – супутній й автономний (термінологія професора А.К. Громцовой).

Супутня самоосвіта спонукає і направляє навчальний процес (школа, ВНЗ, курси, лекторії). Людина самостійно виконує лише дане їй завдання або поглиблює те, що дано їй на уроці або в лекції. При такому виді самоосвіти особистість може виходити за рамки програми знань й, отже, наблизитися до другого, вищого рівня самонавчання

Автономною самоосвітою є вивчення якого-небудь питання, що спонукає не ззовні, а з потреб або інтересів самої особистості. При цьому людина сама визначає цілі самонавчання і об'єм знань (програму занять), який повинен бути засвоєний. При автономній самоосвіті контроль за ходом навчання виступає як самоконтроль, як самозвіт.

В навчанні іноді доводиться поєднувати обидва вказані види самоосвіти. В шкільному і університетському періодах панує супутня, а в зрілому віці – автономна самоосвіта.

Самоосвіта є джерелом отримання знань. Різноманітні знання за своїм змістом, виконують різні функції. Теоретичні знання розширюють кругозір особистості і сприяють формуванню її світогляду, що визначає відношення до різних сторін дійсності, до самої себе, власної діяльності. Оволодіваючи ними, особистість формує себе, власну життєву позицію. Отже, самоосвіта є самовихованням.

Прикладні знання лежать в основі формування умінь і навичок та визначають професійну готовність особистості майбутнього бакалавра соціальної сфери до праці. Знання в єдності із здібностями забезпечують можливість досягнення найвищих результатів в практичній діяльності.

Третій вид знань – це знання того, як набувати знань. Оволодіння ними забезпечує високу ефективність самоосвіти. Оволодіння розумовими операціями забезпечує становлення загальних здібностей, що особливо виявляються в пізнавальній діяльності як в теорії, так й в практиці.

Процес самостійного набуття знань активізує розумову діяльність, мобілізує волю, формує вольові якості, такі, як організованість, завзятість й наполегливість. Студенти, які багато й інтенсивно займалися самоосвітою, мають знання, є працелюбними, вольовими людьми.

Мислення в процесі оволодіння знаннями є необхідним компонентом тренування і розвитку розуму. Російський революційний демократ Д.І. Пісарев надавав виняткове значення в розвитку розуму особи самоосвіті. Він писав: «Хто дорожить життям думки, той знає дуже добре, що справжня освіта є тільки самоосвіта».

У процесі самоосвіти розвивається не тільки розум людини, але і довільна увага, і в цілому самостійність особистості. Отже, самоосвіта є процесом, який сприяє розвитку особистості. Самоосвіта один із способів всебічного й гармонійного розвитку особистості.

Самостійна навчальна діяльність

Одним з шляхів підвищення ефективності навчання і активізації пізнавальної діяльності студентів університету є відповідна організація самостійної навчальної роботи. Вона має особливе місце в процесі особистої самостійної навчальної діяльності.

Педагогічна наука вважає, що студент університету повинен працювати по можливості самостійно, а викладач – керувати його самостійною роботою. Сучасна система освіти мало навчає способам і прийомам самостійної роботи.

Під самостійною навчальною роботою розуміють будь-яку, організовану викладачем, активну діяльність студентів, спрямовану на виконання визначеної дидактичної мети в спеціально відведений для цього час: пошук знань, їх осмислення, закріплення, формування та розвиток умінь і навичок, узагальнення та систематизацію знань. Як дидактичне явище, самостійна робота, з одного боку, є навчальне завдання, яке повинен виконати студент, з другого – форма вияву відповідної діяльності: пам'яті, мислення, творчого відображення, поглиблення та розширення сфери дії раніше отриманих знань.

Функції самоосвіти

Самоосвіта – засіб навчання, який:

- відповідає конкретній дидактичній меті та завданням;
- формує у студентів необхідний обсяг та рівень знань, навичок і умінь для розв'язання пізнавальних завдань, поступового просування від нижчих до вищих рівнів розумової діяльності;
- сприяє виробленню у студентів психологічної готовності до самостійного систематичного поповнення своїх знань і вироблення умінь орієнтуватися в потоці наукової та суспільної інформації;
- є знаряддям педагогічного керівництва та управління самостійною пізнавальною діяльністю студентів в процесі навчання.

Рівні самоосвіти особистості

Копіюючи дії особистості за заданим зразком. Ідентифікація об'єктів та явищ, їх розпізнавання шляхом порівняння з відомим зразком. На цьому рівні здійснюється підготовка особистості до самоосвіти.

Репродуктивна діяльність, пов'язана з відтворенням інформації про різні властивості навчального об'єкта. На цьому рівні узагальнюються прийоми та методи пізнавальної діяльності.

Продуктивна діяльність самостійного застосування набутих знань для вирішення завдань, які виходять за межі відомого зразка і потребує здатності до висновків.

Самостійна діяльність, що виявляється в переносі знань при вирішенні завдань в істотно нових ситуаціях, складанні нових програм прийняття рішень, виробленні гіпотетичного аналогового мислення. Завдання викладача – довести якомога більше студентів до четвертого рівня самостійності.

Основні вимоги до організації самоосвіти

Самоосвітня робота на будь-якому рівні має конкретну мету. Кожна особистість знає порядок і прийоми виконання роботи. Самоосвіта повинна відповідати навчальним можливостям особистості, а ступінь складності задовольняти принцип поступового переходу від одного рівня самостійності до іншого, забезпечуючи поєднання різних видів самостійної роботи. Призначення самоосвіти – розвиток пізнавальних здібностей, творчого мислення, ініціативи в прийнятті рішення.

Самоосвіта організовується так, щоб вона сприяла виробленню у студентів навичок та звичок до праці. Зміст роботи, форма її виконання повинні викликати інтерес у студентів університету бажання виконати роботу до кінця. За формою організації самоосвіту можна поділити на індивідуальну, фронтальну та групову.

Типи самоосвіти

У відповідності з рівнем самостійної продуктивної діяльності особистості виділяють чотири типи самоосвіти: відтворюючий, реконструктивно-варіативний, евристичний та творчий. Кожний з типів має свою дидактичну мету.

Відтворююча самоосвіта: за зразком, коли є необхідні для запам'ятовування способи дій в конкретних ситуаціях, формування умінь і навичок та їхнє засвоєння. При виконанні робіт цього типу діяльність студентів не зовсім самостійна, оскільки її самостійність

обмежується простим відтворенням, повторенням дій за зразком. Роль таких робіт досить значна. Вони формують підґрунтя для дійсно самостійної діяльності студентів університету. Роль викладача полягає в тому, щоб для кожного студента визначити оптимальний обсяг роботи. Передчасний перехід до самоосвіти інших типів позбавляє деяких студентів необхідної системи знань, умінь і навичок. Затримка на роботах за зразками – зайва витрата часу, що сприяє породженню нудьги й неробства. У студента зникає зацікавленість до навчання і предмета, настає гальмування в розвитку.

Реконструктивно-варіативна самоосвіта дозволяє на основі раніше отриманих знань та за даної викладачем ідеї самостійно знайти конкретні способи вирішення завдань. Самоосвіта цього типу сприяє осмисленому перенесенню знань у типові ситуації, виробленню умінь аналізувати події, явища, факти, формуванню прийомів і методів пізнавальної діяльності, розвитку внутрішніх мотивів пізнання, створюють умови для розвитку розумової активності особистості студента.

Евристична самоосвіта формує вміння і навички пошуку відповіді за межами відомого зразка. Студент сам вирішує завдання на основі вже відомих йому знань. На даному рівні продуктивної діяльності формується творча особистість. Постійний пошук нових рішень, узагальнення й систематизація нових знань, перенесення їх в нові, нестандартні ситуації роблять знання студентів педагогічних університетів більш гнучкими, мобільними, виробляють вміння, навички й потреби самоосвіти. Види евристичної самоосвіти: самостійне пояснення, аналіз демонстрації, явища, реакції, обґрунтування висновків за допомогою аргументів, рівнянь, розрахунків.

Творча самоосвіта дозволяє студентам отримувати принципово нові знання, зміцнити навички самостійного пошуку знань. Психологи вважають, що розумова діяльність особистості при вирішенні проблемних, творчих завдань аналогічна розумовій діяльності творчих й наукових працівників. Завдання такого типу – один з найефективніших засобів формування творчої особистості.

Види самостійної роботи, що використовуються в самоосвіті

В практиці навчання кожен тип самоосвіти представлений різноманітністю видів робіт, що використовуються в системі самостійної освіти.

Вправи: відтворюючі, тренувальні, і за зразком, складання завдань та запитань й їхнє розв'язання, рецензування інших відповідей, оцінка

їхньої діяльності, вправи, спрямовані на вироблення практичних умінь та навичок.

Робота з книгою. Це робота з текстом та графічним матеріалом підручника: переказ основного змісту тексту; складання плану відповіді за прочитаним текстом; короткий конспект тексту; пошук відповіді на раніше поставлені до тексту завдання; аналіз, порівняння, узагальнення й систематизація матеріалу кількох параграфів. Робота з першоджерелами, довідниками, науково-популярною літературою, конспектування та реферування прочитаного.

Різноманітні перевірочні самостійні роботи, контрольні роботи, диктанти, твори.

Розв'язання різноманітних завдань та виконання практичних й лабораторних робіт.

Підготовка доповідей та рефератів.

Технічне моделювання та конструювання.

Виконання індивідуальних та групових завдань.

Домашні лабораторні досліди та спостереження.

Самоосвіта повинна починатися з усвідомлення особистості студента мети та способів дії. Від цього залежить ефективність всієї роботи.

Система вправ та завдань

Вправи – найпоширеніший вид самоосвіти, їх роль при осмисленні та закріпленні знань, розвитку мислення особистості досить велика. Особливо ефективна система вправ, що враховує індивідуальні можливості особистості.

Види вправ

Вправи для вивчення матеріалу, набуття умінь та навичок: підготовчі, пробні, призначені для виконання дій за зразком, схемою, заданим приписом. Вправи для закріплення вивченого матеріалу. Контрольні завдання для перевірки глибини засвоєння знань.

Чіткий план організації дій при виконанні різних вправ підвищує їх ефективність. При доборі завдань і вправ особлива увага звертається на всебічне закріплення ознак поняття, чітко виділяються навички і вміння, які необхідно сформулювати і закріпити за допомогою системи різноманітних вправ. Викладач постійно стежить за точністю виконання завдань. Цей етап характеризується низьким рівнем самостійності. Систему вправ та завдань зручно організувати за

етапами, починаючи з типових завдань та вправ. Детально пояснюється метод їхнього розв'язання.

Далі виконують завдання з коротким планом розв'язання або вказівками щодо виконання завдань. Контроль на цьому етапі особливо важливий, хоча рівень самостійності вже досить високий.

Завдання і вправи для повністю самостійного виконання – це складання задач, написання творів і диктантів на конкретні теми, практичні, лабораторні заняття, різні творчі завдання. На цьому етапі з'ясовується, чи достатньо підготовлений студент на попередніх етапах і чи здатен він до творчої роботи.

Ефективність розв'язування завдань з недостатніми та зайвими даними в умовах завдання є важливим видом самоосвіти. Недостатні дані беруться з довідника. Такий прийом разом з закріпленням навичок, використанням довідника, сприяє глибокому аналізу задачі. Задачі з зайвими даними корисні лише на певному етапі, коли студент володіє міцними знаннями, інакше подібні задачі можуть виявитися неефективними.

Існують деякі типові помилки в організації та проведенні вправ:

- вправи бувають випадковими, не становлять собою частини продуманої системи;
- вправи проводяться фронтально, не індивідуалізуються;
- студент не отримує своєчасних вказівок про допущені помилки та правильний спосіб дій.

Самостійна робота з книгою

Книга – основне джерело знань, важливий засіб людського спілкування. В багатьох студентів педагогічних університетів уміння і навички роботи з книгою слабкі, випадкові. Опитування викладачів показують, що вони рідко працюють на заняттях з підручником, недостатньо активізують розумову діяльність молоді. Власне, студенти працюють з книгою тільки вдома без керівництва з боку викладача. Уміння працювати з книгою, культура читання, прагнення до неї тісно пов'язані з розвитком людини, її навчанням.

Дидактичні умови організації роботи з книгою. Роботу з книгою необхідно ретельно планувати, вважаючи її одним з видів самоосвіти. Читанням потрібно чітко керувати: що читати, з якою метою, на які питання відповідати, які вправи виконувати після прочитання. Робота з книгою не повинна займати весь вільний час. Вона розумно поєднується з іншими видами самоосвіти. Недоцільно заучувати

напам'ять прочитане. Важливо виділити головну ідею кожного абзацу або скласти план прочитаного. Необхідно використовувати графічний матеріал для самоосвіти: аналіз малюнка, розповідь за картинками, читання та аналіз графіків. Потрібно працювати з запитаннями в кінці тексту.

Студент може скласти систему запитань, на які в тексті книги потрібно знайти відповідь. Можна запропонувати собі переказати своїми словами основну думку прочитаного абзацу, доведення, розділити текст на частини, виділити в них опорні пункти, які є стрижнем абзацу чи тексту. Гарні результати дає рецензування книги, журнальної чи газетної статті, радіо – або телепередачі. Важливе значення має робота з різноманітною довідковою літературою.

Основні складові самоосвітньої діяльності особистості

Індивідуальна та самостійна робота студента. Методологія процесу навчання та, відповідно, оцінювання знань студента полягає у його переорієнтації із лекційно-інформативної на індивідуально-диференційовану, особистісно-зорієнтовану форму та на організацію самоосвіти студента.

Перелік ключових компетентностей учнівської молоді, визначений українськими педагогами за матеріалами дискусій, організованих в рамках проекту ПРООН «Освітня політика та освіта «рівний-рівному» включає, перш за все, уміння вчитись, що передбачає: самостійне визначення мети діяльності: докладання вольових зусиль та організацію праці для досягнення результату; відбір або знаходження потрібних знань; виконання в певній послідовності сенсорних, розумових або практичних дій, прийомів, операцій; усвідомлення своєї діяльності і прагнення її вдосконалити; володіння уміннями й навичками самоконтролю та самооцінки. Однак, активізація пізнавальної діяльності студента багато в чому залежить від зацікавленої позиції викладача на кожному етапі навчання. В умовах інтенсифікації навчання, наявності різноманітних інформаційних систем, від викладача вимагається і підбір матеріалу, і складання завдань на самостійну роботу, які б з урахуванням індивідуальних особливостей кожного студента, спрямовували б їхню пізнавальну діяльність на отримання нових знань, подолання труднощів. Разом з тим, активізація пізнавальної діяльності студента можлива тільки за умови його діалогу з викладачем. Виходячи з цього, актуальним постає завдання щодо дослідження механізмів самоосвіти та самонавчання студентів під керівництвом викладача або без такого.

Усі світові та пропонувані останнім часом національні стандарти в основу навчання ставлять самостійну, творчу роботу того, хто навчається. На цьому принципі базуються і новітні, включно інформаційні, технології навчання. У структурі навчального навантаження студента за системою ECTS індивідуальна робота також розглядається як один із основних компонентів навчальної діяльності і повинна займати значну частину його навчального навантаження.

Згідно з Болонською конвенцією, здатність студента до самостійного навчання лежить в основі кредитно-модульної системи підготовки фахівців, де на самостійну та індивідуальну роботу відводиться майже 50 % годин виділених на вивчення дисципліни. Отже, навчання та самоосвіта студентів педагогічного університету тісно взаємопов'язані. Не може стати хорошим фахівцем своєї справи студент, який пасивно вчиться, лише відсиджує заняття і не готується до наступних, розширюючи свій кругозір та збагачуючи пам'ять самостійно отриманою інформацією. Слід зазначити, що формування у студентів самостійності має враховувати вирішення двох завдань. Перше – розвинути самостійність під час навчально-пізнавальної діяльності, навчити самостійно оволодівати знаннями, формувати свій світогляд. «Відомо, що навчання може не тільки сприяти просуванню вперед, але й уповільнювати розвиток особистості, якщо воно ґрунтується не на усвідомленні й осмисленні, а переважно на запам'ятовуванні готових фактів». Друге завдання полягає в тому, щоб навчити самостійно застосовувати наявні знання в навчанні та подальшій практичній діяльності. «Безперечно, людина не в змозі мати повний об'єм знань з того чи іншого предмета. Тому, на перше місце виступає не здобуття суми знань, а вміння відібрати з потоку інформації те, що потрібно тій чи іншій особистості для її розвитку і самовдосконалення».

Наближена до наукового осмислення й узагальнення творча (евристична) робота можлива лише як результат організації самостійного навчання з обов'язковою присутністю в ній цілепокладання та його досягнення за допомогою ефективних технологічних схем самоосвіти. Така робота повинна бути індивідуалізованою з врахуванням рівня творчих можливостей студента, його навчальних здобутків, інтересів, навчальної активності.

Одна з форм організації навчального процесу – індивідуальна робота студента. Вона передбачає створення умов для реалізації творчих можливостей студентів педагогічного університету через індивідуально-спрямований розвиток їхніх здібностей, науково-

дослідну роботу й творчу діяльність. Індивідуальні заняття в педагогічних університетах проводяться під керівництвом викладача у позааудиторний час за окремим графіком, складеним кафедрою (предметною комісією) з урахуванням потреб і можливостей студента. Організація та проведення індивідуальних занять доручається найбільш кваліфікованим викладачам. Індивідуальні заняття на молодших курсах спрямовуються здебільшого на поглиблення вивчення студентами окремих навчальних дисциплін, на старших вони мають науково-дослідний характер і передбачають безпосередню участь студента у виконанні наукових досліджень та інших творчих завдань.

Індивідуальні заняття з певної навчальної дисципліни проводяться з одним або декількома студентами за окремим графіком, затвердженим деканом факультету. Контроль за дотриманням графіка покладається на деканат факультету.

Науковці розрізняють поняття «самостійна робота» та «самостійна діяльність». Перше – це форма індивідуальної роботи, друге – якість пізнавальної активності: використання ініціативної позиції (а не відповідної), породження власних думок (а не повторення думок інших). Самостійна робота здійснюється без викладача, а самостійна діяльність не лише допускає його присутність, але й передбачає іноді як обов'язкову.

Зокрема, І. Платонов, Т. Парубочай поділяють самостійну роботу на дві складові: така, що організовується викладачем, і самостійна робота, яку студент організовує за своїм розумінням, без безпосереднього контролю.

Самостійність є найбільш істотною ознакою людини як особистості і як суб'єкта діяльності. Людина як особистість, підкреслює Л. Анциферова, «завжди сама самостійно прокладає свій унікальний індивідуальний шлях».

Опорною у самостійній роботі є концепція поетапного формування розумових дій. Її автори суть наступності вбачали в «поетапному набутті людиною знань і умінь». В цьому процесі вони виділяють шість етапів.

На першому етапі формується мотивація навчальної діяльності, яка залежить від інтересів або потреб об'єкта пізнання.

На другому етапі визначається орієнтовна схема розгортання та розвитку розумових дій, формування системи орієнтирів. Як зазначає Т. Ільїна, що в «розумовому вихованні виникає коло розумових завдань, зумовлених такими чинниками, як нагромадження фонду

знань – умови розумової діяльності; формування інтелектуальних умінь, які характеризують розумову діяльність».

На третьому етапі здійснюється процес засвоєння конкретного знання. Як вказує П. Гальперин, саме цей етап є наслідком двох попередніх і водночас пролонгацією трьох наступних, є «центром від якого залежить характер подальшої наступності». Саме на цьому етапі проявляється співвідношення між змістом предмета та методикою його викладання і логікою його сприйняття студентами.

На четвертому етапі, внаслідок багаторазового повторення і підкріплення процесу вивчення предмета систематичним розв'язанням завдань, зникає потреба у дотриманні орієнтирних схем та усе більше мають виявлятися елементи самостійного творчого підходу до справи. У психологічній теорії діяльності це явище відомо під назвою зворотної аферентації – зворотного зв'язку в діяльності.

На п'ятому етапі має місце оволодіння предметними зовнішніми та внутрішніми компонентами діяльності й виникає потреба в осмисленні теоретичних засад діяльності. Поєднання їх з практичними для досягнення відповідних результатів є змістом шостого етапу формування розумових дій.

Отже, студент сам має здійснювати пізнання. Самостійна робота, при тому, виховує в нього самостійність як рису характеру, формування якої неможливе без систематичного контролю з боку викладача. Разом з тим, контроль має поєднуватися з розвитком у студентів вміння самостійно працювати на заняттях, в бібліотеці, під час самостійної підготовки до лекцій, семінарів, практичних занять, заліків, екзаменів, виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань. Слід підкреслити, що взаємоконтроль виконаної роботи як викладачем так й студентом сприяє ґрунтовному закріпленню знань.

Значимо, що для забезпечення самостійної роботи студентів викладач повинен:

- розробити методичні рекомендації для організації самостійної роботи студентів;
- підготувати навчально-методичний посібник (враховуючи те, наскільки дана дисципліна забезпечена навчальною літературою);
- скласти контрольні завдання, тести для контролю знань студентів;
- скласти перелік завдань для студентів на самостійну роботу;
- надати завдання опрацювати та законспектувати літературні джерела із заданої теми, самим сформулювати запитання. Велику роль тут відіграє правильне визначення трудомісткості різних видів

завдань, забезпеченість студентів навчальною літературою та комп'ютерною технікою, доступ до електронних бібліотек.

Виконання завдань пов'язаних з роботою із літературою, мають вчити студентів мислити, аналізувати, враховувати умови, ставити задачі, вирішувати проблеми, що виникають, конспектувати основні поняття теми, будувати таблиці чи схеми.

Це означає, що не слід подавати зміст тієї чи іншої теми в повному обсязі під час лекційного заняття. Наступність отримання знань передбачає, в даному випадку, певну порційність інформації, логіку переходу від вже наявних знань до нових, коли в ході самостійного вивчення теми студентом його базові знання нарощуються, конкретизуються, збагачуються новими положеннями, новими елементами та зв'язками. Тому, перед студентами ставляться запитання, що сприяють повноцінному засвоєнню навчального матеріалу.

Важливу роль відіграють індивідуальні та групові консультації, що орієнтують студентів на вирішення професійних завдань, правильне поєднання теоретичних знань з реальною практикою їх застосування. Такі консультації визначають можливості студентів для усвідомлення ціннісних потреб, мотивів та професійних інтересів.

Консультація – один із видів навчальних занять (індивідуальні або групові), який проводиться з метою отримання студентом відповіді на окремі теоретичні чи практичні питання та для пояснення певних теоретичних положень чи аспектів їх практичного застосування (проводяться протягом семестру – поточні консультації, семестрові, та перед контрольним заходом – екзаменаційні). У процесі поточного консультування допускається діагностичне тестування знань студентів для виявлення ступеня засвоєння окремих теоретичних положень, теорій, закономірностей, рівня сформованості практичних умінь і навичок та перевірки ефективності прийомів і методів навчання, використовуваних під час аудиторних занять.

Індивідуальне завдання – форма організації навчання, яка має на меті поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які студенти отримують у процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці.

Індивідуальні завдання виконують студенти самостійно під керівництвом викладачів. Як правило, індивідуальні завдання виконуються окремо кожним студентом. У тих випадках, коли завдання мають комплексний характер, до їх виконання можуть

залучатися кілька студентів, у тому числі студенти, які навчаються на різних факультетах і спеціальностях.

Відповідною інноваційним технологіям навчання різноманітністю індивідуальних занять є індивідуальні навчально-дослідні завдання (ІНДЗ). Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) є видом позааудиторної індивідуальної роботи студента навчального, навчально-дослідницького чи проектно-конструкторського характеру, яке використовується в процесі вивчення програмного матеріалу навчального курсу і завершується складанням підсумкового екзамену чи заліку.

Метою ІНДЗ є самостійне вивчення частини програмного матеріалу, систематизація, поглиблення, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань студента з навчального курсу та розвиток навичок самостійної роботи.

Зміст ІНДЗ – це завершена теоретична або практична робота в межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь і навичок, отриманих у процесі лекційних, практичних та лабораторних занять, охоплює декілька тем або зміст навчального курсу в цілому.

Структура ІНДЗ (орієнтовна):

- вступ – зазначається тема, мета та завдання роботи та основні її положення;
- теоретичне обґрунтування – виклад базових теоретичних положень, законів, принципів, алгоритмів тощо, на основі яких виконується завдання;
- методи (при виконанні практичних, розрахункових, моделюючих робіт) – вказуються і коротко характеризуються методи роботи;
- основні результати роботи та їхнє обговорення – подаються статистичні або якісні результати роботи, схеми, малюнки, моделі, описи, систематизована реферативна інформація та її аналіз тощо;
- висновки;
- список використаних джерел.

Види ІНДЗ:

- конспект із теми (модуля) за заданим планом або планом, який студент розробив самостійно (як виняток, для студентів денної форми навчання з невеликих за обсягом навчальних курсів та для студентів заочної форми навчання);
- реферат з теми (модуля) або вузької проблематики (як виняток, для студентів денної форми навчання з коротких навчальних курсів та для студентів заочної форми навчання);

- розв’язування та складання розрахункових або практичних (наприклад, ситуативних) завдань різного рівня з теми (модуля) або курсу;
- розроблення теоретичних або прикладних (діючих) функціональних моделей явищ, процесів, конструкцій тощо;
- комплексний опис будови, властивостей, функцій, явищ, об’єктів, конструкцій тощо;
- анотація прочитаної додаткової літератури з курсу, бібліографічний опис, історичні розвідки тощо;
- розроблення навчальних та діагностичних тестових завдань із навчальних курсів;
- розроблення тематики та позаняткових планів навчальних курсів та конспектів занять.

ПРИКЛАДИ ІНДЗ

| Навчальні дисципліни | Приклади ІНДЗ |
|--|---|
| Валеологія, вікова фізіологія, фізичне виховання | Складання індивідуальної картки фізичного розвитку, паспорту здоров’я та схем індивідуального фізичного розвитку людини або індивідуального графіка підвищення спортивної майстерності тощо |
| Інформатика | Розробка комп’ютерних програм, комп’ютерне моделювання явищ, процесів, конструкцій об’єктів, дизайн, створення баз даних тощо |
| Історичні | Історіографічний опис, біографічні дослідження, історичні нариси, складання схем історико-політичної та історико-економічної динаміки тощо |
| Фахові методики | Тематичне, позаняткове планування, пакети конспектів занять різних типів, дослідження елементів передового досвіду викладачів тощо |
| Педагогічні | Аналіз педагогічних ситуацій, розробка плану-сценарію позаурочного навчального та виховного заходу, аналіз елементів передового педагогічного досвіду тощо |
| Психологічні | Складання психодіагностичних тестів, тестів контролю знань, умінь і навичок студентів, психологічної характеристики студента, тощо. |

Порядок подання та захист ІНДЗ

1. Звіт про виконання ІНДЗ подається у вигляді скріпленого (зшитого) зошита (реферату) з титульною сторінкою стандартного зразка і внутрішнім наповненням із зазначенням усіх позицій змісту завдання (за об'ємом до 10 арк.)

2. ІНДЗ подається викладачу, який читає лекційний курс з даної дисципліни та приймає екзамен або залік, не пізніше ніж за 2 тижні до екзамену (заліку).

3. Оцінка за ІНДЗ виставляється на заключному занятті (практичному, семінарському, колоквіумі тощо) з курсу на основі попереднього ознайомлення викладача зі змістом ІНДЗ. Можливий захист завдання шляхом усного звіту студента про виконану роботу (до 5 хв.).

4. Оцінка за ІНДЗ є обов'язковим компонентом іспитової оцінки (диференційованого заліку, заліку) і враховується при виведенні підсумкової оцінки з навчального курсу. Питома вага ІНДЗ у загальній оцінці з дисципліни, залежно від складності та змісту завдання, може становити від 30 % до 50 %.

Курсова робота – один із видів індивідуальних завдань навчально-дослідницького, творчого чи проектно-конструкторського характеру, який має на меті не лише поглиблення, узагальнення і закріплення знань студентів з нової навчальної дисципліни, а й застосування їх при вирішенні конкретного фахового завдання і вироблення вміння самостійно працювати з навчальною і науковою літературою, електронно-обчислювальною технікою, лабораторним обладнанням, використовуючи сучасні інформаційні засоби та технології. Курсова робота є окремим заліковим кредитом навчальної дисципліни і оцінюється (визначається рейтинг) як самостійний вид навчальної діяльності студента.

За час навчання студент повинен виконати 2-3 курсові роботи з навчальних дисциплін, які є базовими для відповідної спеціальності, їх конкретна кількість визначається навчальним планом.

Тематика курсових робіт визначається кафедрами (предметними або цикловими комісіями) відповідно до змісту і завдань навчальної дисципліни. Вона повинна бути актуальною і тісно пов'язаною із вирішенням практичних фахових завдань.

Студентам надається право вільного вибору теми роботи із запропонованого кафедрою (методичною комісією) переліку. Студенти також можуть пропонувати свої теми.

Керівництво курсовими роботами здійснюють професори і доценти, які мають досвід науково-педагогічної і практичної роботи.

Захист курсової роботи проводить комісія у складі двох-трьох викладачів кафедри (методичної комісії), у тому числі керівника курсової роботи.

Якість виконання курсової роботи та результати її захисту оцінюються за шкалою оцінювання ECTS.

Бакалаврська робота – це індивідуальне завдання науково-дослідницького, творчого чи проектно-конструкторського характеру, яке виконує студент на завершальному етапі фахової підготовки і є однією із форм виявлення теоретичних і практичних знань, вміння їх застосовувати при розв'язуванні конкретних наукових, технічних, економічних, соціальних та виробничих завдань.

Магістерська робота – індивідуальне завдання науково-дослідницького, проектно-конструкторського характеру, яке виконує магістрант на завершальному етапі фахової підготовки і є однією із форм виявлення теоретичних і практичних знань, вміння їх застосовувати при розв'язуванні конкретних наукових, технічних, економічних, соціальних і виробничих завдань та містить елементи наукової новизни в даній галузі знань або напрямку практичної діяльності.

Наукові керівники магістерських й бакалаврських робіт призначаються з числа професорів і доцентів. У випадках, коли робота має прикладний характер, до керівництва її виконанням можуть залучатися висококваліфіковані фахівці відповідної галузі.

Студентам надається право запропонувати свою тему магістерської або дипломної роботи з обґрунтуванням доцільності її розробки. У таких випадках перевага надається темам, які продовжують тематику виконаної курсової роботи, або які безпосередньо пов'язані з місцем майбутньої професійної діяльності випускника.

Самостійна робота є основним засобом засвоєння студентом навчального матеріалу в час, вільний від обов'язкових навчальних занять, без участі викладача. Час, відведений для самостійної роботи студента, повинен становити біля 1/4 частини академічного кредиту і в навчальну та індивідуальну роботу викладача не обліковується. Співвідношення обсягів аудиторних занять і самостійної роботи студентів визначається з урахуванням специфіки та змісту конкретної навчальної дисципліни, її місця, значення і дидактичної мети в реалізації освітньо-професійної програми, а також питомої ваги в

навчальному процесі практичних, семінарських і лабораторних занять. Зміст самостійної роботи по кожній навчальній дисципліні визначається робочою навчальною програмою дисципліни та методичними рекомендаціями викладача.

Самостійна робота студентів забезпечується всіма навчально-методичними засобами, необхідними для вивчення конкретної навчальної дисципліни чи окремої теми: підручниками, навчальними та методичними посібниками, конспектами лекцій, навчально-лабораторним обладнанням, інтерактивними навчально-методичними комплексами дисциплін, електронно-обчислювальною технікою тощо. Студентам також рекомендується для самостійного опрацювання відповідна наукова література та періодичні видання.

Методичне забезпечення самостійної роботи студентів повинне передбачати й засоби самоконтролю (тести, пакет контрольних завдань тощо).

Викладач повинен передбачати використання відповідних форм контролю рівня засвоєння знань студентами звертаючи увагу на розуміння ними понять та термінів, міцність засвоєння теоретичних знань та прикладних умінь. Контроль сприяє тому, що у студентів:

- розвивається здатність до самоконтролю, як вміння критично ставитися до своїх навчальних досягнень, зіставляти досягнуті результати із навчальною програмою дисципліни;

- створюються умови для формування психологічної готовності до самостійної роботи. З цією метою необхідно адаптувати навчальні матеріали для самостійного опрацювання, виділити час та місце для самостійної роботи, здійснювати систематичний контроль за ходом виконання завдань самостійної роботи. При тому, психологічна готовність студентів пов'язана із розвитком умінь сприймати та відтворювати отриману інформацію, здійснювати аналіз та порівняння різних точок зору, зіставляти та узагальнювати, складати тези, схеми, таблиці, аргументувати висновки. Доцільним є також рішення пізнавальних завдань студентами, аналіз запропонованих викладачем ситуацій та надання допомоги щодо виправлення помилок.

Самостійна робота студента над засвоєнням навчального матеріалу з конкретної навчальної дисципліни може виконуватися у бібліотеці, навчальних кабінетах і лабораторіях, комп'ютерних класах, а також у домашніх умовах.

Викладач визначає обсяг і зміст самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, розробляє методичні засоби проведення поточного та підсумкового контролю, здійснює

діагностику якості самостійної роботи студента (як правило, на індивідуальних заняттях), аналізує результати самостійної навчальної роботи кожного студента.

Контроль успішності студента та якості навчання

Здійснюється з використанням методів і засобів, що визначаються вищим навчальним закладом. Академічні успіхи студента педагогічного університету визначаються за допомогою системи оцінювання, що використовується у закладі вищої освіти, реєструється у ЗВО з обов'язковим переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Навчальні досягнення студента з усіх видів виконуваних робіт (теоретична підготовка, практичні роботи, ІНДЗ, наукова робота тощо) оцінюється кількісно (визначається рейтинг), а підсумкові оцінки формуються з усіх навчальних дисциплін за традиційною шкалою.

Оцінки студентів можна виставляти так

| За шкалою ECTS | За національною шкалою | За шкалою навчального закладу (як приклад) |
|----------------|--|--|
| A | Відмінно | 90-100 |
| BC | Добре | 75-89 |
| DE | Задовільно | 60-74 |
| FX | Незадовільно з можливістю повторного складання | 35-59 |
| F | Незадовільно з обов'язковим повторним курсом | 1-34 |

FX означає: «незадовільно» – необхідно виконати певну додаткову роботу для успішного складання; F означає: «незадовільно» – необхідна значна подальша робота.

Підсумкова (загальна) оцінка з навчальної дисципліни є сумою рейтингових оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювані форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове тестування рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи (модульний контроль); оцінка (бали) за виконання лабораторних досліджень; оцінка (бали) за практичну діяльність під час практик; оцінка за ІНДЗ; оцінка за курсову роботу; оцінка (бали) за участь у наукових конференціях, олімпіадах, наукові публікації.

Приклад оцінювання (визначення рейтингу) навчальної діяльності студента

| Модуль 1 (поточне тестування) | | | | Модуль 2 (ІНДЗ) | | | Підсумковий контроль | Сума | |
|----------------------------------|----|----|----|---------------------|----|----|----------------------|------|-----|
| Змістовий модуль I | | | | Змістовий модуль II | | | 40 | 35 | 100 |
| 10 | | | | 15 | | | | | |
| T1 | T2 | T3 | T4 | T5 | T6 | T7 | | | |
| 2 | 2 | 2 | 4 | 5 | 5 | 5 | | | |

Питома вага оцінки кожного з видів навчальної роботи студента у підсумковій (загальній) оцінці визначається виходячи із їх вагомості у теоретичній та практичній підготовці фахівця, структури та змісту навчальної дисципліни. Підсумкова оцінка виставляється або після повного завершення вивчення навчальної дисципліни, або після завершення вивчення окремого змістового модуля (групи змістових модулів), якщо це передбачено навчальним планом. В останньому випадку в кінці вивчення навчальної дисципліни формується підсумкова оцінка з навчальної дисципліни, яка виводиться як середнє арифметичне із проміжних оцінок за змістові модулі, або формується на основі середньої оцінки за змістові модулі та проведення додаткового підсумкового тестування (наприклад, кваліфікаційний екзамен з педагогіки). До академічної довідки студента як основна вноситься підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни, а в дужках подаються відомості про результати оцінювання окремих змістових модулів.

Державна атестація студентів проводиться відповідно до чинної нормативної бази.

Відтак, перенесення акценту на самостійну пізнавальну діяльність студента, на створення в нього позитивного емоційного ставлення до навчальної роботи дозволяє сформувати критичність мислення (особисту думку, оцінку своїх знань та вмінь, здатність приймати самостійне рішення), вміння вести дискусію, обґрунтовувати свою позицію, здатність ставити нові питання, готовність до стійкої потреби в самоосвіті. Можна зазначити, що у студентів педагогічного університету під керівництвом викладача, формується індивідуальний стиль самостійної роботи, який породжує прагнення до розкриття своєї індивідуальності, а сама навчально-пізнавальна діяльність студента стає самокерованою та внутрішньо мотивованою, якщо він бачить результати докладених зусиль, отримує адекватну методичну та дидактичну підтримку.

4.3. Самоосвітня діяльність особистості

Роль освіти і самоосвіти у становленні особистості

Поняття змісту освіти. Зміст освіти – система наукових знань, умінь і навичок, оволодіння якими забезпечує всебічний розвиток розумових і фізичних здібностей студентів, формування їх світогляду, моралі та поведінки, підготовку до суспільного життя, до праці.

Зміст освіти зазнавав якісних змін на всіх етапах розвитку суспільства під впливом різних чинників: соціально-економічних відносин, рівня розвитку виробництва, науки, техніки й культури, розвитку освіти та педагогічної теорії, мети і завдань виховання, які ставить суспільство перед вищою освітою.

Відповідно до Закону України «Про освіту» система освіти в сучасній Україні складається з таких ланок: дошкільна освіта; загальна середня освіта; позашкільна освіта; професійно-технічна освіта; вища освіта; післядипломна освіта; аспірантура; докторантура; самоосвіта. Встановлено й відповідні освітні рівні: початкова освіта; базова загальна середня освіта; повна загальна середня освіта;

професійно-технічна освіта; базова вища освіта; повна вища освіта. До освітньо-кваліфікаційних рівнів віднесено такі: кваліфікований робітник, молодший спеціаліст, бакалавр; спеціаліст, магістр.

Зміст освіти полягає у забезпеченні передання та засвоєння підростаючим поколінням досвіду старших поколінь, змісту соціальної культури з метою його розвитку. Цей досвід охоплює: знання про природу, суспільство, техніку і способи мислення; досвід здійснення відомих способів діяльності, що втілюються разом зі знаннями в уміннях і навичках особистості, яка засвоїла цей досвід; досвід творчої, пошукової діяльності щодо вирішення нових проблем, які постають перед суспільством, потребують самостійного перетворення раніше засвоєних знань і умінь у нових ситуаціях, формування нових способів діяльності на основі вже відомих; досвід ціннісного ставлення до об'єктів або засобів діяльності людини, його вияв у ставленні до довколишнього світу, інших людей.

Зміст освіти повинен відповідати соціальному замовленню суспільства (завданням всебічного розвитку людини), забезпечувати високу наукову і практичну значущість навчального матеріалу. Він має враховувати реальні можливості процесу навчання (закономірності, принципи, методи, організаційні форми, рівень загального розвитку студентів, стан навчально-методичної та матеріальної бази ЗВО), забезпечувати соціальне детерміновану єдність у конструюванні та реалізації змісту освіти з позиції навчальних предметів.

Взаємозв'язок самоосвіти з самовихованням

Освіта і самоосвіта, як виховання і самовиховання – дві сторони процесу формування особистості. Самовиховання – свідомо діяльність людини, спрямована на вироблення у себе позитивних рис і подолання негативних. Самовиховання успішно здійснюється за певних умов. Передусім воно потребує від людини знання самої себе, вміння оцінювати власні позитивні й негативні риси. Щоб збагатити студентів університету відповідними знаннями і вміннями, вивчається ряд дисциплін з психічної діяльності людини. Для взаємозв'язку самоосвіти й самовиховання розглянемо найбільш дієві прийоми.

Прийом самопереконання. Його суть полягає в тому, що студенту пропонують у певній конкретній ситуації знайти аргументи й за їх допомогою переконати себе в тому, правильно чи неправильно він вчинив, або в конфліктній ситуації переключити думки на інші теми і справи, які б відвернули його від конфлікту, заспокоїли.

Приєм самонавіювання. Його пропонують використовувати у випадках, коли необхідно подолати в собі страх перед труднощами, невпевненість у власних силах, нерішучість. Самонавіювання передбачає повторення студентом подумки або вголос певних суджень. Наприклад, щоб подолати запальність, можна запропонувати таке судження: «Ненавиджу в собі запальність. Я повинен й можу її позбутися».

Приєм самопідбадьорювання. Він ефективний, коли студент, особливо першого курсу, губиться в складних ситуаціях, зневірюється у власних силах та можливостях.

Приєм самозаохочення. Застосовують у випадках, коли студент, долаючи певні труднощі, виконав складне завдання. До них вдаються, коли необхідно подолати негативні риси особистості.

Приєм самопримусу. Допомогає у боротьбі з внутрішньою неорганізованістю, небажанням вчитися чи працювати, з лінощами.

Приєм самоаналізу. Йому належить вирішальна роль у самовихованні. Він передбачає уміння аналізувати свої вчинки, давати їм певну оцінку.

Практичні прийоми. До них, зокрема, належить прийом «крок уперед» – щоденне планування діяльності на наступний день. Доповнює його прийом «оцінювання прожитого дня» – аналіз студентом своїх дій, вчинків та недоліків.

Приєм «правила моєї поведінки». Полягає у дотриманні складених для студента правил поведінки. Привчає до виконання своїх обов'язків.

Приєм самозобов'язання. Передбачає планування студентом роботи над собою на місяць, семестр або рік, залежно від того, які риси особистості він прагне сформувати чи подолати і в який термін.

Приєм «упізнай себе». Має характер гри: куратор дає неповну характеристику студенту, не називаючи його прізвища, той впізнає себе, а товариші доповнюють цю характеристику.

Прийоми «самохарактеристики» та «взаємохарактеристики». Полягають у тому, що підготовлені таким чином характеристики обговорюються в колективі, це привчає студентів до самоаналізу й дає викладачу багатий матеріал для роботи з ними.

«Самовиховання потребує, – писав В.О. Сухомлинський, – дуже важливого, могутнього стимулу – почуття власної гідності, поваги до самого себе, бажання стати сьогодні кращим, ніж був учора. Самовиховання можливе тільки за умови, коли душа людини дуже чутлива до найтонших, суто людських засобів впливу – доброго слова,

поради, ласкавого чи докірливого погляду. Не може бути й мови про самовиховання, якщо людина звикла до грубості й реагує тільки на «сильне» слово, окрик, примус. За самою суттю своєю самовиховання передбачає віру людини в людину, звертання до честі й гідності людини. Педагогічне керівництво самовихованням – це насамперед відносини між педагогом й вихованцем, пройняті глибокою взаємною вірою в добрі наміри».

Методи самоконтролю та самооцінки

Метод самоконтролю – усвідомлене регулювання студентом своєї діяльності задля забезпечення таких її результатів, які б відповідали поставленим цілям, вимогам, нормам, правилам, зразкам. Мета самоконтролю – запобігання помилкам та сприяння їхньому виправленню.

Показником сформованості контрольних дій, а отже, й самоконтролю є усвідомлення студентами правильності плану діяльності та її операційного складу, тобто способу реалізації цього плану. Ефективний засіб формування в студентів навичок самоконтролю – використання перевірок у поєднанні з контролем з боку викладача. У процесі навчання слід знайомити студентів з метою виконуваної роботи, вимогами до неї, способами виконання, прийомами самоконтролю й шляхами їх удосконалення. Важливу роль у самоконтролі відіграють педагогічна оцінка та самооцінка. Від ефективності самооцінки залежить здатність студента знаходити помилкові дії, запобігати їм й таким чином підвищувати результати самоконтролю. Для самоконтролю нерідко використовують звукозапис.

Метод самооцінки передбачає критичне ставлення студента до своїх здібностей і можливостей та об'єктивне оцінювання досягнутих успіхів. Стосовно самооцінки студентів поділяють на таких, що переоцінюють себе, недооцінюють себе, оцінюють себе адекватно. Для формування самоконтролю і самооцінки викладач повинен мотивувати виставлену студенту оцінку, пропонувати йому оцінити свою відповідь, організувати в групі взаємоконтроль, рецензування відповідей інших студентів тощо.

Самоконтроль та самооцінку можна застосовувати до тієї частини знань, умінь й навичок, рівень засвоєння яких можуть легко визначити самі студенти – формул, правил, географічних назв, історичних фактів, віршів.

Для організації самоконтролю знань студентів ознайомлюють з нормами і критеріями оцінювання знань, звертаючи увагу, що

помилки можуть бути істотні та менш істотні з огляду на мету контролю. Результати самоконтролю і самооцінки знань з окремих тем фіксують у журналі успішності групи. Це робить їх вагомими, впливає на посилення відповідальності студентів за навчальну роботу, виховання почуття власної гідності, чесності.

В основі самоосвіти лежать прийоми діяльності, установки, навички й уміння:

- ставити цілі, визначати засоби і способи їхнього досягнення, розуміти сенс поставленого завдання, аналізувати і оцінювати власну діяльність, розставляти смислові акценти;
- бути сприйнятливим до навколишньої дійсності, критичним і самокритичним в оцінці власних дій і вчинків та оточуючих;
- здійснювати свідомий вибір і нести за нього відповідальність;
- використовувати і виробляти нові прийоми внутрішнього стимулювання самоосвітньої діяльності, створювати на цій основі дієвий інструментарій самопідтримки;
- розширювати особові освітні інтереси й потреби.

Самоосвіта неможлива без добре сформованої культури розумової праці – системи раціональних способів розумової діяльності, що складається перш за все з процесів прийому, засвоєння, переробки і передачі знань. Для цього необхідний достатньо високий рівень розвитку сприйняття, уваги, уваги, пам'яті, мислення, креативності, всіх компонентів саморегуляції. Тому формування культури самоосвіти неможна без розвитку пізнавальних і творчих здібностей. На думку Г.М. Коджаспірової під культурою самоосвіти прийнято розуміти як високий рівень розвитку всіх компонентів самоосвіти, так і систему здібностей, знань, умінь і навичок, необхідних для здійснення цілісної діяльності.

Метою сучасного навчання відповідно до освітніх стандартів є не тільки засвоєння навчальних дисциплін, але й розвиток здібності до самоосвіти, саморозвитку, до розширення й ускладнення індивідуальних інтелектуальних ресурсів особи. Робота в даному напрямі за наслідками дослідження багатьох учених ведеться хаотично.

У даній монографії розглядаються питання теорії й практики виховання культури самоосвіти й формування готовності до особистісного самовизначення. В наш час відсутня єдина методична система формування культури самоосвіти й готовності до особистісного самовизначення.

Причини невирішеності даної проблеми:

- недостатня увага викладачів стимулюванню (формуванню) навчально-пізнавальної мотивації студентів, виробленню навичок розумової праці і умінь самостійної роботи;

- відсутність системи розвитку пізнавальних і творчих здібностей, вдосконалення загальнонавчальних (міждисциплінарних) умінь і навичок;

- формальний й некомпетентний підхід викладача з погляду логіки до процесу утворення наукових понять (на базі формування логічних операцій з поняттями), засвоєння знань й застосування придбаних умінь й навичок на практиці;

- слабка психологічна й валеологічна компетентність викладачів в питаннях вікової психології, закономірностей розвитку вищих психічних функцій (сприйняття, пам'яті, мислення), технології вироблення системних компонентів саморегуляції, самозбереження фізичного й психічного здоров'я.

Однією з цілей даної монографії є вироблення у студентів університету соціального фаху культури самоосвіти й готовності до особистісного самовдосконалення. Основні напрямки цього процесу є:

- формування адекватного уявлення у студентів про свій особистісний потенціал на основі знань закономірностей психічних процесів, самопізнання й самодіагностики;

- вироблення чіткої життєвої позиції, сприяючої входженню особистості в світ соціальних відносин й що забезпечує орієнтацію на успіх, здоров'я, творчу діяльність, досягнення вершини свого розвитку;

- озброєння стратегією й правилами етичного усвідомленого вибору й виховання відчуття відповідальності, яку повинна нести людина за свій вибір;

- формування твердого уявлення про самоосвіту й особистісне самовизначення як умови життєвого успіху.

Для успішного процесу самоосвіти необхідно сприяти стимулюванню навчально-пізнавальної мотивації на основі:

- організації мотиваційного середовища, гуманних відносин між викладачем і студентами;

- формування мотивації досягнення, причинних схем, особистісної причинності;

- вироблення умінь оцінювати власні досягнення, виділяти головне, робити вибір і нести за нього відповідальність, ставити цілі діяльності і слідувати наміченому плану;

- виховання самостійності, організованості;
- розвитку пізнавальних і творчих здібностей за допомогою: використання потенційних можливостей студентів; роз'яснення їм суть пізнавальних і творчих процесів, психологічних закономірностей і механізмів їх розвитку; організації якісного засвоєння конкретних дій (прийомів самоорганізації уваги, осмисленого запам'ятовування і тому подібне) і вироблення умінь їхнього практичного використання; вдосконаленню мислення; справжньому засвоєнню прийомів і методів інтелектуальної і практичної діяльності, знань основ логіки, деяких методів пізнання; виробленню навичок самостійної навчальної роботи; формуванню всіх компонентів саморегуляції і навичок самоврядування; організації справжнього самонавчання.

Основні завдання викладача університету в процесі самоосвіти:

- свідоме, творче, міцне засвоєння студентами навчального матеріалу за допомогою його емоційного забарвлення, перетворення в особистісно значущий;

- організувати навколишнє середовище для природного самовираження студентів за допомогою засвоєння ними прийомів групової і колективної форм навчальної роботи, принципів педагогіки і тому подібне.

Основні вимоги до рівня підготовки викладача який керує самоосвітою студентів:

Сприймати студента як самозмінний суб'єкт учіння, виховувати в ньому потребу в самопізнанні і самоудосконаленні, формувати у нього загальні прийоми і методи інтелектуальної і практичної діяльності.

Модернізація освіти диктує сучасному викладачу необхідність володіти глибокими знаннями в області психології особистості студента, уміти в процесі побудови заняття спиратися на індивідуальні особливості і здібності, спрямовувати процес розвитку, який багато в чому зводиться до розвитку цих здібностей.

У системі підготовки викладача провідне місце повинне відводитися психології, валеології і логіці. Щоб, наприклад, управляти увагою, треба знати її особливості, пам'ятати, що обов'язкова умова стійкості уваги – чергування напруги і розслаблення. Щоб навчати прийомам роботи, яка зберігає здоров'я, необхідні загальні знання валеології. Щоб учити грамотно формулювати визначення понять, необхідно знати правила дефініції і мати уявлення про помилки, можливі при визначенні понять. Знання логіки допоможуть,

наприклад, і при осмисленому запам'ятовуванні, засвоєнні, при виробленні інтелектуальних і практичних умінь.

Завдання сучасного викладача ЗВО – створити необхідні умови для самостійного придбання знань, для формування у студентів прийомів розумової роботи, навичок продуктивного мислення необхідних студентам для особистісного і професійного самовизначення.

Завдання сучасного викладача по розвитку мислення студентів і організації засвоєння ними навчального матеріалу полягає в тому, щоб:

- дати загальне і доступне уявлення про процес учіння, про проблеми, пов'язані із засвоєнням навчального матеріалу і його застосуванням, про закони розвитку психічних процесів і здібностей (особливо, мислення) і про науки, що вивчають їх;
- показати логічний аналіз у дії, в застосуванні до змістовно-цікавих проблем, що зустрічаються в повсякденній практиці;
- навчити інтерпретації матеріалу, припущенням про подальший хід явищ, подій, прогнозам наслідків і результатів;
- розвинути навички використання вивченого раніше матеріалу в нових конкретних умовах і ситуаціях;
- розвинути здатність комбінувати елементи теорії для отримання більш цілісного результату, що має новизну;
- навчити розумінню матеріалу на новому рівні узагальнення, шляхом перетворення, трансляції матеріалу з однієї форми виразу в іншу, використовуючи закони і символи логіки.

Критеріями і показниками готовності викладача до формування культури самоосвіти студентів, вихованню їхнього особистісного і професійного самовизначення є наступні:

- професійна компетентність в питаннях самовизначення, самопізнання, самоудосконалення;
- володіння тими якостями, які він виховує у студентів;
- прагнення до власного розвитку і вдосконалення;
- володіння прийомами, що забезпечують включення студентів в особистісне і професійне самовизначення.

Позиція такого педагога припускає орієнтацію на успіх, здоров'я, творчу діяльність, високі результати праці. Вона спонукає викладача до об'єктивної самооцінки і рефлексії, постійного пошуку нових розвиваючих технологій, до освоєння нових способів викладання, до відходу від стереотипів в професійній діяльності.

Оскільки неодмінною умовою розвитку творчого мислення і стимулювання творчої діяльності студентів є надання їм можливості якомога частіше висловлювати свої думки, ідеї, то викладачу університету при цьому необхідно бути дуже уважним слухачем. На кожного вихованця слід дивитися як на індивіда з особливими можливостями.

Учіння – творче засвоєння студентами знань, умінь і навичок. Акт засвоєння знань складається з процесів сприйняття, розуміння, осмислення, узагальнення, закріплення і застосування. Тому із заняття в заняття на окремих прикладах слід виробляти у студентів уміння послідовно «проходити» всі етапи процесу засвоєння. У цьому вчиться покликані допомогти операції мислення, правила ефективного сприйняття інформації, прийоми смислового запам'ятовування.

Доцільно використовувати в процесі викладання психолого-педагогічні технології, які зберігають здоров'я.

Студенти повинні знати, що:

- недоліки нашого характеру і поведінки – це результат недостатнього самонавчання, саморозвитку і самовиховання;

- погані звички і властивості характеру краще виправити сьогодні, ніж завтра, все можна виправити, варто тільки сильно захотіти;

- всі наші успіхи і невдачі в справах залежать від нас самих і, щоб самоосвіта була успішною, слід знати, уміти, хотіти і встигати робити те, що треба і корисно;

- скільки б ми не вчилися, скільки б не знали, знання і освіті немає меж. Ніколи не варто припиняти самоосвітню діяльність.

Студенти, які займаються самоосвітою повинні навчитися:

- керуватися в будь-якій навчальній ситуації принципами навчальної роботи, які зберігають здоров'я;

- усвідомленню завдання;

- постановці цілей і вибору оптимальних шляхів і засобів їх досягнення;

- визначенню об'єкту і вибиранню (створенню) необхідних засобів діяльності;

- визначенню послідовності і тривалості етапів діяльності;

- побудові моделі (алгоритму) діяльності;

- умінню цінувати, розраховувати і ефективно використовувати свій час;

- організації режиму роботи, свого робочого місця (наявність і стан навчальних засобів, їх раціональне розміщення);
 - умінню розрахувати свої сили й скласти план роботи;
 - організації багатьох видів самостійної роботи;
 - визначенню порядку й способів розумових дій;
 - самоконтролю і самоаналізу дій і вчинків;
 - практичному застосуванню правил самоорганізації й саморегуляції особи;
 - осмисленню, розумінню, засвоєнню навчального матеріалу;
 - умінню співвідносити відомий матеріал з невідомим;
 - засвоєнню практичної значущості матеріалу;
 - відповідальному відношенню до своїх слів, побудови питання, відповіді;
 - умінню активно слухати оточуючих, поважати чужу думку, відстоювати свою точку зору, працювати в групі й колективі;
 - основним видам публічних виступів (вислів, монолог, дискусія);
 - грамотній підготовці до аудиторних й позааудиторних занять, залікам, іспитам й ефективній роботі під час їх проведення;
 - практичному використанню прийомів раціонального читання, ефективних способів розумової діяльності;
 - бібліографічному пошуку інформації;
 - складанню конспектів, доповідей, рефератів;
 - плануванню й здійсненню самонавчання;
 - практичному використанню методів самоосвіти, універсальних методів пізнання;
- а також:
- об'єктивно сприймати і аналізувати навколишню дійсність;
 - виділяти істотні властивості предметів, явищ;
 - виявляти й розуміти закономірності подій, явищ;
 - встановлювати всі можливі зв'язки й відносини об'єктів навколишнього світу, виявляти причинні зв'язки між явищами, подіями;
 - самостійно й мотивовано планувати і організувати свою пізнавальну діяльність;
 - використовувати наявні знання з максимальною ефективністю, створювати найбільш вигідні умови для придбання нових знань, для їх повідомлення;

- знаходити й вирішувати суперечності;
- здійснювати перенесення операцій і прийомів мислення з однієї області в іншу (у змінену ситуацію);
- прогнозувати розвиток явищ, подій, робити обґрунтовані висновки;
- критично і творчо підходити до рішення задачі, проблеми, визначати власне відношення до явищ життя;
- набувати необхідних знань для вирішення проблеми;
- будувати, аналізувати і вирішувати непрості проблемні ситуації;
- ставити питання, формулювати гіпотези;
- порівнювати, узагальнювати, ділити і класифікувати поняття; встановлювати зв'язки і відносини між поняттями;
- утворювати поняття формулювати визначення понять;
- чітко, послідовно, несуперечливо, обґрунтовано міркувати;
- грамотно формувати думку і виражати її в ясній виразній формі;
- доводити істинність своїх думок, висновків і спростовувати помилкові за допомогою стрункої системи аргументів;
- вчасно розпізнавати різні прийоми в спірних питаннях, уникати парадоксальних думок і думок з «подвійним сенсом»;
- «переходити» від мислення, заснованого на формальній логіці, до мислення, заснованого на діалектичній логіці;
- інтерпретувати інформацію (піддавати логічній обробці);
- знаходити закономірності й асоціації для кращого запам'ятовування;
- пригнічувати мимовільні перемикання уваги на сторонні об'єкти;
- враховувати особливості своїх психічних процесів в житті й навчанні;
- використовувати свою уяву у напрямі прогресивного саморозвитку, не зациклюючись на пасивній мрійливості;
- дбайливо й грамотно відноситися до свого здоров'я і здоров'я оточуючих;
- розуміти значення самоосвіти в особистісному і професійному самовизначенні;
- виконувати дослідження з виявлення властивостей особистості, сприяючих самоосвіті.

Отже, принциповим положенням в організації самоосвітньої діяльності є диференціація навчання. Це означає, що, засвоюючи загальний курс, одні навчаються в своїх результатах обмежуватись рівнем обов'язкової підготовки, інші відповідно до своїх схильностей досягають вищих рубежів. Диференціація вимог до студентів покликана забезпечити їх посиленою роботою й сформувати позитивне відношення до навчання і пізнання. Важливу роль в навчанні грають тренінги й вправи на розвиток всіх здібностей, умінь і навичок, що формують культуру самоосвіти. Освітній процес під час занять необхідно орієнтувати на раціональне поєднання усних і письмових видів роботи, простих і складних.



РОЗДІЛ

5 ДЕЯКІ АСПЕКТИ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

5.1. Самоорганізація особистості

**5.2. Педагогіка самовдосконалення і розвиток
особистості**

5.3. Самомоніторинг особистості

5.1. Самоорганізація особистості

Соціальна самоорганізація передбачає процес самопізнання, самовизначення, саморозвитку та самореалізації. Вона має вирішальний вплив на формування світогляду й морально-етичних переконань, на практичний вияв громадянських почуттів. Самоорганізація особистості людини (СОЛ) виявляється в цілеспрямованості, активності, обґрунтованості мотивації та плануванні діяльності, самостійності й швидкості прийняття рішень, оцінюванні наслідків праці, почутті обов'язку (К. Платонов). Проблема самоорганізації особистості виникла на теренах загальнонаукової концепції самоорганізації та є похідною нової наукової парадигми – синергетики, яка досліджує самоорганізуючі системи.

Людина як біосоціальна істота здатна до двох видів самоорганізації – біологічної та соціальної. Перша, зумовлена генетичною програмою розвитку й автоматично забезпечує соматичний розвиток індивіда. Соціальна самоорганізація здобувається упродовж життя під впливом соціального середовища, системи виховання, предметно-практичної та особистісно-рольової діяльності людини.

Найсприятливіший стартовий період навчання людини самоорганізації – дитинство та ранній підлітковий вік, коли дитина найбільш чутлива до виховного впливу дорослих через наслідування, ідентифікації, ампліфікації її ігрової та навчальної діяльності. Важливим періодом для самоорганізації є навчання у вищій.

Методика самоорганізації особистості студента охоплює:

- загальне поняття про самоорганізацію як науково-практичну проблему;
- основні положення методики та її загальний зміст;
- перелік основних соціально-психологічних та організаторських новоутворень студентів;
- педагогічні основи управління процесом самоорганізації особистості студента;

- перелік практичних заходів специфічного призначення.

Основоположним моментом у виникненні самовизначення є розвиток особистісних смислів та формування ціннісно-сислової системи. Д.І. Фельдштейн вважає, що особистісне самовизначення є компонентом розвитку людини як особистості та забезпечує побудову життєвих перспектив, планів можливостей її творчої активності.

Шанс зробити своє життя вагомим, повноцінним дає людині життєва перспектива і спонукає її до подальшого вдосконалення реальної практичної діяльності. Щодо самовизначення, то воно виступає механізмом, що дає змогу бачити спонукальний вплив свідомості людського буття.

Формування системи особистісних смислів і цінностей потребує від студентів університету об'єднати всі знання про себе. Усвідомлення свого минулого та майбутнього, яке логічно з нього випливає, має вагоме значення для самовизначення:

- щоб молода людина сприймала себе «внутрішньо тотожною самій собі»; оточуючі теж повинні бачити цю тотожність і цілісність в індивідіві;

- в юнака повинна бути впевненість в тому, що внутрішній і зовнішній плани цієї цілісності узгоджуються між собою;

- юнацьке сприйняття самого себе має підкріплюватися досвідом міжособистісного спілкування через зворотній зв'язок.

Оцінка самого себе, об'єднання оцінок та знань в єдине ціле, співвідношення їх із суспільною реальністю (актуальними завданнями, які вона висуває перед молодою людиною та вимагає їїнього вирішення) дає змогу встановити нові стосунки з батьками, ровесниками, іншими значущими людьми.

Зміст методу самоорганізації можна відобразити такою формулою: з'являючись на світ, людина через подальшу вмотивовану життєдіяльність, яка є продуктом її організації щодо зовнішніх умов, стає соціально-психологічним суб'єктом існування – особистістю. На певному відрізку життя вона досягає оптимального рівня усвідомлення самої себе як сукупності «Я» – понять і за допомогою самоаналізу вдається до самопізнання: з'ясовує, хто вона є, чого прагне, на що здатна. Маючи перед собою самопрогнозовану модель власного «Я», людина звертається до самоконтролю якісного рівня цієї тріади засобами самоконтролю (рефлексії). Відносячи до кожного з трьох її елементів процеси самовиховання, самонавчання та саморозвитку, особистість здійснює самокоригування свого руху до життєвої мети: ближньої (самовизначення) і віддалено (самореалізації).

Сформована особистість спочатку звертається до самооцінювання відповідних здібностей, можливостей та рівня морально-психологічної готовності, а потім – до самонавчання, мета якого – якнайповніше самовиявлення (виявлення в діяльності професійно-ділових та інших життєво актуальних особистісних якостей).

Отже, соціально-психологічна організація комплексу самостійних дій індивіда, спрямованих на опанування домінантної щодо зовнішніх умов життя та його мети, є самоорганізацією цієї особистості.

Критеріями сформованості самоорганізації студентів університету можна вважати:

- усвідомленість уявлень молодой людини про власне місце в житті;
- адекватне усвідомлення рівня свого інтелектуального розвитку;
- сформованість навчально-трудоових та побутово-етичних умінь і навичок;
- систематичне цілеспрямоване самовдосконалення з метою раціональної самореалізації.

Позитивною стороною особистісного самовизначення є те, що молода людина має здатність самостійно формувати систему цінностей, на базі яких вона досягне формування готовності до прийняття рішень відносно різноманітних аспектів життєвої перспективи. Людина перебуває у процесі пошуку рішень стосовно релігійних, етичних, політичних переконань, професійної долі. Вона постійно бореться зі світом конфлікуючих цінностей і альтернатив та постійно стикається з непередбачуваними обставинами та суперечностями. Цей процес є нормальним явищем у період ранньої юності, хоча він може спостерігатись і у студентські роки. Розвиток особистісного самовизначення є складним і суперечливим у процесуальному плані.

На першому курсі навчання в університеті проявляється досягнення єдності уявлень про себе, своє місце у світі, у системі міжособистісних взаємин у професійному самовизначенні. У цей період цінним є прагнення молодой людини дотримуватися сформульованих для себе моральних норм, ціннісних орієнтацій. Це засвідчує перехід молодой людини на вищий щабель особистісного самовизначення, оскільки цей статус передбачає остаточне прийняття рішень та зобов'язань на основі зробленого вибору.

Центральною ланкою методу самоорганізації має бути педагогічний алгоритм, який зобов'язує викладача відкрити, захопити й спрямувати кожного студента на шлях самотворення.

Відкрити студента – означає цікаво, змістовно й доказово, спираючись на його знання та життєвий досвід, розкрити йому його самого: хто він є, чого хоче, що може, що і як він чинить, аби задовольнити власні життєві потреби. Слід переконати студента, що він, як самоспрямована, самопрограмована, самодіяльна та самоорганізуюча розумна істота, суб'єкт свого становлення, здатен задовольнити власні потреби лише тоді, коли розвине у собі власні сутнісні сили, здібності та вміння у процесі навчання й виховання.

Захопити студента процесом самоорганізації можна лише, коли він на власному досвіді переконується в можливості самостійно вдосконалювати свої здібності та вміння на основі опанування науково обґрунтованих методів учіння, саморозвитку пам'яті, мислення, волі, мовлення тощо. Чинником захоплення молодих людей самоорганізацією є залучення їх до конкретної предметно-рольової та особистісно значущої діяльності в студентському середовищі. Його завдання – надати кожному студенту реальну можливість виявити й утвердити власне «Я» в альтруїстичному плані.

Спрямувати студента університету на шлях формування себе як розумної, гуманної, енергійної, добропорядної, творчої особистості – означає дати достовірні знання про мету й сенс людського життя, про неминучі труднощі, суперечності, допомогти творчо опанувати головні компоненти самоорганізації – самоконтроль, самопізнання, самоаналіз, самовиховання та антиципацію (передбачення).

Навчання студентської молоді самоорганізації допомагає їм опанувати компетентність щодо самих себе: систему знань про природу людини, власні потенційні можливості та способи їх реалізації. Зокрема, першокурсникам пропонується для позанавчального вивчення такий перелік питань:

- можливості, закономірності й методи всебічного розвитку особистості, що впливають із досягнень сучасних наукових знань (генетики, психології, педагогіки, ергономіки, кібернетики тощо);
- основи самопізнання, свідомості та самосвідомості, цілепокладання, формування волі, виховання інтелекту, творчих, організаторських здібностей та вмінь;
- учіння й праця як головні чинники розвитку сутнісних сил людини;
- сутність, зміст і методи самоорганізації особистості: самовиховання, самонавчання, саморозвиток;

- саморозвиток мислення, мовлення, умінь переконувати словом та власним прикладом;
- перспективне й оперативне планування діяльності, спрямованої на самоорганізацію особистості тощо.

Студенти педагогічного університету можуть користуватись адаптованими пам'ятками та правилами з особистісної самоорганізації. Достатньо підготовлені молоді люди ведуть щоденник самоаналізу, який складається з кількох розділів.

У 1 розділі студент занотує правила свого життя, моральний ідеал, мету, самообов'язки в навчанні та праці.

У 2 розділі щоденника занотує всі корисні справи, які виконав, щоб опанувати раціональну самоорганізацію та принести користь людям в майбутній професії.

3 розділ присвячений науковій організації навчальної праці. Тут фіксуються різні пам'ятки, поради, правила самоорганізації – як рекомендовані, так і самостійно розроблені студентом.

4 розділ допомагає спрямувати свою діяльність, вчинки відповідно до плану саморозвитку та програми самовиховання. Сюди ж записуються приклади з життя видатних людей, про яких студенти дізнаються з книг, кінофільмів, розповідей старших або інших джерел. У цьому розділі вміщується сторінка крилатих висловів, віршів, уривків із прозових творів про місце й значення самовиховання в житті людини.

5 розділ призначений для запису своїх роздумів і сумнівів, монологів та висновків щодо власної самоорганізації.

6 розділ інформаційно-довідковий. У ньому студент веде облік своєї успішності, дає перелік власних помилок, занотує графіки консультацій, заліків, розклад занять, список цікавих книг, публікацій у газетах та журналах тощо.

З метою вироблення у студентів послідовності заняттями СОЛ, їм пропонуються такі теми для творчих роздумів: «Моя самоорганізація», «Яку перемогу я одержав над самим собою», «Яким я був учора, яким я буду завтра», «Хто і який мій найголовніший вихователь» тощо.

Досвід опанування студентами основ людинознавства та самоорганізації особистості переконує, що для оптимізації цього процесу доцільно навчати їх не стільки вербально, скільки практично, залучаючи до роботи в межах студентських груп.

Створення в університеті сприятливих психологічних умов довіри, творчих взаємин сприяє залученню майбутніх фахівців до занять порівняно складними питаннями СОЛ:

- опануванням техніки позитивного самовпливу;
- розвитком алгоритмічного мислення, що сприяє з найменшою витратою сил, засобів, психічної та фізичної енергії, часу розв'язувати проблеми та завдання, які у них виникають;
- удосконаленням академічних, організаторських, творчих, експресивних здібностей та вмінь;
- розвитком уміння розумно й тактовно розв'язувати неминучі в житті конфліктні ситуації та принципи суперечності;
- опануванням основами педагогічного спілкування, що дає змогу передавати свої знання щодо самоорганізації іншим;
- виявленням негативних якостей та властивостей власного характеру та пошуком діяльних шляхів їх подолання тощо.

Планомірне й систематичне навчання студентів університету основ самоорганізації особистості, залучення до процесу самоорганізації має велику ефективність:

- активізує всі види діяльності та спонукає виявляти зустрічні зусилля стосовно свого навчання, виховання й розвитку, що сприяє підвищенню успішності, дисципліни, організованості;
- сприяє ефективному самопізнанню, самовизначенню, самореалізації;
- формує високе почуття відповідальності за власну поведінку, що, безумовно, оптимізує соціалізацію особистості, виробляє правильну самооцінку, привчає до рефлексії та антиципації, самоконтролю поведінки;
- прискорює формування головного чинника розвитку особистості – суб'єктного. Завдяки цьому людина повною мірою використовує для самовдосконалення всі ті багатства, які надає біосоціальний чинник її становлення як особистості;
- знімає з студентів властивий їм опір педагогічному впливові ззовні, роблячи їх самокритичними та сприйнятливими до педагогічних вимог, що автоматично прискорює цивілізований розвиток;
- надійно запобігає здійсненню молодими людьми злочинів та правопорушень;
- суттєво полегшує працю викладача, звільняючи від постійного й неприємного обов'язку підганяти, контролювати, примушувати учитися, правильно поводитися;

▪ надає можливість педагогові швидше й точніше виявляти індивідуальні особливості молодих людей та обґрунтованіше керувати якістю навчання й розвитку кожного з них.

Позитивні результати у навчанні студентів з особливими потребами основам самоорганізації схиляють до думки про необхідність введення до навчального плану університету спеціального міжпредметного інтегрованого курсу з умовною назвою «Основи самоорганізації особистості» або «Основи практичного людинознавства». Розширення знань студентської молоді у галузі самоорганізації зобов'язує вітчизняну вищу школу стати школою саморозвитку особистості. Сучасний студент повинен стати учителем і вихователем самого себе, забезпечуючи таким чином надійну основу власної подальшої життєдіяльності. Варто також пам'ятати, що за прогнозами футурологів, у XXI ст. людині доведеться не лише безперервно підвищувати свою професійну кваліфікацію, а й змінювати свою професію як мінімум 2-3 рази. Виконання цього завдання можна реально забезпечити лише значно поглибивши науково-методичну підготовку педагога вищої школи насамперед у галузі пізнання людської природи та закономірностей становлення особистості на всіх її вікових етапах.

Вважається загальноприйнятною думка про те, що ефективне управління складними самоорганізуючими системами, до яких належить і людина, вже неможливе лише на основі досвіду, інтуїції, природної кмітливості. Потрібні спеціальні знання в галузі науково-практичного людинознавства, і найперше – системного підходу до формування людської особистості, в основі якого лежить сім принципів – цілісності, всебічності, системотвірних відносин, субординації, випереджувального відбиття, компенсації та динамічності.

Отже, діяльність викладача, який навчає молодих людей самоорганізації, потребує від нього бути знавцем людської природи й творцем найвеличнішої цінності – сильної особистості, здатної дійти життєвого успіху.

Роль спілкування у самореалізації та розвитку особистості

Спілкування в психологічному словнику тлумачиться як складний, багатоплановий процес встановлення та розвитку контактів між людьми, що породжуються потребою у сумісній діяльності, та включає в себе обмін інформацією, сприйняття та розуміння іншого. В самому загальному вигляді спілкування виступає як форма життєдіяльності індивіда.

Вперше питання про значення спілкування у психічному розвитку особистості та вплив соціуму на індивіда підняв В. М. Бехтерев. Але сам процес спілкування у В. М. Бехтерева ще не був об'єктом дослідження.

До 70-х років ХХ ст. поняття спілкування використовувалось для обґрунтування положення про соціальну обумовленість, опосередкованість психіки людини. Наприклад, А. М. Леонт'єв значення спілкування визначав як засіб включення особистості в систему суспільних знань та засвоєння суспільного досвіду, як умову розвитку мислення. Б.Г. Анан'єв розглядав спілкування як одну з форм життєдіяльності, умову соціальної детермінації розвитку особистості, формування психіки людини. Л. С. Виготський вважав, що спілкування є головним фактором психічного розвитку людини, умовою її саморегуляції.

Проблема спілкування в цей період не визначалася як самостійна психологічна проблема, не були розроблені питання психологічної структури спілкування та специфічних її характеристик. Категорія спілкування використовувалась при поясненні інших проблем психології.

Активне вивчення спілкування починається в 70-ті роки ХХ ст. Спілкування починає розглядатись як самостійна галузь психологічного дослідження. Розробляються процесуальні характеристики спілкування, вивчається не тільки теоретичні аспекти категорії спілкування, а й емпіричні та прикладні аспекти.

Новий підхід до вивчення проблеми спілкування запропонував Б.Ф. Ломов, який здійснив психологічний аналіз включення процесів спілкування в дослідження психічних явищ. Завдяки чому спілкування починає застосовуватися як новий методологічний принцип – принцип спілкування, та виступає в двох основних формах: спілкування як засіб організації діяльності та як задоволення духовних потреб людини в іншій людині.

В 70-ті роки ХХ ст. особистість починає розглядатися не як цілісна, завершена система, а як система, що в будь-який момент часу має можливість зміни та розвитку, і має незавершену структуру. Підкреслюється діалогічна природа особистості, людської свідомості та самого людського буття. Наприклад, М.М. Бахтін вважав, що тільки завдяки діалогу людина здатна розуміти саму себе та інших, і розуміння особистості в цілому можливе тільки завдяки діалогу.

В процесі діалогу з реальними або уявними співбесідниками (людьми, групами, соціумом) особистість здатна розвиватись,

розглядати різні точки зору, позиції, погляди, співставляти їх, приміряти різні риси характеру, способи оцінки явищ, стилі поведінки та взаємодії, типи відношень до інших людей, природи, світу та обирати власні. Формування ціннісних орієнтацій, життєвої позиції, установок та принципів особистості відбувається в ході діалогу з людьми, які є значущими для особистості. Спілкування є психологічною основою для виникнення як зовнішніх, так і внутрішніх діалогів, і виступає з однієї сторони засобом організації діалогу, а з іншої – джерелом активності особистості, її самовдосконалення.

Погляд на особистість як на систему, що постійно змінюється та розвивається, надає особистості багато потенційних можливостей визначення та вибору себе в будь-який момент часу за власним бажанням, та накладає велику відповідальність за те, ким вона є. Спілкування як одне з джерел розвитку особистості відіграє головну роль в цьому процесі. Під час спілкування відбувається формування власного «Я», особистісних смислів особистості, її інтересів, бажань, прагнень, відбувається визначення себе в зовнішньому світі, визначення власного шляху. За допомогою спілкування формується певне бачення світу, модель світу, яка підтримується в певному соціумі та визначає межі можливостей, особливості соціальної взаємодії та смисли, що вкладаються особистістю в певні події.

В залежності від того, в яких діалогах приймає участь особистість, як вона визначає своє місце і роль в суспільстві, які діалоги стають для неї домінуючими, наскільки гнучко вона їх змінює в залежності від обставин, залежить здатність змінюватись самій людині та змінювати вплив зовнішніх факторів, в залежності від власних цілей, та обирати оптимальні шляхи для самовизначення, самотворення.

В процесі спілкування виявляються відношення учасників діяльності один до одного та до діяльності, формуються уявлення про психологічні особливості партнера, як вони можуть проявитися в різних ситуаціях. Взаєморозуміння партнерів по спілкуванню визначає особливості міжособистісних відносин, які безпосередньо впливають на характер сумісної діяльності, позиції партнерів в соціумі та їхні соціальні ролі. Розуміння партнера відбувається шляхом виявлення його ціннісно-сміслової позиції і співвідношення її з власною позицією. Існують умови, які повинні бути дотримані, для того щоб партнери зрозуміли один одного.

Науковець В.В. Знаков виділяє чотири загальні умови, які визначають досягнення взаєморозуміння:

▪ мнемічна умова: людина розуміє лише те, що знаходить відклик в її пам'яті. Для розуміння завжди потрібні деякі попередні знання про те, що ми розуміємо. Під час спілкування повинні бути задіяні знання, які мають спільні відомості про предмет, схожі уявлення про нього. В іншому випадку не буде спільних знань, що потрібні для виникнення взаєморозуміння;

▪ цільова умова: людина звичайно розуміє тільки те, що відповідає її прогнозам, гіпотезам, цілям. Від кута зору залежить, якою стороною повернеться об'єкт та який зміст винесе людина із взаємодії з ним. Прогнозуються (свідомо чи несвідомо) можливі ситуації; обирається певний погляд на об'єкт чи ситуацію; виробляються гіпотези про точки зору партнерів на об'єкт; прогнозується відношення партнера до об'єкта, (чим більш значимий предмет для людини, тим краще вона намагається його зрозуміти), тема розмови; усвідомлюється як партнер по спілкуванню розуміє її; оцінюються психологічні якості партнерів;

▪ емпатійна умова: неможливо зрозуміти іншу людину, якщо не мати з нею особистісних відносин, не виявляти емпатії до неї. Під емпатією розуміється не тільки оцінка переживань та почуттів іншого, а й безумовно позитивне відношення до нього, прийняття особистості в іншому;

▪ нормативна умова: для досягнення взаєморозуміння партнери по спілкуванню повинні співвідносити предмет обговорення з однаковими соціальними уявленнями, нормами поведінки. Розуміння в цьому сенсі є процес та результат співвідношення існуючого з уявленнями про те, яким повинен бути світ.

Індивідуальні особливості розуміння залежать від системи цінностей особистості, соціальних норм, ідеальних уявлень про об'єкт розуміння, з якими він порівнюється.

Отже, спілкування є засобом передачі культурних надбань минулих поколінь, передачі та вираження способів діяльності, правил та форм поведінки в певній культурі, типу взаємодії з іншими людьми. За допомогою спілкування люди організують сумісну діяльність, виражають та передають оптимальні способи діяльності. Результатом спілкування є формування спільних уявлень про певні явища, ситуації, об'єкт праці та про способи організації сумісного існування та діяльності. Характер спілкування та особливості міжособистісних відносин визначають успіх та ефективність досягнення мети в будь-якій сфері людської діяльності, та обумовлюють можливості самореалізації і саморозвитку особистості.

5.2. Педагогіка самовдосконалення і розвиток особистості

Педагогіка самовдосконалення особистості допомагає в досягненні мети, збагачує людину, робить більш здатною, колоритною, багатогранною, цікавою для інших, шанованою людьми й самим собою, підвищує можливості особистості, відкриває нові простори для самореалізації і самовираження.

На самоосвіту особистості у всі періоди її життя діє безліч чинників. Але все таки те, ким вона стала, залежить у вирішальному ступені від неї самої, її самостійності, самооцінки, самокритичності, вимогливості до себе, бажань, активності, цілеспрямованості, волі, наполегливості, працьовитості, тобто від її безперервного самовдосконалення. Самовдосконалення – це педагогіка для себе, одна з найбільш дієвих і продуктивних педагогічних систем – «сам собі педагог». Самовдосконалення виступає як сполучна ланка між різними ланками особового й професійного зростання людини, відсікаючи несприятливі впливи й даючи простір позитивним. Найбільш важливими формами його виступають – самоосвіта й самовиховання. Це дві відносно самостійні підсистеми самовдосконалення, але взаємозв'язані й доповнюючі одна одну.

Під самоосвітою розуміється самостійна робота особи по збагаченню своїх знань, розумінню миру, своєї професії. Ще А.С.Макаренко стверджував, що розуміння високої суспільної значущості праці, уміння проявляти певну самостійність і творчість, особисту організованість – умови успішної роботи по самовдосконаленню.

Для усвідомлення необхідності самоосвіти потрібна достовірна інформація про свою особистість. Працівник отримує її в результаті самооцінки своїх якостей, здібностей, знань, навичок й умінь. Але висока думка про власний розум нічого не коштує; розумний той, кого інші вважають розумним. Тому при думці про себе першорядне

значення мають думки навколишніх людей, колективу, реальні успіхи в навчанні та праці, оцінки успішності й показники праці, що виставляються викладачами, керівниками, колективом. Вірна самооцінка поєднує позитивне в собі із слабкостями, недоліками, таким чином, формує мотиви самовдосконалення й самоосвіти. Самовдоволення веде до зупинки в розвитку й навіть регресу.

Перехід від формування мотиваційних установок в роботі з самоосвіти припускає визначення цілей й завдань, шляхів. Вибір напрямів самоосвіти – справа винятково індивідуальна й визначається головним чином самою особистістю. Найбільш значущими з них, як правило, є:

- систематичне вивчення актуальних проблем внутрішньої й зовнішньої політики держави;
- оволодіння найбільш складними питаннями в області гуманітарних й соціально-економічних наук;
- підвищення рівня й якості знань з профільних, навчальних дисциплін й наук;
- оволодіння знаннями соціальних наук, психології, педагогіки, необхідними й в житті, й для досягнення високих результатів в соціальному й професійному становленні, а також практичній діяльності;
- постійне поповнення й розширення методичного арсеналу, який дозволяє вибрати адекватні методи й засоби освіти й самоосвіти;
- формування й розвиток культури спілкування, що дозволяє встановлювати тісний контакт й взаємодію при рішенні навчальних й службових завдань;
- систематичне оновлення знань й умінь з методики самовдосконалення, що дозволяє постійно рухатися вперед в професійній підготовці.

Методів реалізації планів самоосвіти багато. Головний серед них – робота з літературою, різною за своїм призначенням і змістом. Саме читання збагачує інтелектуальне життя, розвиває розумові здібності, виробляє смак, вчить прекрасному. Влучно свого часу сказав філософ: люди перестають мислити, коли перестають читати. Спілкування з книгою – це заочне спілкування з мудрими людьми миру.

Відомий російський книгознавець й письменник М.О. Рубакін стверджував, що потрібно не просто вміти читати, а знати, як читати й що читати. Читання дає лише початковий матеріал, головне ж полягає в роботі думки над отриманою інформацією.

Самоосвіта пов'язана з навичками й уміннями швидкого пошуку необхідної літератури, ведення особистого каталогу книг з питань, що цікавлять; попереднього ознайомлення з книгою, покажчиками й примітками; швидкого орієнтування в тексті книги, аналізу її тексту, виділення основних, провідних думок, відділення основного від другорядного, розуміння висновків; потребою зв'язувати прочитане з вже наявними знаннями, усно висловлювати прочитане, самостійно оцінювати його, робити необхідні записи при читанні; одночасною роботою над декількома джерелами.

Важливе значення в наші дні має вміння орієнтуватися в потоці інформації. Воно складається із знання джерел інформації, здатності швидко знаходити потрібні дані, відомості, швидко і правильно їх оцінювати, оперативно визначати шляхи і умови їх використання в теоретичній й практичній діяльності.

Продуктивне читання в ході самоосвіти припускає самоконтроль й самоперевірку. Прочитавши та обдумавши яку-небудь невелику й відносно закінчену частину тексту, що вивчається, читач, не заглядаючи в книгу, прагне правильно відповісти собі на наступні питання: про що тут говорить автор; що саме він говорить про це; як обґрунтовується думка; які висновки з прочитаного мають практичне значення. Пошуки відповідей на питання є продовженням аналізу що вивчається, подальшим його продумуванням і в той же час самоперевіркою.

Велика кількість джерел інформації й необхідність все переглянути, прочитати, обдумати, записати, підвищує роль раціонального (прискороженого, швидкого) читання. Звичайна швидкість читання науково-професійного тексту освіченою людиною складає 150-200 слів за хвилину. Спеціальні методики навчання швидкого читання дозволяють збільшити темп читання. Їхню основу складають наступні принципи: будь-який текст сприймається великими блоками; читається без повернення назад й без промовляння; рух очей по тексті здійснюється в строго встановленому порядку; повернутися до повторного читання можна тільки після закінчення читання.

Серед інших методів самоосвіти продуктивна самостійна робота з технічними засобами навчання: прослуховування тих, що мають пізнавальне значення радіопередач й перегляд телевізійних із записами на відеомagnetофон; проглядання кіно- й відеофільмів загальноосвітнього й професійного характеру; робота на персональному комп'ютері (спектр вирішуваних задач тут достатньо

великий: від діагностики рівня свого інтелектуального розвитку та підготовленості з різних питань до інтелектуально-діяльнісного розвитку, вдосконалення знань і придбання професійних навичок й умінь; робота на освітніх сайтах Інтернету, використання електронної пошти для отримання потрібної інформації). Важливо, щоб всі методи, форми та засоби були підпорядковані загальній меті, поєднувалися між собою й в ході роботи росла їхня ефективність.

Під самовихованням розуміється активна, цілеспрямована діяльність особистості спрямована на формування й розвиток у себе соціально й морально значущих якостей й звичок, а також на нейтралізацію й усунення негативних відповідно до усвідомлених суспільних потреб, умов професійної діяльності та особистої програми розвитку. Основу самовиховання складають прагнення стати гідною й поважною людиною, цивілізованою особистістю, яскравою індивідуальністю, яка може реалізувати свої можливості в житті й на цій основі постійно вивчати та оцінювати себе як особу, громадянина, професіонала, бачити себе як би з боку, думати про близькі і віддалені перспективи життя, робити все, щоб вони реалізувалися в особистих якостях, справах, духовному зростанні, в соціальному і матеріальному благополуччі. Найважливішими умовами успіху в роботі по самовихованню виступають максимальна самокритичність, висока відповідальність за свої дії і спосіб життя, послідовна наполегливість в досягненні поставленої мети.

Мета самовиховання – досягнення усвідомленого і засвоєного образу (ідеалу) цивілізованого громадянина і висококваліфікованого професіонала. Самовиховання і є прагнення можливо більш повно засвоїти певні вимоги і зробити їх своїм надбанням. Мотиви самовиховання можуть бути різними: життєві устремління, потреба діяти відповідно до цивільних і моральних ідеалів, бажання наслідувати позитивний приклад, прагнення випробувати себе і підготувати до подолання життєвих і професійних труднощів; бажання успішної професійної кар'єри або досягнення високого соціального статусу, прагнення до повної самореалізації себе в житті, матеріальні інтереси та ін. Самовиховання, за влучним виразом відомого педагога В.О. Сухомлинського, представляє ту «грань духовного життя особи, яка відкривається тільки тоді, коли людина, відчуючи на собі благодійний вплив високо моральних відносин, докладає духовні зусилля, щоб стати краще». Тісний взаємозв'язок в самовихованні індивідуальних і соціальних початків складає його внутрішню основу.

Зміст самовиховання залежить від віку, способу життя і особливостей особистості. Пріоритетними напрямками самовиховання є:

- цивільно-патріотичні і духовно-етичні, морально-психологічні якості;
- працьовитість, звички досягати всього цілеспрямованою, наполегливою працею і високим професіоналізмом;
- пошана і дбайливість до батьків, людей похилого віку, ветеранів, хворих;
- пошана і гуманне відношення до людей, вшанування їх прав, інтересів і думок;
- демократичність у взаєминах з іншими людьми: визнання їхніх прав на свою думку, відношення до незгоди іншого як до нормального явища, а не прояву ворожнечі, розумової відсталості;
- відчуття відповідальності, порядності, сумлінності;
- загальна і професійна культура, естетичні якості;
- навички і уміння управляти своєю поведінкою і відчуттями;
- товариськість і культура спілкування;
- етична стійкість;
- пошана до законів, народних традицій, культури, мови;
- пошана до науки і наукових знань;
- пошана до релігійних поглядів, представників інших конфесій, інших національностей;
- стійкості до шкідливих звичок – вживання алкоголю, наркотиків, палінню.

В ході роботи над собою використовуються традиційні методи самовиховання, вживані з урахуванням завдань і наміченого змісту самовдосконалення. Найбільш значущими з них є: самоспостереження, самоаналіз, самооцінка, самопереконавання, самозобов'язання, самовправа, наслідування прикладу, самопримушення, самоконтроль, самокорекція.

Виховання й самовиховання – дві сторони процесу формування особистості. Самовиховання – свідомо діяльність людини, спрямована на вироблення у себе позитивних рис та подолання негативних. Воно успішно здійснюється за певних умов. Передусім потребує від людини знання самої себе, вміння оцінювати власні позитивні й негативні риси. Щоб збагатити молодь відповідними знаннями і вміннями, проводять цикл бесід про психічну діяльність людини, свідомість, волю, почуття, характер, мотиви поведінки, інтереси, здібності, потреби, темперамент, а також розкривають сутність самовиховання, методи і прийоми роботи над собою.

Важливий аспект самовиховання – логічне мислення, вміння проаналізувати кожен свій вчинок, що сприяє виробленню вимогливості до себе як постійної риси характеру, без якої неможливо досягти успіху в цій справі. Тому педагоги в індивідуальних бесідах і на зборах детально аналізують порушення правил поведінки, їх причини, привчають учнів до самоаналізу.

Самовиховання потребує тривалих вольових зусиль, вміння керувати собою, досягати поставленої мети, не занепадати духом від невдач. Тому слід залучати школярів до видів діяльності, які передбачають зібраність, організованість, відповідальність. Долаючи труднощі, вони загартовують волю, доводять розпочату справу до кінця і таким чином переконуються, що навіть невеликі успіхи роблять їх сильнішими.

Підвищує ефективність процесу самовиховання ідеал, до якого прагне учень. Спостереження переконують, що до самовиховання байдужі переважно ті, хто не має життєвої мети, ідеалу. Тому важливо знати ідеали студентів, допомогти сформувати ідеали тим, хто їх не має.

Успішність процесу самовиховання значною мірою залежить від рівня розвитку колективу взагалі. У згуртованому колективі, де панує здорова громадська думка, атмосфера доброзичливості, розвинута взаємовимогливість, самовиховання відбувається, як правило, успішно.

Процес самовиховання тривалий та охоплює кілька етапів.

Перший етап. Педагоги передусім виявляють ставлення учнів до процесу самовиховання, проводячи анкетування за такими запитаннями: Чи займаєшся самовихованням? Що спонукає тебе працювати над собою? Яких головних цілей ти прагнеш досягти самовихованням? Які прийоми використовуєш у роботі над собою? У чому відчуваєш труднощі в цій роботі і як їх долаєш? Якої допомоги потребуєш від дорослих у процесі самовиховання?

На цьому етапі в учнів формують спонукальні мотиви, свідоме ставлення до самовиховання. Насамперед домагаються, щоб вихованець усвідомив, що його доля залежить не лише від виховної роботи школи, а й від самостійної роботи над собою. Він також повинен збагнути, що самовиховання – і його особиста справа, і справа суспільства.

Другий етап починається з появою в учня бажання самовдосконалення. Педагог на цьому етапі повинен допомогти сформувати ідеал, до якого слід прагнути, виробити в учня стійке бажання наслідувати його. З'ясувавши відмінність між собою і своїм ідеалом, вихованець бачить, які риси він має виробити для його

досягнення, яких недоліків слід позбутися. У процесі самовиховання учень порівнює себе з ідеалом. Оскільки він сам постійно змінюється на краще, ідеал також потребує вдосконалення, збагачення. Ідеал допомагає йому скласти програму самовиховання. На цьому етапі варто обговорити з учнями окремі фрагменти індивідуальних програм самоосвіти та самовиховання видатних осіб.

Третій етап. Учень починає систематично працювати над собою, реалізуючи програму самовиховання. Цей процес здійснюється в різноманітних видах діяльності: навчанні, праці, самообслуговуванні, виконанні громадських доручень, участі в роботі гуртків. Педагог допомагає учневі контролювати результати втілених рішень. Згодом зовнішній контроль педагога чи колективу послаблюється, зростають самостійність та ініціатива самого вихованця.

Для здійснення виховної роботи відповідно до розглянутих етапів самовиховання класний керівник повинен чітко її планувати.

Реалізація намічених програмних установок і методів досягається застосуванням певних правил самовиховання. Про їхню роль можна судити з того, що багато відомих людей виробляли їх для себе і, керуючись ними, добивалися значних результатів. Так, за спогадами відомого педагога К.Д. Ушинського, йому в самовихованні допомогли наступні правила. 1. Спокій, здійснений, принаймні, зовнішній. 2. Прямота в словах і вчинках. 3. Обдуманість дії. 4. Рішучість. 5. Не говорити про себе без потреби жодного слова. 6. Не проводити часу несвідомо; робити те, що хочеш, а не те, що трапиться. 7. Витратити тільки на необхідне або приємне, а не по пристрасті витратити. 8. Кожен вечір сумлінно давати звіт в своїх вчинках. 9. Жодного разу не пишатися ні тим, що було, ні тим, що є, ні тим, що буде.

Правила можуть бути загальними і дієвою сполучною ланкою між зовнішніми вимогами до особистості і її внутрішніми вимогами до себе, допомагають повсякденно направляти поведінку.

Окрім самоосвіти та самовиховання самовдосконалення включає і роботу по самонавчанню й саморозвитку. Самонавчання – самостійне вдосконалення своїх знань, навичок і умінь. В освітніх установах воно виявляється, наприклад, в бажанні якогось студента більш поглиблено вивчити навчальну дисципліну, що подобається, виходячи за рамки програми, брати участь в науковій роботі, опанувати другу іноземну мову, самостійно пройти програму і скласти іспити для отримання другого диплома – «викладач вищої школи». Професіонал, що займається практичною діяльністю, ініціативно може працювати з підвищення кваліфікації, отримання вищого

розряду, класності, оволодіння суміжною професією. Кожен може за своїм бажанням навчатися музиці, малюванню, водінню автомобіля.

Саморозвиток припускає вдосконалення особистістю пізнавальних (інтелектуальних), ділових та фізичних якостей і загальних умінь. Доцільно розвивати у себе мислення, увагу, пам'ять, працездатність, фізичну силу і витривалість, стійкість до ризику, небезпеки і невдач, акуратність, організованість, рішучість, самостійність, сміливість та ін. Корисно і оволодіння загальними вміннями, які потрібні людині повсякденно і в житті, і в професійній діяльності. Так, треба уміти планувати свою діяльність, доводити почату справу до кінця, аналізувати свої дії і досягнуті результати, робити висновки з успіхів і невдач і вчитися на них, уміти всесторонньо і глибоко аналізувати виникаючі проблеми і знаходити обґрунтовані шляхи їх рішення, вміти бути оптимістом, прагнути підтримати все нове, передове, допомагати іншим і вчитися у інших, володіти основами керівництва роботою людей, підлеглих по службі, поєднувати вимогливість до інших з їх пошаною, турботою і вимогливістю до себе, показувати позитивний приклад іншим в поведінці і роботі, уміти мислити психологічно і педагогічно.

Розвиток особистості студентів як суб'єкта діяльності – найважливіша мета і завдання будь-якої освітньої системи і може розглядатися як її основний компонент. У сучасній практиці вищої школи «розвиток» не завжди розуміється як комплексне завдання. Проблемам інтелектуального розвитку і особистісного розвитку увага приділяється не в рівній мірі – перший аспект виявляється важливішим. Проте університет, як соціальний інститут, повинен готувати до життя. А життя – це не тільки академічні знання. Соціалізація не зводиться, звичайно, лише до передачі знань про основи наук. Розвиток людини в вищій школі як особистості і суб'єкта діяльності обов'язково включає:

- розвиток інтелекту;
- розвиток емоційної сфери;
- розвиток стійкості до стресів;
- розвиток упевненості в собі і прийняття себе;
- розвиток позитивного відношення до світу і прийняття інших;
- розвиток самостійності, автономності;
- розвиток мотивації самоактуалізації, самовдосконалення.

В останній пункт входить й мотивація учіння як важливого елементу мотивації саморозвитку. Загалом ці ідеї можна назвати

позитивною педагогікою або гуманістичною психологією виховання і навчання у вищій школі.

Людина – істота соціальна, суспільна, яка з самого початку свого життя включена в різні соціальні взаємодії. Перший досвід соціального спілкування людина набуває ще до того, як навчиться говорити. Кожен з нас засвоює отримані від життя уроки на свій лад, адже всі ми різні. Але досвід, який отримує людина, непомітно стає її частиною. До певної міри процес соціалізації відображає приказка «З ким поведешся, від того і наберешся». Будучи частиною соціуму, людина набуває певний суб'єктивний досвід, який стає невід'ємною частиною особистості. Соціалізація – це процес і результат засвоєння і подальшого активного відтворення індивідом соціального досвіду. А відтак, процес соціалізації нерозривно пов'язаний із спілкуванням і спільною діяльністю людей. Разом з тим, з погляду педагогіки, соціалізація не може розглядатися як механічне віддзеркалення безпосередньо випробуваного або отриманого в результаті спостереження соціального досвіду. Соціалізація – це процес та результат засвоєння і подальшого активного відтворення індивідом соціального досвіду. Засвоєння цього досвіду суб'єктивне: сприйняття одних й тих же соціальних ситуацій може бути різне. Різні особистості можуть виносити з об'єктивно однакових ситуацій різний соціальний досвід. На цьому положенні ґрунтується єдність двох протилежних процесів – соціалізації і індивідуалізації.

Процес соціалізації може здійснюватися як в спеціальних соціальних інститутах, так й в різних неформальних об'єднаннях. В вищій школі засвоюються не тільки ті знання, які є метою лекцій та практичних занять, не тільки правила і норми поведінки, які пояснює викладач в процесі навчання і виховання. Студент збагачує свій соціальний досвід за рахунок того, що, з погляду викладача або куратора, може показатися супутнім, «випадковим». Це реально випробовуваний або спостережуваний досвід соціальної взаємодії викладачів вищої школи з студентами і викладачів між собою. Він може бути як позитивним, тобто співпадати з цілями виховання (в цьому випадку він лежить в руслі цілеспрямованої соціалізації особистості), так і негативним, тобто суперечити поставленим цілям.

Соціалізація існує первинна й вторинна. Первинна соціалізація пов'язана з формуванням узагальненого образу дійсності. Характер вторинної соціалізації визначається розподілом праці і відповідного йому соціального розподілу знання. Інакше кажучи, вторинна соціалізація є придбанням специфічно-рольового знання, коли ролі

прямо або побічно пов'язані з розподілом праці. Існує й декілька інше уявлення, в рамках якого соціалізація розглядається як двонаправлений процес, що означає становлення людини як особистості і як суб'єкта діяльності. Кінцевою метою подібної соціалізації є формування індивідуальності.

В процесі соціалізації й соціальної адаптації людина знаходить свою індивідуальність. Засвоєння соціального досвіду завжди глибоко індивідуально. Соціальний досвід, який виноситься з об'єктивно однакових ситуацій, може бути істотно різним. Отже, соціальний досвід, який лежить в основі процесу соціалізації, не тільки суб'єктивно засвоюється, але і активно переробляється, стаючи джерелом індивідуалізації особи.

Процес соціалізації не припиняється і в зрілому віці, він продовжується безперервно впродовж всього життя. Зазначимо, що соціалізація не тільки ніколи не завершується, але і «ніколи не буває повною» (П. Бергер, Т. Лукман, 1995). Все це підтверджує можливість досягти досконалості та саморозкриття особистості.

Особливості педагогічної етики у ЗВО та сучасні парадигми вищої освіти

Розвиток вищої освіти висуває в сучасний період нові підходи до викладання і навчання. Тому важливо визначити сутність й особливості педагогічної етики у ЗВО. Професійна етика – сукупність норм і правил, що регулюють поведінку фахівця на основі загальнолюдських моральних цінностей, з урахуванням особливостей його професійної діяльності й конкретної ситуації. Це невід'ємна складова підготовки та діяльності майбутнього фахівця. Професійні етики, як правило, стосуються тих видів професійної діяльності, наслідки або процеси якої мають особливий вплив на життя і долі інших людей або людства. У зв'язку з цим зараз можна виділити традиційні види професійної етики, такі як педагогічна, медична, юридична, етика ученого, і порівняно нові, поява або актуалізація яких пов'язані із зростанням ролі «людського чинника» в даному виді діяльності (наприклад, інженерна етика) або посиленням його впливу в суспільстві (журналістська етика). Особливе місце займає етика ділового спілкування, оскільки вона виступає як в ролі самостійної професійної етики (для менеджерів, підприємців і ін.), так і як елемент етики інших професій (педагога, юриста, інженера). Професійні етики – і традиційні, і нові – мають ряд особливостей – загальних і специфічних (приватних). Загальними особливостями є:

Висші моральні цінності, зберігаючи загальнолюдське значення, знаходять в різних професійних етиках свої конкретні риси. Особливу роль – роль основи – в багатьох професійних етиках, зокрема в педагогічній, мають такі цінності, як професійний обов'язок, що співпадає з сенсом життя, та відповідальність, що знаходить характер глобальності.

У рамках конкретної спеціальності формуються спеціально-професійні моральні норми і цінності, характерні тільки для даного роду діяльності; згодом вони можуть знаходити все більш широкий сенс, перетворюючись іноді на загальнолюдські. Наприклад, принцип демократичності, що виступає як один із моральних принципів у всіх сферах людського спілкування, прийшов до нас із професійних політичних сфер.

У сфері професійного спілкування, зокрема в системі «викладач-студент», спостерігається нерівність сторін – порушена суб'єкт-суб'єктність їх відносин. Це порушення не несе в собі ніякого приниження і обумовлено особливими умовами взаємодії сторін – умовами залежності від дій фахівця інших людей, яка і визначає необхідність спеціальних професійних етичних кодексів, розпоряджень та «правил поведінки» фахівця в умовах нерівності і залежності. Ці відносини залежності вперше були відмічені в особливих зв'язках, що встановлюються між лікарем і пацієнтом, і обумовлені в Клятві Гіппократа основою медичної деонтології. Поступово стало зрозуміло, що не тільки хворий залежить від лікаря, але й студент – від викладача: залежать від їх компетентності, порядності, людських якостей. Так виникли інші професійні деонтології, що регламентують міру застосування фахівцем своєї влади над іншим. Сьогодні в цій сталій традиції виникають проблеми, пов'язані з професійним спілкуванням в умовах демократизації суспільства, що припускають рівність і відсутність примушення. Як, наприклад, повинна вирішуватися в цій ситуації проблема дистанції викладача і студента.

Однією із сторін професійної етики виступає її корпоративність – відокремленість і відданість вузьким груповим інтересам в рамках професійних об'єднань (корпорацій). Корпоративність може виявлятися в наступному. Це, перш за все, збереження і культивування професійних таємниць і секретів від «необізнаних». Ця сторона професійної моралі – одна з найстародавніших. Вона формується в процесі зародження ремесел, коли «цехові секрети» передавалися від батька до сина, від майстра до підмайстра або ж

вмирили разом з майстром. Секрети не тільки зберігалися, шифрувалися, але могли бути викрадені, за них і убивали, бо вони приносили гроші, славу, владу. Доречно пригадати і нерозгадані до цього дня таємниці єгипетських жерців, і зашифровані «послання» алхіміків, не відновлені формули страшних отрут середньовічних фармацевтів, і загублені рецепти французьких парфумерів, і професійні таємниці лікарів – від Гіппократа, який присягався мистецтво своє передавати тільки дітям, до сучасних медиків, які «оберігають» свої лікарські таємниці латиною і замовчуванням. І сьогодні практично кожна професія містить в собі якісь «секрети», без яких важко, а іноді і неможливо стати майстром своєї справи: ювеліром, лікарем або викладачем. Прояв «цехової солідарності» – допомога і захист «своїх» в будь-яких умовах, причому з етичної точки зору важко буває однозначно визначити, добро це або зло. Погано, наприклад, коли викладач «з відчуття солідарності» і з виконання принципу «єдності вимог» перетворює на пекло життя молодій людині; коли лікарі захищають свого колегу, недбалість якого привела до загибелі пацієнта на операційному столі; коли правоохоронні органи покривають свого працівника – хама і бандита, що терзає свої жертви, тільки щоб «не виносити сміття з хати». Наявність «зовнішньої» сторони корпоративності, яка виявляється в традиціях, звичаях, зовнішньому вигляді, одязі, що відіграють роль професійних символів. Наприклад, білий одяг у цілителів, чорний одяг у ченців, мантії і перуки у суддів, особливо строга форма одягу і зачісок у педагогів, не кажучи вже про військову форму, відзнаки. Навіть студенти свого часу відрізнялися формою і кольором одягу або принаймні капелюхів. Ще більш вражаючими були ті звичаї, що старанно зберігаються і виконуються, які часто незрозумілі і навіть лякають необізнаних (прийняття присяги і клятви на крові у середньовічних лицарів, обов'язкові бійки із застосуванням холодної зброї у німецьких студентів).

Особливості професійної етики впливають із конкретних умов, змісту і специфіки тієї або іншої професії і виражаються в основному в моральних кодексах – вимогах до фахівців. Так, педагогічна етика є результатом аналізу специфіки і особливостей педагогічної діяльності, що виступають основою для вироблення конкретних рекомендацій-вимог до педагога. Загальні і приватні особливості професійної етики примушують нас не тільки визнати її право на існування як одного з найважливіших напрямів етики, але й аналізувати та вивчати її. Фахівець повинен усвідомлювати необхідність і сенс професійних

етичних норм і принципів, обумовлених специфікою його професії, з тим щоб виробити у себе систему норм-орієнтирів у своїй професійній діяльності.

Як і педагогічна етика в цілому, етика відносин й поведінки викладача ЗВО включає декілька блоків:

По-перше, це етика його відношення до своєї праці, що включає: усвідомлення відповідальності перед студентами, колегами і своєю галуззю наукового знання; вибір стратегії і тактики навчання; використання власного наукового досвіду як інформація для слухачів.

Специфічним для педагогіки ЗВО є відношення викладача до загальноприйнятих програм і стандартів вищої освіти, що регламентують викладацьку працю. Ці стандарти можуть бути корисними орієнтирами, а можуть бути і перешкодою для творчої викладацької діяльності.

У ЗВО ставлення до них інше, ніж у школі. Враховуючи вищий рівень професіоналізму, самостійний науковий внесок багатьох викладачів ЗВО, доцентів, професорів у розвиток своєї галузі знання і формування навчального процесу в рамках цієї галузі, допускається, наприклад, більша свобода в дотриманні, можливій модифікації і змінах стандартів вищої освіти. Це виявляється, зокрема, в заохоченні створення авторських програм основних курсів, розробки спецкурсів, модифікації навчальних планів. Отже, відносно педагога ЗВО до навчального процесу на перший план виносяться такі вимоги, як свобода творчості, з'єднання в одне ціле своєї наукової і навчальної діяльності, більш персоніфікована відповідальність за результати навчання студентів.

По-друге, етика ЗВО, як і шкільна, включає етику взаємин двох головних учасників процесу безпосередньої передачі знань – викладача і студента, але відносини між ними встановлюються інші – більш демократичні, ніж в школі між вчителем і учнем.

По-третє, особливий блок складають відносини викладачів між собою – етика взаємодії педагогів у процесі досягнення загальної мети – передачі студентам надійних знань і становлення їх як майбутніх колег самих викладачів.

По-четверте, атрибутом вищої школи виступає етика наукової творчості, затребувана особливим становищем педагога ЗВО, який зобов'язаний поєднувати в своїй життєдіяльності функції викладача і вченого.

Всі названі аспекти тісно переплітаються один з одним. Визначити, який з них важливіший, практично неможливо. Проте

здається логічним спеціально зупинитися на розгляді етичних аспектів взаємодії викладача і студента, в якому наочно виявляються всі особливості педагогіки вищої школи, а також специфічній для ЗВО етиці наукової творчості.

Соціальне становлення особистості – це процес, протягом якого людина усвідомлює себе в суспільстві як особистість. Це відбувається в процесі виховання, освіти і самовиховання, коли людина самостійно визначає для себе цілі і досягає їх, коли, усвідомивши відчуття власної гідності, вона упевнена у своєму становищі в суспільстві. Соціалізація особистості – це її мова і поведінка в побуті та навчанні, здібність до творчості, сприйняття культури свого народу.

Цей процес відбувається під час шкільного навчання, а пізніше у ЗВО. Становлення особистості відбувається в пізнанні навколишнього середовища, добра і зла, того, з чим їй доведеться зіткнутися в подальшому житті. Особистість у педагогіці вищої школи розглядається з огляду її соціальних якостей. Але, представляючи особистість як соціальне явище, не можна забувати про її індивідуальні особливості. Це характер і воля, інтереси і потреби людини, сила її розумового розвитку, знання, свідомість і самосвідомість, орієнтація в суспільстві і особливості світогляду. Необхідно враховувати, як вона сприймає навколишній світ, суспільні відносини, як спілкується з іншими людьми. Важливу роль у формуванні особистості відіграють сучасні засоби масової інформації. Соціалізація особистості залежить від діяльності молодої людини, її участі в навчанні та праці, від того, який вплив робить навколишнє середовище на розширення її світогляду, як піклується суспільство і держава про майбутнє покоління. Чи враховуються вікові й індивідуальні особливості молодої людини в процесі навчання, чи може вона самостійно вирішувати свої проблеми, наскільки заохочується її самостійність, як розвивається її упевненість у своїх силах.

Педагог вищої школи може зробити багато в становленні особистості студента. З'ясувавши здібності молодої людини, вивчивши її сім'ю і оточення, він створює умови для її розвитку. Головним у цьому повинні стати відносини взаєморозуміння, тільки тоді педагог зможе спрямувати студента на шлях самоосвіти, залучити до праці, спорту, творчості, мистецтва. Щоб досягти цього, педагог вищої школи шукає відповідні підходи, форми і методи виховання.

Вдалими можуть бути відносини педагога й студента, якщо перший пам'ятатиме про висновки учених-педагогів і психологів, що головними у формуванні особистості є діяльність й спілкування. Тому

викладачам вищої школи з цього й слід починати: організувати різні види діяльності, спілкування з однолітками, дорослими, педагогами.

Відбувається не тільки пізнання самого себе, але і прагнення змінити себе. При цьому необхідні активні дії, віра в свої сили, уміння концентруватися, тверда упевненість, що успіх буде досягнутий.

Мета педагогіки виховання всебічно розвиненої особистості, нової людини (в першу чергу колективіста). Важливим для виховання особистості є правила педагогічного керівництва:

- не пригнічувати, а спрямовувати ініціативу молоді;
- розвивати їхню громадську думку, розвивати студентське самоврядування;
- спиратися на викладачів, що працюють з даним колективом;
- намагатися не формалізувати відносини з молодими людьми;
- створювати загальну думку членів колективу про його діяльність;
- контроль повинен удосконалювати діяльність колективу;
- створювати добрі відносини між молоддю, мажорний настрій;
- створювати тимчасові колективи, визначати в них «важких».

Щоб добитися позитивного впливу колективу на особистість, повинен активно діяти педагогічний колектив. При педагогічному керівництві студентським колективом важливо враховувати вік вихованців. При керівництві колективом педагог прагне, щоб всі були залучені в колективну діяльність. При цьому важливий збіг інтересів колективу й особистості. Колективна діяльність є однією з головних форм виховання особистості і всебічного розвитку індивідуальності. Це виконання важливих суспільних робіт, навчання, суспільно-корисна праця, спортивна, туристська, культурна і естетична діяльність. При цьому важливе значення мають традиції студентського колективу як сталий, підтримуваний всіма звичай.

Опора на традиції об'єднує, скріплює молодь в колективі. Громадська думка є важелем впливу на особистість, тому цікаво організована колективна дискусія формує особистість. Від педагогічної майстерності викладача вищої школи залежить вплив студентського колективу на особистість.

У нових умовах інформаційного суспільства змінюється саме поняття освіти. У традиційній педагогіці це поняття означає процес і результат засвоєння систематизованих знань, умінь і навичок, що виступають необхідною умовою підготовки молодої людини до життя і праці. При цьому основним шляхом здобування освіти є навчання як цілеспрямовано організований, планомірно і систематично здійсню-

ваний процес оволодіння знаннями під керівництвом досвідчених педагогів.

Процесуальний характер освіти виявляється в його русі від мети до результату, в процесі суб'єкт-об'єктної взаємодії викладача і студента. Це припускає, що студент, слухач, що вчиться, в міру все більш активної, глибокої, всебічної участі в процесі навчання, виховання і самовиховання, розвитку і саморозвитку, перетворюється з достатньо пасивного об'єкта діяльності педагога на співучасника, суб'єкт педагогічної взаємодії, яка здійснюється не тільки між викладачем і студентом, але і між студентами. Результативність освіти виявляється в письменності, професійній компетентності, культурі, менталітеті фахівця.

Системний характер вищої освіти визначається розробкою нових технологій, що включають аудіовізуальні засоби, комп'ютери, Інтернет – все, що змінює процес навчання і взаємодії педагога і студента. Зміни, що відбуваються, впливають перш за все на перегляд цілей вищої освіти. Сьогодні вони не повинні зводитися до засвоєння його змісту, а повинні визначатися як бажані характеристики особи випускників ЗВО, перш за все такі, як рівень їхньої самоідентифікації, зрілості, розвитку способів самореалізації, готовності до самовизначення і розв'язання завдань в різних сферах діяльності.

Покидаючи стіни ЗВО, хлопці і дівчата повинні самостійно почати будувати нову систему своєї життєдіяльності, роблячи це осмислено і відповідально. Адекватне самовизначення молодих людей, здатність виробити реалістичний життєвий план на перспективу, який відповідає їх інтересам, можливостям, отриманій спеціальності, соціальним умовам, актуальне завдання сучасної вищої освіти. Розв'язанню цієї задачі сприяє звернення до нових парадигм освіти, що відрізняються гнучкістю, паралельністю, економічністю, технологічністю, більшою кількістю студентів, соціальним рівноправ'ям.

Останнім часом багато закордонних і вітчизняних фахівців пропонують різні шляхи реалізації вищої освіти на сучасній демократичній основі. Одним із таких варіантів є нова «парадигма навчання» (Р. Барр і Дж. Тагг, Каліфорнія, США), яка значною мірою відображає процеси, що відбуваються як у світовій, так і у вітчизняній вищій школі. Суть даної концепції у співвідношенні викладання і навчання в сучасних стратегіях вищої освіти у всьому світі складається в руслі тенденції до зміни парадигм, яка полягає в переході від викладання до навчання. Традиційна парадигма, і до цього дня домінуюча в коледжах і ЗВО, свідчить, що це – заклади, які

забезпечують викладання і навчання. Згідно з новою парадигмою, вони існують для того, щоб в них відбувався процес самостійного учіння і навчання. Це не гра слів і не підміна понять, це дійсно серйозний перехід, який багато що змінює.

У рамках традиційної «парадигми навчання» склалися добре відпрацьовані структури для забезпечення викладацької діяльності, яка спочатку розуміється як інформаційна, така, що зводиться в основному до читання лекцій. Звідси вважається, що головна місія вищих навчальних закладів – організація навчання. Виходячи з цієї мети, засіб («навчання») помилково сприймається як завдання і кінцевий результат вищої освіти.

Дійсна місія вищих навчальних закладів на сучасному етапі – не в навчанні, а в тому, щоб, використовуючи найбільш відповідні засоби, сприяти самостійному усвідомленому вивченню наукового знання кожним студентом. При цьому перехід до нової «парадигми навчання» звільняє ЗВО від цілого ряду чинників, які обмежують їхню діяльність, зокрема, економічних.

Сьогодні в період, коли росте попит на вищу освіту, ЗВО та коледжі навряд чи можуть ефективно задовольнити його при фіксованому або такому, що зменшується, фінансуванні, якщо вони слідуєть логіці «парадигми навчання», оскільки збільшення «вихідної потужності» без відповідного збільшення витрат загрожує зниженням якості. Так, якщо коледж спробує збільшити свою продуктивність шляхом, наприклад, збільшення складу академічних груп або викладацького навантаження, дуже скоро стане помітно, як негативно це відіб'ється на якості освіти.

Автори відзначають також, що стара «парадигма навчання» базується на концепціях, які сьогодні все частіше визнаються неефективними. Первинне освітнє студентське середовище – достатньо пасивний лекційно-дискусійний «формат», при якому викладач говорить, а студенти слухають, суперечить майже всім принципам навчального студентського середовища, одна з функцій якого полягає у визначенні можливостей. Нова «парадигма навчання» може визначити і змінити параметри «парадигма учіння»: місію і цілі, критерії успіху, структуру навчання-учіння, продуктивність і фінансування.

Отже, взаємозв'язок педагогічної етики у ЗВО та сучасних парадигм вищої освіти допомагає викладачам і студентам творчо підходити до викладання і навчання, у використанні відповідних засобів, сприянні усвідомленому вивченню наукового знання кожним студентом.

5.3. Самомоніторинг особистості

Професійне самоусвідомлення трактується як усвідомлення себе у професійній діяльності, оцінка себе як фахівця (задоволення або незадоволення результатами своєї професійної роботи), а також побудування своєї поведінки, дій у розв'язанні професійних завдань.

Зазначимо, що професійне самоусвідомлення – це складне інтегративне професійно-особистісне утворення, яке передбачає оцінку себе як фахівця: комплекс уявлень про себе, свої дії, норми, моделі поведінки у розв'язанні завдань відповідно до ідеалу і вимог професійної діяльності. Термін «моніторинг» в сучасній мові означає спостереження, оцінку і прогнозування стану навколишнього середовища у зв'язку з господарською діяльністю людини.

Основними об'єктами моніторингу в освітній діяльності можуть бути освітня діяльність студента (її характеристики, структура), яка включає діяльність із самопідготовки; психічний розвиток особистості та формування новоутворень навчальної діяльності; розвиток спілкування і колективу; професійна діяльність особистості.

В наш час особливої важливості набуває самомоніторинг, який розглядається як тенденція до регулювання студентами власної поведінки з метою відповідності її вимогам соціального середовища. Це вид соціального регулювання як відповідь на реакцію інших людей, тенденція відстеження власної поведінки, справлення бажаного враження у відповідь на реакції інших людей. Згідно цього визначення особистість прагне створити модель соціальної поведінки, відповідну певному особливому контексту взаємодії.

За умови достатнього рівня розвитку самоусвідомлення особистість з об'єкта зовнішніх впливів перетворюється в суб'єкт керування своєю поведінкою. Здатність аналізувати і вивчати власні якості і риси як особистості потребує вміння спостерігати за своїми переживаннями, сконцентруватися на внутрішньому стані і тих причинах, які призводять до різних психічних станів, конкретних дій, наприклад, радості, тривоги або страху.

Існують спеціальні прийоми роботи над собою у процесі реалізації самомоніторингу:

самопереконання – його сутність полягає у тому, що студент повинен мати здатність знайти у певній ситуації аргументи і за їх допомогою переконатися у правильності чи неправильності свого вчинку або переключити в конфліктній ситуації думки на інші теми й справи, які відвернули б його від конфлікту, заспокоїли;

самонавіювання – його пропонували використовувати за потреби подолати у собі страх перед труднощами, невпевненість у власних силах, нерішучість. Самонавіювання передбачало повторення студентом подумки або вголос певних суджень. Наприклад, щоб подолати запальність, потрібно було повторювати таке судження: «Ненавиджу в собі запальність. Я повинен і можу її позбутися»;

самопідбадьорювання – цей прийом був ефективним, якщо майбутній фахівець губився у складних ситуаціях, зневірювався у власних силах та можливостях;

самозаохочення – застосовувався, якщо студент, долаючи певні труднощі, виконував складне завдання, а також за необхідності подолати негативні риси особистості та для усвідомлення своїх успіхів;

самопримус або самонаказ – допомагав у боротьбі з внутрішньою неорганізованістю, небажанням вчитися, працювати, з лінощами; сприяв формуванню відповідних настанов, наприклад, на усунення небажаних або шкідливих звичок;

самоаналіз – мав вирішальну роль у самовихованні, оскільки передбачав уміння аналізувати свої вчинки, давати їм оцінку;

практичні прийоми – до них належав прийом «крок уперед» – щоденне планування діяльності на наступний день; прийом «оцінювання прожитого дня» – аналіз майбутнім фахівцем своїх дій, вчинків, успіхів і недоліків;

«правила моєї поведінки» – полягав у дотриманні складених для студента правил поведінки, а також привчав до виконання своїх обов'язків;

самозобов'язання – передбачав планування роботи над собою на місяць, семестр або рік залежно від того, які риси особистості й в який термін прагнули сформувати чи подолати;

самохарактеристика – сутність цього прийому полягала в написанні своєї характеристики, що привчало до самоаналізу;

самопокарання – усвідомлення та переживання своєї провини, незадоволення собою.

Алгоритм самомоніторингу (аналіз власного мотиваційного стану), визначався студентами експериментальної групи після ознайомлення з прийомами. Їм було запропоновано вести щоденники самопостереження. Для прикладу, в одному з щоденників було проаналізовано ситуацію, коли викладач дав студентові багато домашніх завдань; при цьому студент хотів виконати їх, але йому дуже хотілося спати. Так, у своєму щоденнику, відповідаючи на зазначені запитання, студент давав такі відповіді: «В принципі – так. Це моя мета, я сам її перед собою поставив»; «Гепер мені цим займатися не хочеться»; «Мені хочеться виспатися, але якщо я не виконаю домашнє завдання, я не отримаю залік...»; «Мені потрібно швидше виконати домашнє завдання, тоді у мене буде більше часу на відпочинок».

У результаті цієї вправи було відчуття можливості й корисності об'єднання протилежних прагнень, водночас студент удосконалював свої майбутні професійні якості.

Відзначимо, що використовуючи техніку «Я-повідомлення», студенти повинні були написати у своїх щоденниках продовження фрази:

- Я упевнений(а), що інколи...
- Я відчуваю, що...
- Я тривожуюся у зв'язку з тим, що...
- Я схвильований(а), тому що...

Особистість ознайомили також з чинниками, які сприяють самовдосконаленню:

- уміння відрізнити головне від другорядного;
- збереження внутрішнього спокою в різних ситуаціях;
- емоційна зрілість й стійкість;
- знання засобів впливу на події;
- уміння розглядати проблему з різних точок зору;
- готовність до будь-яких неочікуваних подій;
- сприйняття дійсності такою, якою вона є, а не такою, яку хотілося б бачити;
- намагання шукати нові, змістовніші мотиви життєдіяльності;
- розвиток спостережливості;
- уміння бачити перспективу життєвих подій;
- намагання зрозуміти інших;
- уміння набувати позитивний досвід з подій, які сталися.

Ведення щоденників студентами розвивало рефлексивні вміння та навички, які забезпечували готовність особистості до саморозвитку,

самовдосконалення, саморегуляції власних дій. До структури таких рефлексивних умінь входили усвідомлене засвоєння знань (інформації); особистісне осмислення отриманої інформації (знань, що здобувалися); вміння адекватно оцінити результати діяльності; здатність до самопізнання і самовдосконалення.

Загальна мета тренінгів, які спрямовані на самомоніторинг, конкретизувалася в таких завданнях: набуття знань з галузі психології особистості, групи, спілкування; формування вмінь і навичок спілкування, наприклад, вміння бути учасником або керівником дискусії, вміння правильно будувати ділову бесіду, вислухати й зрозуміти співрозмовника, встановити контакт зі співрозмовником, скоректувати стосунки у ході бесіди тощо; корекція, формування й розвиток налаштувань, необхідних для успішного спілкування; розвиток здатності адекватно і повно сприймати та оцінювати себе й інших людей, а також відносини, що складаються між людьми; корекція і розвиток системи відносин особистості.

Значимо, що існує специфіка тренінгу, спрямованого на само моніторинг – це: а) самоспрямованість дій студента як майбутнього фахівця, що зобов'язувало його діяти самостійно та цілеспрямовано; б) процесуальність, що передбачає виділення певного часу для формування і закріплення певних реакцій, умінь та навичок свідомого самовпливу; в) значна активізація всіх дій майбутнього дипломова-ного спеціаліста, а також індивідуального «Я»; г) наявність технології самовдосконалення, що складається з інших методів і прийомів.

Реалізація самомоніторингу відбувалася також за допомогою навчання аутотренінгу (це комплекс вправ і прийомів, розрахованих на самонавіювання), який складався з двох етапів. На першому етапі відбувалося формування здатності студента входити у стан усвідомлення або аутогенного занурення й залишатися в цьому стані певний час. На другому етапі освоювався такий прийом, як самонавіювання. У результаті особистість отримувала здатність управляти початково-мимовільними психічними процесами. Ці можливості психічної саморегуляції особистості засновані на тому, що слова і уявні образи можуть впливати на ті психічні функції, які не піддаються свідомому контролю. Як відомо, аутогенне занурення – це особистісний стан усвідомлення, який близький до гіпнотичного, але має певну специфіку. Вже на етапі освоєння аутогенного занурення відбувалося навчання самонавіюванню і самоусвідомленню. Перевага такого підходу полягала в тому, що прагнення до успіху в навчанні в цьому випадку легко контролювалася як суб'єктивними відчуттями,

так й за допомогою об'єктивних даних фізіологічного самомоніторингу. Для початку потрібно було чітко поставити перед собою мету. Наприклад, якщо студент ставив за мету самовдосконалення, то, зрозуміло, лише його бажання було мало, так само, як й постійного вимовляння цього слова. Необхідно було уявити ефект від здобуття бажаного результату в деталях, повністю сконцентрувати увагу на бажаному результаті та кілька разів повторити все вголос або про себе.

Для занять аутотренінгом, студентам надавалася інструкція:

- перш за все потрібно обрати зручне й спокійне місце;
- вправами найзручніше займатися лежачи – так легше розслабитися, що і передбачає проведення аутотренінгу. Проте для цього можна використати і м'яке крісло;
- перед початком вправи потрібно зайняти положення, яке ви зможете не міняти впродовж всього заняття, – біля півгодини;
- коли обрано досить зручне положення, можна включати аудіозапис і прагнути уявляти образи чітко і яскраво;
- для того, щоб виробити сформовані навички ефективного розслаблення, цим варто займатися щодня.

Аутотренінг сприяв пробудженню та поетапному закріпленню власних сил студента, навчав його свідомо управляти своїми можливостями. Це сприяло формуванню засад співпраці, взаєморозуміння, налагодженню оптимального морального клімату, підвищенню якості навчальної діяльності. Студенти навчалися майстерності володіння собою, власною поведінкою, що стане в пригоді їм у майбутній професійній діяльності. Вони засвоювали засоби оцінювання ситуацій, набували вмінь приймати правильне рішення, звільнялися від страхів, агресивності та невпевненості у своїх силах, тривожності. Успіху досягали студенти, які володіли розвиненою інтуїцією, були здатні швидко орієнтуватися в інформаційних потоках, правильно діагностувати ситуацію і приймати правильні рішення.

Отже, самомоніторинг студентів в освітньому процесі передбачає самодіагностику власної діяльності, самопланування програми із самовдосконалення, самоаналіз результатів після виконання програми, поточну самокорекцію, а також оцінку результатів, їх порівняння з прогнозованими. На основі самомоніторингу визначається рівень досягнення мети на конкретному етапі як освітньої, так й професійної діяльності, що дозволяє реалізувати наступні дії.



Висновки

Самовдосконалення особистості – це проблема, вирішення якої на сьогоднішній день не завершене. Узагальнений досвід, спостереження та експериментальні дані свідчать, що процес самовдосконалення не приведе до ефективних наслідків, якщо не буде передбачена його органічна єдність із розвитком, становленням особистості. Щоб виховати всебічно розвинену особистість, розвинути потенційні можливості людини, педагогу необхідно оволодіти методами й засобами, які розвивають креативні риси особистості. Самовдосконалення особистості має починатися ще у школі.

Сучасна європейська педагогіка передбачає необхідність поліпшення методик навчання відповідно до прагнень і можливостей громадян. Серед стратегічних напрямів створення загальноєвропейського простору вищої освіти поступово стає визначальним створення освітніх систем, орієнтованих на всебічний розвиток особистості, цей процес неможливий без знання основ та методики самовдосконалення. Національною доктриною освіти в Україні визнано пріоритетною особистісно орієнтована освітня парадигма, яка виходить з інтересів і запитів споживачів освітніх послуг. В наш час відсутня фахова методика самовдосконалення особистості.

У монографії на підставі науково-визнаних структурних концепцій визначені основні складові самовдосконалення особистості: самоосвіта, самовиховання, самовизначення, самопізнання, самореалізація, самооцінка, самоствердження, самомоніторинг, самоактуалізація.

Теоретичними засадами процесу самовдосконалення є: педагогіка самовдосконалення особистості як особистісне й професійне зростання людини, умови ефективності процесу самовиховання особистості, виховання відповідальності за себе, особливості педагогічної етики у ЗВО, складові програми самовиховання особистості, методи

////////////////////////////////////

самовиховання (дії на особистість, позитивного підкріплення, розумного самовимушення, самоаналізу, захисних блокувань психіки людини від перевантажень), само перевиховання, самоосвіта.

До чинників процесу самовдосконалення особистості маємо віднести: освітню співпрацю, самоосвіту, саморегуляцію, особистісне самовизначення, взаємозв'язок процесів самопізнання й самовиховання, а також, самовиховання й діяльність особистості.

Одним із засобів формування потреби самовдосконалення особистості є художня література.

Формування процесу самоосвіти складається з: самостійної освітньої діяльності, системи вправ та завдань, самостійної роботи з книгою. Маємо констатувати, що складові самоосвіти – самонавчання і самовиховання. Самостійна робота – вища форма освітньої діяльності й спосіб виховання самостійності у набутті знань.

При керівництві самостійною роботою студентів у ЗВО слід враховувати форми самостійної роботи, індивідуально-психологічні особливості студентів під час реалізації завдань самостійної роботи.

Саморозвиток припускає вдосконалення особистістю пізнавальних (інтелектуальних), ділових та фізичних якостей й загальних умінь. Доцільно розвивати у себе мислення, увагу, пам'ять, працездатність, фізичну силу й витривалість, стійкість до ризику, небезпеки й невдач, акуратність, організованість, рішучість, самостійність, сміливість. Корисно й оволодіння загальними уміннями, які потрібні людині повсякденно й в житті, й в професійній діяльності. Так, треба уміти планувати свою діяльність, доводити почату справу до кінця, аналізувати свої дії і досягнуті результати, робити висновки з успіхів і невдач й вчитися на них, уміти всесторонньо і глибоко аналізувати виникаючі проблеми й знаходити обґрунтовані шляхи їх рішення, вміти бути оптимістом, прагнути підтримати все нове, передове, допомагати іншим й вчитися у інших, володіти основами керівництва роботою людей, підлеглих по службі, поєднувати вимогливість до інших з їх пошаною, турботою й вимогливістю до себе, показувати позитивний приклад іншим в поведінці й роботі, уміти мислити психологічно й педагогічно.

Можна стверджувати, що взаємозв'язок самовдосконалення й діяльності особистості на основі теоретичного розгляду їх основних напрямів трансформується в нові утворення, забезпечуючи пошук нових педагогічних рішень і форм поведінки особистості.

Процес самовдосконалення залежить від відношення до роботи. Особистість, яка легковажно відноситься до самовиховання та

самоосвіти чи невпевнена, що може щось змінити в собі, або зовсім нічого не досягає, або досягає дуже мало. Отже, треба вірити в себе і проявляти максимальну активність у вправах. Для роботи над собою необхідні реальні дії і вчинки, в процесі здійснення яких і відбувається самовдосконалення особистості.

Чинниками процесу самовдосконалення особистості є: мотиви самовдосконалення як програма процесу самовдосконалення; моральне становлення особистості; дисциплінованість; усвідомлення національної гідності й менталітету; самоосвіта.

Суб'єктна позиція особистості сприяє реалізації внутрішнього потенціалу та позитивно впливає на процес професійного та особистісного становлення. Зовнішніми факторами, що впливають на професійну підготовку особистості студента та на його активність з саморозвитку постають вимоги професійної діяльності та навколишнє соціокультурне оточення (насамперед, характер і якість організації освітнього середовища у вищому навчальному закладі). Внутрішніми факторами є рівень розвитку професійної свідомості і самосвідомості (ступінь усвідомленості й розуміння самого себе, сформованості Я-концепції) та сформованість індивідуальної системи ціннісних орієнтацій). Внутрішня детермінація особистісного самовдосконалення – здатність особистості спричиняти внутрішні зміни за допомогою актуалізації та реалізації своїх внутрішніх ресурсів. Особистісне самовдосконалення можна розглядати як процес самостійного, цілеспрямованого творчого руху особистості до вершин особистісного розвитку.

Перспективами подальших розвідок у даному напрямі можуть стати дослідження особливостей утворення ціннісно-мотиваційної сфери особистості, що визначають формування потреби в особистісному самовдосконаленні.

В процесі особистісного самовизначення молода людина має прийняти рішення, спираючись на свою внутрішню позицію, особистісну систему цінностей, щодо вирішення основних проблем, які потребують усвідомленого та самостійного вибору в період ранньої юності. Цими проблемами є: вибір майбутньої професії, утвердження морально-етичних принципів поведінки, громадянське та політичне самовизначення.

Процес формування самооцінки особистості взаємопов'язаний з самовихованням і має механізми взаємовпливу та вияви в процесі соціалізації особистості. Зробити ці висновки можемо на основі теоретичного розгляду основних напрямів означеної проблеми.

Самомоніторинг особистості у освітньому процесі передбачає самодіагностику власної діяльності, самопланування програми із самовдосконалення, самоаналіз результатів після виконання програми, поточну самокорекцію, а також оцінку результатів, їхнє порівняння з прогнозованими. На основі самомоніторингу визначається рівень досягнення мети на конкретному етапі як навчальної, так і професійної діяльності.

Здійснене в дослідженні культурно-історичне обґрунтування сутності, структури та особливостей самовдосконалення особистості дало змогу окреслити певні специфічні складові самоосвіти, самовиховання, самовизначення, самопізнання, самореалізації, самооцінки, самоствердження, самомоніторингу, самоактуалізації зумовлені властивостями особистості.

Сподіваємось, що обґрунтовані в монографії складові самовдосконалення особистості дають змогу вирішити проблему запровадження в практику вищої освіти теоретичні й методичні засади самовдосконалення у професійній підготовці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдулина А. О. *Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего педагогического образования: пособие для пед. спец. высш. учеб. заведений. 2-е изд., перераб. и дополнен.* Москва: Просвещение, 1990. 141 с.
2. Аверін М. Метод самоорганізації особистості та його соціально-педагогічні перспективи. *Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство: науково-методичний збірник.* Ред. кол. Софій Н., Єрмаков І. та ін. Київ: Контекст, 2000. 336 с.
3. Азаров Ю. П. Семейная педагогика : Педагогика любви и свободы. Москва: Аргументы и факты, 1993. 605 с. : ил.
4. Азимов А. Язык науки : в мире науки и техники. Москва: Мир, 1985. 282 с.
5. Акмеология: учеб. пособие. Деркач А. А., Зызыкин В. Г. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 256 с. (Серия «Учебное пособие»).
6. Алексюк А. М. Педагогіка вищої освіти України. Історія. Теорія: підручник. Київ: Либідь, 1998. 560 с.
7. Алексюк А. М., Аюрзанайн А. А., Підкасистий П. І. Організація самостійної роботи студентів в умовах інтенсифікації навчання. Київ: Либідь, 1993. 312 с.
8. Алякринский Б. С. Беседы о самовоспитании. *2-е изд. перераб. и доп.* Москва: Знание, 1977. 176 с. : ил.
9. Андрущенко В. П. Роздуми про освіту: статті, нариси, інтерв'ю. Київ: Знання України, 2008. 819 с.
10. Анциферова Л. И. К психологии личности как развивающейся системе. *Психология формирования и развития личности.* Москва, 1981. 167 с.
11. Арет А. Я. Очерки по теории самовоспитания. Фрунзе: Киргизский гос. ун-т, 1961. 125 с. [б. и.].
12. Ассаджоли Р. Психосинтез : теория и практика. Москва: «REFL-book», 1994. 261 с.
13. Афанасьев В. Г. Научное управление обществом. Москва: Высш. шк., 1973. 168 с.

-
14. Байрамкулова Т. Д. Педагогические условия самоутверждения личности подростка в учебной деятельности: дисс. ... кандидата пед. наук: 13.00.01. Карачаевск, 2004. 185 с.
15. Барахович И. И. Формирование коммуникативной компетентности студентов педагогического колледжа : автореф. дисс. на соискание научн. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика профессионального образования». Красноярск, 2000. 21 с.
16. Бердяев Н. А. Самопознание : опыт философской автобиографии. Москва: Международные отношения, 1990. 336 с.
17. Берека В. Є. Теоретико-методичні основи фахової підготовки магістрів з менеджменту освіти: дис. ... доктора пед. наук: 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Київ, 2008. 433 с.
18. Бех І. Д. Особистісно-зорієнтоване виховання: науково-методичний посібник. Київ: ІЗМН, 1998. 204 с.
19. Бехтерев В. М. Бессмертие человеческой личности как научная проблема. *Избр. произведения (статьи и доклады)*. Москва: Медгиз, 1954. 527 с.
20. Бодалев А. А. Аксиология и современные проблемы воспитания. *Мир образования – образование в мире*. 2005. № 2. С. 13–25.
21. Божович Л. И. Компетенция педагога : сущность понятия. *Народное образование*. 2000. № 6. С. 57–63.
22. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. Москва: Просвещение, 1968. 464 с.
23. Бойко А. М. Педагогічна система : «методологія-теорія-практика». *Зб. наук. праць ПДПУ*. Вип. 5(57). Полтава, 2007. С. 5–19. (Серія «Педагогічні науки»).
24. Болотов В. А., Сериков В. В. Компетентностная модель : от идеи к образовательной программе. *Педагогика*. 2003. № 10. С. 8–14.
25. Большой толковый психологический словарь. Ребер А. (Penguin). Т. 2 (П-Я). *Пер. с англ.* Москва: Вече, АСТ, 2000. 560 с.
26. Большой толковый словарь иностранных слов. В 3-х тт. Сост. Надель-Червинская М. А., Червинский П. П. Ростов-на-Дону: Феникс, 1995. Т. 2. 1995. 544 с.
27. Большой экономический словарь. Под ред. Азрилияна А. К. 3-е изд., *стереотип*. Москва: Ин-т новой экономики, 1998. 860 с.
28. Большой энциклопедический словарь. Ред. Прохоров А. М. Москва, 1998. 1456 с. : ил.
29. Бондаревская Е. В., Кульневич С. В. Педагогика : личность в гуманистических теориях и системах воспитания. Ростов-на-Дону: Феникс, 1999. 560 с.
30. Ботяков Ю. Антропология насилия. Отв. ред. Бочаров В. В. и Тишков В. А. Санкт-Петербург: Наука, 2001. 536 с.

31. Брамс А. Г. Проблемы и перспективы реализации компетентностного подхода в образовании. *ЭЙДОС : Интернет-журнал*. 2005. 10 сент. URL : <http://www.Eidos.Ru/journal>.

32. Братусь Б. С. Опыт обоснования гуманитарной психологии. *Вопросы психологии*. 1990. № 6. С. 9–17.

33. Букреева И. В. Развитие педагогической компетентности учителя в учреждениях дополнительного профессионального образования : автореф. дис. на соискание научн. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика профессионального образования». Ставрополь, 2004. 26 с.

34. Бурков В. Н., Ириков В. А. Модели и методы управления организационными системами. Москва: Наука, 1994. 272 с.

35. Буряк В. К. Керування самостійною роботою студента. *Вища школа*. 2001. № 4–5. С. 16–22.

36. Васильев В. В. Самовизначеність молоді у формуванні їх професійного потенціалу. *Вісник ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 50. Чернігів: ЧДПУ, 2008. № 50. С. 37–41. (Серія : педагогічні науки).

37. Васильев В. В., Мокряк В. Л. Динаміка ціннісних орієнтацій молоді. *Придніпровський науковий вісник. (Історія і соціологія)*. 1997. № 26. С. 1–7.

38. Великий тлумачний словник сучасної української мови. Уклад. і голов. ред. Бусел В. Т. Київ, Ірпінь: Перун, 2004. 1440 с.

39. Вербицкий А. А. Активное обучение в высшей школе : контекстный подход. Москва: Высшая школа, 1991. 204 с.

40. Вища освіта в Україні : нормативно-правове регулювання. Ч. 1. Київ: Форум, 2006. 398 с.

41. Возрастная и педагогическая психология: учебник для пед. ин-тов. Давыдов В. В., Драгунова Т. В., Ительсон Л. Б. Москва: Просвещение, 1979. 288 с.

42. Волинка Г. И. О некоторых закономерностях самореализации и самореализующейся личности. *Проблема самореализации личности в педвузе и общеобразовательной школе: тезисы докладов межвузовской научной конференции*. Киев, 1990. 275 с.

43. Волощук І. С. Педагогічне дослідження: навч. посібник. Київ: Інформ. системи, 2009. 390 с.

44. Выготский Л. С. История развития высших психических функций. Москва: Педагогика, 1983. *Собр. соч. В 6-ти тт.* Т. 3. 1983. 368 с.

45. Выготский Л. С. Умственное развитие детей в процессе обучения. Москва: Педагогика, 1983. *Собр. соч. В 6-ти тт.* Т. 4. 1983. 584 с.

46. Галузинський В. М., Масленникова Н. П. Самовиховання та самоосвіта школярів. Київ: Рад. школа, 1969. 151 с.

47. Гальперин П. Я. Развитие исследований по формированию умственных действий. *Введение в психологию*. Москва: Книжный дом «Университет», 1999. 332 с.

48. Гарифьянов Р. С. Психолого-педагогические основы руководства самовоспитанием студентов. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1978. 181 с.

49. Гершунский Б. С. Философия образования для XXI века (В поисках практико-ориентированных образовательных концепций). Москва: Интер-Диалект, 1998. 608 с.

50. Гильмеева Р. Х. Профессиональное развитие учителя в современных условиях. Казань: РИЦ «Школа», 2001. 103 с.

51. Основы самовиховання особистості: навчально-методичний посібник. Главацька О. Л. Київ: Кондор, 2008. 206 с.

52. Гозман Л. Я., Кроз М. В., Латинская М. В. Самоактуализационный тест. Москва: Рос. пед. агентство, 1995. 44 с.

53. Гоноболин Ф. Н. Книга об учителе. Москва: Просвещение, 1965. 260 с.

54. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ: Либідь, 1997. 375 с.

55. Гончарук П. А. Психологія навчання. Київ: Вид-во при Київському держ. ун-ті вид-го об'єд. «Вища школа», 1985. 144 с.

56. Гордеева Л. М. Педагогическое руководство нравственным самовоспитанием старших школьников : автореф. дисс. на соискание науч. степени кандидата пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика профессионального образования». Минск, 1971. 20 с.

57. Гордієнко Т. П. Організація самостійної роботи студентів. *Вісник ЧДПУ*. Чернігів, 2004. Вип. 23. С. 159–163. (Серія : педагогічні науки).

58. Гордон Драйден, Джаннетт Вос. Революція в навчанні. *Переклад Олійник М.* Львів: Вид-во «Літопис», 2005. 541 с.

59. Гохберг О. С. Проблема разработки гибких педагогических технологий обучения в вузе : автореф. дис. на соискание науч. степени кандидата пед. наук: спец. 13.00.01 «Теория и история педагогики». Київ, 1995. 23 с.

60. Гримак Л. П. Резервы человеческой психики. Москва: Политическая литература, 1987. 286 с.

61. Грищенко С. В. Взаимосвязь процессов самопознания и самовоспитания. *Историко-правовые и социально-экономические аспекты развития общества: тезисы докладов VII межвузовской научно-практической конференции*. Чернигов: Украинско-Российский институт (филиал) МГОУ в г. Чернигове, 2008. С. 13–14.

62. Грищенко С. В. Виховання відповідальності за себе як початок самовиховання. *Проблеми сучасної освіти. Серія: Педагогіка і психологія: зб. статей*. Ялта : РВВ КГУ, 2009. Вип. 22. Ч. 1. С. 164–171.

63. Грищенко С. В. Вплив гендерних стереотипів на процес самовиховання. *Обласна науково-практична конференція «Сучасна українська сім'я : гендерні проблеми та шляхи їх подолання»*. Чернігів, 4 лютого 2009.

64. Грищенко С. В. Історичний аспект самовиховання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 85. Чернігів, 2011. С. 67–71. (Серія : педагогічні науки).

65. Грищенко С. В. Керівництво самостійною роботою студентів університету – майбутніх фахівців соціальної сфери. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 79. Чернігів, 2010. С. 237–241. (Серія : педагогічні науки).

66. Грищенко С. В. Методи самовиховання як необхідна складова професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика: збірник наукових праць*. Вип. 5(28). Луганськ: Вид-во Східноукр. нац. ун-ту імені В. Даля, 2008. С. 34–42.

67. Грищенко С. В. Методи самовиховання як освітня проблема розвитку суспільства. *Историко-правовые и социально-экономические аспекты развития общества : VIII межвузовская научно-практическая конференция (Чернигов, 15 апреля 2009 г.): материалы докладов и выступлений*. Чернигов: Украинско-Российский институт (филиал) МГОУ в г. Чернигове, 2009. С. 106–108.

68. Грищенко С. В. Організація самостійної роботи студентів педагогічного університету. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки : педагогічні науки*. № 13. 2010. С. 27–31.

69. Грищенко С. В. Особливості педагогічної етики у ВНЗ та сучасні парадигми вищої освіти. *Наукові записки НДУ*. 2007. № 2. С. 87–91. (Серія : психолого-педагогічні науки).

70. Грищенко С. В. Педагогіка самовдосконалення особистості. *Вісник ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 50. Чернігів, 2008. № 50. С. 53–57. (Серія : педагогічні науки).

71. Грищенко С. В. Передумови процесу самовиховання майбутніх фахівців соціальної сфери. *Вісник ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 84. Чернігів: ЧДПУ, 2011. С. 58–62. (Серія : педагогічні науки).

72. Грищенко С. В. Проблема самоствердження студентів педагогічного університету. *Педагогіка і психологія професійної освіти: науково-методичний журнал*. № 2. 2011. С. 134–142.

73. Грищенко С. В. Проблеми самовиховання у формуванні особистості. *Вісник Черкаського університету*. Вип. 123. Черкаси, 2008. С. 51–56. (Серія : педагогічні науки).

74. Грищенко С. В. Професійне самовдосконалення майбутніх працівників соціальної сфери. *Вісник ЧНПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 83. Чернігів, 2011. С. 156–161. (Серія : педагогічні науки).

75. Грищенко С. В. Психологічна проблема взаємозв'язку самовиховання і діяльності особистості. *Педагогічна освіта : теорія і практика : педагогіка, психологія: зб. наук. пр.* Ред. кол. : Бех І. Д., Огнев'юк В. О., Кононко О. Л. Київ: КМПУ імені Б.Д. Грінченка, 2009. № 11 (спец. вип. ч. 2). С. 131–136.

76. Грищенко С. В. Роль соціального успадкування в самовдосконаленні майбутніх фахівців соціальної сфери. *Вісник ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 74. Т. І. Чернігів, 2009. С. 138–141. (Серія : психологічні науки).

77. Грищенко С. В. Самоактуалізація – основна умова формування досвіду самостійної практичної діяльності, самоконтролю і саморегуляції. *Рідна школа: щомісячний науково-педагогічний журнал*. № 6. Червень 2010. С. 27–31.

78. Грищенко С. В. Самоактуалізація майбутнього фахівця соціальної сфери в контексті організації самостійної навчальної діяльності. *Рідна школа : щомісячний науково-педагогічний журнал*. № 3. Березень 2010. С. 36–39.

79. Грищенко С. В. Самовиховання молоді як основа формування професійного потенціалу. *Вісник ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 80. Чернігів, 2010. С. 65–68. (Серія : педагогічні науки).

80. Грищенко С. В. Самовиховання особистості: монографія. Чернігів: ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка, 2009. 252 с.

81. Грищенко С. В. Самооцінка у структурі самовдосконалення майбутніх фахівців соціальної сфери. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. За ред. Мельник Л. П., Співака В. І. Вип. XVI. Кам'янець-Подільський: ПП Медобори – 2006, 2011. С. 49–57. (Серія : соціально-педагогічна).

82. Грищенко С. В. Складові програми самовиховання особистості. *Вісник ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 61. Чернігів, 2009. С. 58–64. (Серія : педагогічні науки).

83. Грищенко С. В. Теоретичні аспекти самовиховання. *Вісник Прикарпатського національного університету імені В. Стефаника*. 2008. Вип. XXII – XXIII. С. 25–32. (Серія : педагогіка).

84. Грищенко С. В. Усвідомлення національної гідності і менталітету – форма самосвідомості й самоконтролю. *Вісник ЧДПСТтаП*. 2 : 2009. Чернігів: ЧДПСТтаП, 2009. С. 171–175

85. Грищенко С. В. Формування самооцінки особистості. *Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича*. Чернівці: книга – XXI, 2009. С. 62–66.

86. Грищенко С. В. Формування та вдосконалення самооцінки майбутніх соціальних педагогів і соціальних працівників. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. Вип. 8. Луцьк: ВНУ, 2011. С. 31–37. (Серія : педагогічні науки).

87. Грищенко С. В. Характеристика чинників процесу само-вдосконалення майбутніх соціальних педагогів. *Наукові записки. Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя*. За заг. ред. проф. Коваленко Є. І. Ніжин: Видавництво НДУ імені Миколи Гоголя, 2009. № 6. Ч. 2. С. 134–137. (Серія : психолого-педагогічні науки).

88. Грищенко С. В. *Художня література як засіб формування потреби самовиховання*. ЧДПСТтаП: зб. матер. круглого столу «Трансформація зв'язку особистість – суспільство на сучасному етапі розвитку України». За ред. канд. соціол. наук Кондовича В. Ю. Чернігів: Вид-во ЧДПСТтаП, 2008. С. 77–80.

89. Гусякова Л. Г., Холостова Е. И. Основы теории социальной работы: учебное пособие. Москва: Институт социальной работы, 1997. 189 с.

90. Даниленко Л. І. Модернізація змісту, форм та методів управлінської діяльності директора загальноосвітньої школи: монографія. 2-е вид. Київ: Логос, 2002. 140 с.

91. Дарійчук Л. П. Педагогічні умови формування комунікативних умінь у студентів негуманітарних спеціальностей засобами англійської мови : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата пед. наук: спец. 13.00.01 «Історія та теорія педагогіки». Київ, 1999. 19 с.

92. Демин В. А. Профессиональная компетентность специалиста : понятие и виды. *Мониторинг образовательного процесса*. 2000. № 4. С. 35.

93. Демченко О. Дидактична система організації самостійної роботи студентів. *Рідна школа*. № 5. 2006. С. 68–70.

94. Державна національна програма «Освіта» (Україна ХХІ ст.). Київ, 1994. 62 с.

95. Десятов Т. М. Тенденції розвитку неперервної освіти в країнах Східної Європи (друга половина ХХ століття): монографія. За ред. Ничкало Н. Г. Київ: АртЕк, 2005. 335 с.

96. Джонсон Дж., Шоула К., Уиттингтон Р. Корпоративная стратегия : теория и практика. 7-е изд. Вильямс, 2007. 789 с.

97. Дизель П., Раньян У. Поведение человека в организации. *Пер. с англ.* Москва: Фонд за экономическую грамотность, 1998. 272 с.

98. Донцов И. А. Самовоспитание личности. Москва: Изд-во политической литературы, 1984. 210 с.

99. Достоевский Ф. М. Дневник писателя 1876 года. Москва, 1985. 351 с.

-
100. Дубинин Н. П. Социальное и биологическое в современной проблеме человека. *Вопросы философии*. 1972. № 10. С. 56–59.
101. Дубинин Н. П. Что такое человек. Москва: Мысль, 1983. 194 с.
102. Дубровина И. В., Лисина М. И. Возрастные особенности психического развития детей. Москва: АПН СССР, 1982. 164 с.
103. Дубровина И. В., недбаева С. В. Педагогическая психология от теории к практике. *Педагогика*. 2008. № 2. С. 61–69.
104. Егоршин А. П. Управление персоналом: учебник для вузов. 5-е изд., доп. и перераб. Нижний Новгород: НИМБ, 2005. 720 с.
105. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности: учеб. пособие. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 560 с.
106. Елканов С. Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя. Москва: Просвещение, 1989. 198 с.
107. Емельянов О. К социальному портрету отечественного предпринимателя. *Российский экономический журнал*. 1992. № 8. С. 29–32.
108. Євтух М. Б., Грищенко С. В., Михайлишин Г. Й. Технології соціальної роботи в зарубіжних країнах: навчальний посібник. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2011. 388 с.
109. Єрмаков І. Педагогіка життєтворчості : орієнтири для ХХІ століття. *Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство: наук.-метод. зб.* Київ: Контекст, 2000. С. 14–19.
110. Життєва компетенція особистості: наук.-метод. посіб. За ред. Сохань Л. В., Єрмакова І. Г., Несен Г. М. Київ: Богдан, 2003. 520 с.
111. Завалевська О. В. Self-monitoring as a pedagogical condition to develop the professional self-consciousness of future specialists. *Наукові дослідження – теорія та експеримент : міжнародн. науково-практ. конф., 2009: тези допов.* Полтава, 2009. С. 7–9.
112. Завалевська О. В. Реалізація самомоніторингу як педагогічна умова формування професійного самоусвідомлення майбутніх фахівців. *Народна освіта*. № 3. 2010. URL : <http://www.narodnaosvita.kiev.ua/vupysku/12/statti/zavalevska.htm>.
113. Зайченко І. В. Педагогіка: навч. пос. для студентів вищ. пед. навч. закладів. Чернігів: Деснянська правда, 2003. 528 с.
114. Захаріна М. І. Проблеми професійної соціалізації в соціальній роботі. *Вісник Чернігівського державного інституту права, соціальних технологій та праці: щоквартальний науковий збірник*. 2009. № 2. Чернігів: Чернігівський державний інститут права, соціальних технологій та праці, 2009. С. 315–321. (Серія право, економіка, соціальна робота, гуманітарні науки).
115. Захарова А. В. Психология формирования самооценки. Минск: Новое знание, 1993. 100 с.

116. Захарова А. В. Структурно-динамическая модель самооценки. *Вопросы психологии*. 1989. № 1. С. 5–15.

117. Зеер Э. Ф., Павлова А. М., Сыманюк Э. Э. Модернизация профессионального образования: компетентностный подход: учеб. пособие. Москва: Московский психолого-социальный институт, 2005. 216 с.

118. Зимняя И. А. Культура. Образованность. Профессионализм специалиста : (К проблеме унифицирования требований к уровню профессиональной подготовки в структуре государственных стандартов непрерывного образования). *Проблемы качества, его нормирования и стандартов в образовании: сб. науч. ст.* Под общ. ред. Селезневой Н. А., Казановича В. Г. Москва, 1998. С. 31–35.

119. Знаков В. В. Понимание в познании и общении. Москва: Институт психологии РАН, 1994. 237 с.

120. Зорина Л. Я. Программа – учебник – учитель. Москва: Знание, 1989. 80 с.

121. Ильина Т. Педагогика: курс лекций. Москва: Просвещение, 1984. 172 с.

122. Ігумнова О. Б. Спілкування та розвиток особистості. *Актуальні проблеми гуманітарних та природничих наук: збірник наукових праць студентів гуманітарного інституту*. В 2-х тт. Т. 1. Хмельницький: ХНУ, 2006. С. 8–10.

123. Ісаєва О. О. Організація та розвиток читацької діяльності школярів при вивченні зарубіжної літератури: посібник для вчителя. Київ: Ленвіт, 2000. 184 с.

124. Калашник М. Г., Вертегел В. Л. Самостійна робота – потужний засіб сучасної освіти і виховання: навчально-методичний посібник з питань формування естетичних смаків у студентської молоді в навчально-виховному процесі. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2005. 326 с.

125. Калініченко А. І. Деякі аспекти організації самовиховання студентської молоді. *Збірник «Проблеми освіти»*. № 25. Київ, 2001. С. 162–166.

126. Калініченко А. І. Самовиховання як засіб творчої реалізації студентської молоді. *Молодь у сучасному світі: морально-естетичні та культурологічні виміри: матеріали науково-практичної конференції*. Львів, 2001. С. 188–190.

127. Калініченко А. І. Самовиховання як фактор формування особистості. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету*. 2000. С. 68–73. (Серія : педагогіка і психологія).

128. Кан-Калик В. А., Никандров Н. Д. Педагогическое творчество. Москва: Педагогика, 1990. 144 с. (Б-ка учителя и воспитателя).

129. Капська А. Й., Завацька Л. М., Грищенко С. В. Технології соціальної роботи в зарубіжних країнах: навчальний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2011. 248 с.

130. Капська А. Й., Олексюк Н. С., Калаур С. М., Фалинська З. З. Соціально-педагогічна робота з проблемними сім'ями: посібник. Тернопіль: Астон, 2010. 304 с.

131. Каптерев П. Ф. О саморазвитии и самовоспитании. *Педагогика*. № 7. 1999. С. 73–84.

132. Карнеги Дейл. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. *Перекл. Семенова Ю. В.* Москва: Ониск : ТОО «Дюна», 1994. 272 с.

133. Карпенчук С. Г. Теорія та методика виховання: навч. посібник. Київ: Вища школа, 1997. 304 с.

134. Класифікатор професій : ДК 003:2005. *Чинний від 2005-12-26.* Київ: Держспоживстандарт України, 2005. 615 с. (Національний класифікатор України).

135. Клещева Н. А., Штагер Е. В., Шилова Е. С. Перспективные направления совершенствования процесса обучения в техническом вузе: учеб.-метод. пособие. Владивосток: Изд-во ДВГТУ, 2007. 137 с.

136. Клименко Л. В. Управление самостоятельной работой студентов. *Сознательность и активность в дидактике и теории воспитания.* Днепропетровск, 1979. Вып. 1. 112 с.

137. Клименко Л. В. К вопросу о классификации типов самостоятельных внеаудиторных работ студентов. *Психолого-педагогические основы совершенствования подготовки специалистов в университете.* Днепропетровск, 1980. 341 с.

138. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. Москва: Академия, 2004 304 с.

139. Книгге А. Об обращении с людьми. Дубна, 1994. 145 с.

140. Кнорринг В. И. Теория, практика и искусство управления: учебник. Москва: Норма, 2007. 544 с.

141. Коберник О. М. Модернізація підготовки майбутніх учителів трудового навчання. *Трудова підготовка в закладах освіти.* 2004. № 4. С. 28–30.

142. Ковалев А. Г. Коллектив и социально-психологические проблемы руководства. Москва: Знание, 1978. 182 с.

143. Ковалев А. Г. Личность воспитывает себя. Москва: Политиздат, 1983. 256 с.

144. Ковалев А. Г. Психология семейного воспитания. Минск: Выш. шк., 1980. 232 с.

145. Ковалев С. М. Воспитание и самовоспитание. Москва: Мысль, 1986. 284 с.

146. Ковальски Р. Логика в решении проблем. Москва: Наука, 1990. 277 с.

147. Коган М. С. Человеческая деятельность (Опыт системного анализа). Москва: Изд-во политической литературы, 1974. 331 с.

148. Козел В. И. Формирование готовности личности к конструктивному самоутверждению: учебно-метод. пособие. Под ред. Гавриловец К. В. Барановичи: РИО БарГУ, 2009. 240 с.

149. Козлов А. А., Иванова Т. Б. Практикум социального педагога: учеб. пособие. Ростов-на-Дону: Феникс, 2001. 320 с.

150. Козырева Н. А. Самоутверждение личности школьника в учебной деятельности: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 «История и теория педагогики». Саратов, 2000. 244 с.

151. Коломинский Н. Л. Повышение психологической компетентности педагогических кадров. Под ред. Жерносека И. Ф., Красовицкого М. Ю., Крисюка С. В. Київ: Освіта, 1992. С. 62–69.

152. Коломінський Н. Л. Психологія педагогічного менеджменту: навч. посіб. для студ. навч. закл., керівників установ освіти. Київ: МАУП, 1996. 176 с.

153. Колошин И. П. Проблемы формирования технического мышления. Москва: Изд-во МГУ, 1974. 184 с.

154. Коменский Я. А. Великая дидактика. Москва: Просвещение, 1989. 411 с.

155. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи : бібліотека з освітньої політики. Під заг. ред. Овчарук О. В. Київ: К.І.С., 2004. С. 86–90.

156. Компетентностный подход в педагогическом образовании: монография. Под ред. проф. Козырева В. А. и др. Санкт-Петербург: РГПУ им. А. И. Герцена, 2005. 392 с.

157. Концепція професійної освіти України. *Освіта України*. 7–14 липня. 2004.

158. Коростылева Л. А. Проблема самореализации личности в системе наук о человеке. *Психологические проблемы самореализации личности*. Санкт-Петербург, 1997. 240 с.

159. Коротяев Б. И. Учение – процесс творческий. Москва: Просвещение, 1986. 208 с.

160. Костюк Г. С. Избранные психологические труды. Под ред. Прокоlienко Л. Н. Москва: Педагогика, 1988. 301 с.

161. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ, 1989. 487 с.

162. Кочетов А. И. Воспитай себя. Минск: Нар. асвета, 1982. 48 с.

163. Кочетов А. И. Как заниматься самовоспитанием. Минск: Выш. шк., 1991. 287 с.

-
164. Кочетов А. И. Личность воспитывает себя. Москва: Политиздат, 1983. 60 с.
165. Кочетов А. И. Организация самовоспитания школьников. Минск: Нар. асвета, 1990. 171 с.
166. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 992 с.
167. Круглый стол. Теория и практика личностно ориентированного образования. *Педагогіка*. 1996. № 5. С. 72–80.
168. Кузміньський О. І. Педагогіка вищої школи: навчальний посібник. Київ: Знання, 2005. 486 с.
169. Кузьмина Н. В. Акмеологическая теория повышения качества подготовки специалистов образования. Москва: Исслед. центр проблем качества подготовки специалистов, 2001. 144 с.
170. Кузьмина Н. В. Закономерности педагогической деятельности. *Современные психолого-пед. пробл. высш. школы: межвуз. сб.* Под ред. Бодашева А. А. Ленинград, 1978. Вып. 4. С. 66–74.
171. Кузьмина Н. В., Григорьева Е. А., Якунца В. А. Методы системного педагогического исследования: учеб. пособие. Ленинград: Ленинградский гос. ун-т, 1980. 172 с.
172. Кузьмина Н. В. Способности, одаренность, талант учителя : в помощь лектору. Ленинград, 1985. 32 с.
173. Кузміньський О. І., Омеляненко В. Л. Педагогіка родинного виховання: навчальний посібник. Київ: Знання, 2006. 324 с.
174. Куликова Л. Н. Воспитать себя. Москва, 1991. 182 с.
175. Куртиков Н. А. Психология и социология управления: учебное пособие. Москва: Государственный университет управления. Книжный мир, 2005. 268 с.
176. Лазурский А. Ф. Классификация личностей. Ленинград: Гос. издат, 1924. 290 с.
177. Лаптева Г. Г. Педагогические условия формирования мотивации самоутверждения у младших школьников: дис. ... кандидата пед. наук: 13.00.01. Воронеж, 1999. 138 с.
178. Лебедев С. А. Стратегии профессионального самоутверждения в педагогической деятельности: дис. ... кандидата психол. наук: 19.00.07. Санкт-Петербург, 2002. 163 с.
179. Леви В. А. Искусство быть собой. Москва: Знание, 1991. 224 с.
180. Левківський М. В., Микитюк О. М. Історія педагогіки: навч. посіб. За ред. Левківського М. В. Харків: ОВС, 2002. 240 с.
181. Леонтьев А. А. Психология общения: пособие для дополн. образования. 2-е изд., испр. и допол. Москва: Смысл, 1997. 365 с. (Психология для студента).

182. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва: Политиздат, 1977. 304 с.

183. Леонтьев А. Н. О некоторых перспективных проблемах советской психологии. *Вопросы психологии*. 1967. № 6. С. 9–18.

184. Леонтьев Д. А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу. *Вопросы психологии*. 1987. № 3. С. 150–158.

185. Лесгафт П. Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение. Москва: Педагогика, 1991. 358 с.

186. Лукашевич М. П., Червона Л. М. Гендерні стереотипи в сучасній українській освіті : управлінський аспект. *Сучасні проблеми гуманізації та гармонізації управління: матеріали 5-ї Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції. Харків, Українська Асоціація «Жінки в науці та освіті», Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна, Житомирський інститут підприємництва і сучасних технологій, 2004. 368 с.*

187. Мажериков В. А. Введение в педагогическую профессию: учеб. пособие для студ. пед. учеб. заведений. Москва: Пед. об-во России, 1999. 255 с.

188. Макаренко А. С. Собр. соч. В 7-ми тт. Москва, 1957. Т. 4. 620 с.

189. Макаренко А. С. Собр. соч. В 7-ми тт. Москва, 1958. Т. 5. 534 с.

190. Максимова Н. Г., Пруднева В. Н. Модернизация российской образованности в вопросах и ответах. Тюмень: Тюмень. пед. ун-т, 2002. 320 с.

191. Малкова Н. В. Влияние конструктивистских идей на содержание подготовки учителя в США. *Педагогика*. 2008. № 2. С. 75–80.

192. Мансудов Р. П., Кимер М. Т. Защита от насилия в семье: проблема, разработки и запуск комплексной социальной технологии. *Социальные работники за безопасность в семье*. Москва, 1999. № 6. С. 84–89.

193. Манушин Э. А. Проблемы последиplomного образования. *Педагогика*. 1996. № 1. С. 24–25.

194. Мардахаев Л. В. Профессиональная деятельность и деформация личности: учеб. пособие. Москва: Союз, 2001. 37 с.

195. Маркова А. К. Психологические критерии и ступени профессионализма учителя. *Педагогика*. 1995. № 6. С. 55–61.

196. Маркова А. К. Психологический анализ профессиональной компетенции учителя. *Сов. педагогика*. 1990. № 8. С. 82–88.

197. Маркова А. К. Психология профессионализма. Москва: Пед. об-во России, 1996. 308 с.

198. Маркова А. К. Психология труда учителя: кн. для учителя. Москва: Просвещение, 1993. 192 с.

199. Маслов В. І. Теоретична модель професійної компетентності керівника школи та її складові. *Підготовка керівника середнього закладу*

освіти: навч. посіб. для викл. ін-тів післядипломної освіти. За ред. Даниленко Л. І. Київ: Міленіум, 2004. С. 61–77.

200. Маслоу А. Самоактуалізація. *Психологія личности: тексти*. Под ред. Пузыря А. А. Москва, 1982. 346 с.

201. Матюша І. К. Гуманізація навчання і виховання в загально-освітній школі. Київ: Просвіта, 1995. 122 с.

202. Мельниченко Г. В. Сутність і структура професійно-педагогічної компетентності. *Наука і освіта*. 2002. № 3–4. С. 72–74.

203. Методи та технології роботи соціального педагога: навчальний посібник. Автори-укладачі Архипова С. П., Майборода Г. Я., Тютюнник О. В. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2011. 496 с.

204. Мехорн Г., Мелхор Х.–Г. Геніями не рождаются. Москва, 1989. 172 с.

205. Мигович І. І. Теоретичні й організаційно-методичні аспекти підготовки фахівців для соціальної роботи. *Матеріали наук.-практ. конфер. «Соціальна робота в Україні початку ХХІ століття : проблеми теорії і практики»*. Київ, 2005. С. 51–52.

206. Микешина Л. А., Опенков М. Ю. Новые образы познания и реальности. Москва: Росспэн, 1997. 240 с.

207. Миллер Ричард. Движение за качество высшего образования в США. *Высш. образование в Европе*. 1997. Т. ХХІ. № 3. 1998. № 2–3. С. 216–227.

208. Мишаткина Т. В. Педагогическая этика. Серия «Высшее образование». Ростов-на-Дону: Феникс; Минск: Тетра Системс, 2004. 304 с.

209. Момот Л. Діяльнісний компонент особистісно орієнтованого змісту освіти. *Освітній дайджест*. 2004. № 4 (8). С. 76–78.

210. Муліна К. Реабілітація та профілактика насилля та жорстокості: методичні рекомендації. *Психолог. Шкільний світ*. 2008. № 78. С. 43.

211. Мышление учителя : личностные механизмы и понятийный аппарат. Под ред. Кулюткина Ю. Н., Суховской Г. С. Москва: Педагогика, 1990. 104 с.

212. Неперервна професійна освіта : філософія, педагогічні парадигми, прогноз: монографія. Андрущенко В. П., Зязюн І. А., Кремень В. Г., Максименко С. Д., Ничкало Н. Г., Сисоєва С. О. та ін. За ред. Кременя В. Г. Київ: Наукова думка, 2003. 853 с.

213. Никитин Е. П., Харламенкова Н. Е. Феномен человеческого самоутверждения. Санкт-Петербург: Алетея, 2000. 215 с.

214. Никитина Н. И. Некоторые аспекты проблемы профессиональной деформации социального педагога и пути её преодоления. *Сб. науч. ст.* Москва, 2003.

215. Ничкало Н. Г. Інформаційно-технічний виклик ХХІ століття і проблеми професійної освіти. *Теорія і практика управління соціальними*

системами. *Щоквартальний науково-практичний журнал*. Харків: НТУ «ХПУ», 2000. № 1. 126 с.

216. Ничкало Н. Г. Неперервна освіта як філософська та педагогічна категорія. *Неперервна професійна освіта : теорія і практика*. 2001. Вип. 1. С. 9–22.

217. Новейший словарь иностранных слов и выражений. Минск: Современный литератор, 2007. 975 с.

218. Новейший философский словарь. Под ред. Грицанова А. А. 3-е изд., испр. Минск: Книжный Дом, 2003. 1280 с.

219. Общая психология: курс лекций. Сост. Рогов Е. И. Москва: ВЛАДОС, 2002. 448 с.

220. Овчарук О. Компетентності як ключ до оновлення змісту освіти. *Стратегії реформування освіти в Україні : рекомендації з освітньої політики*. Міжнар. фонд «Відродження» ; Ін-т відкритого суспільства (Будапешт). Київ, 2003. С. 13–41.

221. Огарев Е. И. Компетентность образования : социальный аспект. Санкт-Петербург: РАО ИОВ, 1995. 170 с.

222. Онищенко Ю. В. Насильство в сім'ї: стан та проблеми. *Педагогіка толерантності*. 2001. № 3–4. С. 39–47.

223. Орбан Л. Е. Життєва перспектива особистості : акмеологічний аспект аналізу. *Зб. наук. праць : філософія, соціологія, психологія*. Вип. 1. Ч. 1. Івано-Франківськ: Плай, 1999. 148 с.

224. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління: навч. посіб. Івано-Франківськ: Плай, 2001. 695 с.

225. Оржеховська В. М., Хілько Т. В., Кириленко С. В. Посібник з самовиховання. Київ: Інститут змісту і методів навчання, 1996. 192 с.

226. Основные направления перестройки высшего и среднего специального образования в стране. Киев: Знание, 1987. 187 с.

227. Особистісний і професійний розвиток людини в нових соціально-економічних умовах. Професійна діагностика. Упорядник Гончаренко Т. Киев: Ред. загальнопед. газ., 2004. С. 88–98. (Бібліотека «Шкільного світу»).

228. Островський М. О. Думки про самовиховання. *Юність*. 1955. № 3. С. 71.

229. Очерки истории школы и педагогической мысли народов СРСР (1961–1986 гг.). Отв. ред. Паначин Ф. Г., Колмакова М. Н. Москва: Педагогика, 1987. 415 с.

230. Пальчевский С. С. Соціальна педагогіка: навч. посіб. Київ: Кондор, 2005. 560 с.

231. Пальчевський С. С. Акмеологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів. Київ: Кондор, 2008. 398 с.

232. Пащенко Т. М. Засоби активізації пізнавальної діяльності в процесі самостійної роботи студентів: навчально-методичний збірник. *Нові технології навчання*. Вип. 39. Київ, 2004. С. 195–200.

233. Педагогика и педагогическая подготовка. URL : <http://www.schoolnet.kiev.ua/?pedagogika=39>.

234. Педагогика и психология высшей школы: учеб. пособие. Отв. ред. Самыгин С. И. Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. 544 с.

235. Педагогика: учебное пособие. Под ред. Пидкасистого П. И. Москва: Российское педагогическое агентство, 1995. 638 с.

236. Педагогическая энциклопедия. В 4-х тт. Гл. ред. Каиров И. А. Москва: Сов. энцикл., 1964. Т. 1. 1964. 831 с.

237. Педагогическая энциклопедия. Москва: Советская энциклопедия. Т. 1–4. 1964–1968. 629 с.

238. Педагогические технологии. Под ред. Кукушкина В. С. 2-е изд., *испр. и доп.* Москва: МарТ, 2004. 334 с.

239. Педагогічна майстерність: підруч. Зязюн І. А., Карамушка Л. В., Кривонос І. Ф. та ін. За ред. Зязюна І. А. 2-е вид., *доповн. і переробл.* Київ: Вища шк., 2004. 422 с.

240. Педагогическая психология: учебное пособие. Под ред. Ключевой Н. В. Москва: Изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003. 400 с.

241. Пидкасистый П. И. Самостоятельная деятельность учащихся. 2-е изд. Москва, 1981. 287 с.

242. Пидкасистый П. И. Самостоятельная познавательная деятельность школьников в обучении. Москва, 1980. 194 с.

243. Пидкасистый П. И., Коротяев Б. И. Организация деятельности учащихся на уроке. Москва: Знание, 1985. 80 с.

244. Пидкасистый П. И., Портнов М. Л. Искусство преподавания. Москва, 1998. 356 с.

245. Пирогов Н. И. Избр. пед. соч. Москва: Педагогика, 1988. 586 с.

246. Платонов И. М., Парубочай Т. И. Пути совершенствования самостоятельной работы студентов в вузе: учеб. пособие для ун-тов, вузов, ф-тов повышения квалификации преподавателей. Челябинск: ЧГТУ, 1991. 123 с.

247. Платонов К. К. Структура и развитие личности. Отв. ред. проф. Глоточкин А. Д. Москва: «Наука», 1986. 256 с.

248. Пометун О. І. Компетентнісний підхід – найважливіший орієнтир розвитку сучасної освіти. *Рідна школа*. 2005. січ. С. 65–69.

249. Пометун О. І. Формування громадянської компетентності: погляд з позиції сучасної педагогічної науки. *Вісник*. 2005. № 23. С. 12–13.

250. Попелюшко Р. П. Особливості впливу самооцінки на формування особистості. *Актуальні проблеми гуманітарних та природничих*

наук: збірник наукових праць студентів гуманітарного інституту. В 2-х тт. Т. 1. Хмельницький: ХНУ, 2006. С. 23–25.

251. Проворов А. С., Смолянинов О. Г. Интеграция образовательных программ КГУ и базовой университетской гимназии № 1 «УНИВЕРС». *Актуальные проблемы интеграции средней и высшей ступеней регион. системы непрерывного образования: тезисы всерос. науч.-практ. конф.* Тамбов, 2001. С. 5–23.

252. Тренинг личностного роста. Протченков А. С. Москва: Творческая педогогика. 1993. 167 с.

253. Професійна освіта : словник: навч. посіб. Уклад. Гончаренко С. У. та ін. За ред. Ничкало Н. Г. Київ: Вища школа, 2000. 380 с.

254. Проців Л. Проблема самовиховання особистості в українській педагогіці на межі століть. *Пріоритети сучасної української освіти і виховання в контексті завдань педагогічної науки: матеріали педагогічних читань на пошану члена-кореспондента АПН України, доктора педагогічних наук, професора Прикарпатського університету імені Василя Стефаника Б. М. Ступарика.* Івано-Франківськ: Плай, 2003. С. 94–98.

255. Проців Л. Самовиховання як важлива складова національного виховання. *Проблема української народної педагогіки в науковій спадщині М. Стельмаховича: матеріали Перших Всеукраїнських педагогічних читань.* Івано-Франківськ, 2004. С. 201–206.

256. Проців Л. Художній твір як засіб стимулювання професійного самовиховання майбутніх вчителів (на матеріалі творів В. Домонтовича і В. Підмогильного). *Збірник наукових праць : педагогічні науки.* Херсон: Видавництво ХДУ, 2005. Вип. 39. С. 33–38.

257. Психология личности: словарь-справочник. Под ред. Горностая П. П., Титаренко Т. М. Київ: Рута, 2001. 320 с.

258. Психология подростка : полное руководство. Под ред. Реана А. А. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 432 с.

259. Психология: словарь. Под общ. ред. Петровского А. В., Ярошевского М. Г. 2-е изд., испр. и доп. Москва: Политиздат, 1990. 494 с.

260. Психологічна енциклопедія. Упорядник Степанов О. М. Київ: «Академвидав», 2006. 424 с.

261. Психологія: підручник. Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. та ін. За ред. Трофімова Ю. Л. Київ: Либідь, 2001. 390 с.

262. Радунская И. Л. Предчувствия и свершения. Москва, 1985. 137 с.

263. Реан А. А., Бордовская Н. В., Розум С. И. Психология и педагогика. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 432 с.

264. Ревен Джон. Педагогическое тестирование : проблемы, заблуждения, перспективы. Москва: Когито-центр, 1999. 128 с.

-
265. Рейнгард И. А. и др. Вопросы организации самостоятельной работы студентов. Днепропетровск, 1981. 248 с.
266. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва: Прогресс, 1994. 480 с.
267. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург: Питер Ком, 1999. 720 с.
268. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. В 2-х тт. Москва: Педагогика, 1989. Т. 2. 412 с.
269. Рувинский Л. И. Самовоспитание личности. Москва: Мысль, 1984. 140 с.
270. Рувинский Л. И. Самовоспитание чувств, интеллекта. Москва: Мысль, 1983. 213 с.
271. Русова С. Вибрані педагогічні твори. Київ: Освіта, 1996. 304 с.
272. Рычков А. К., Яшин Б. Л. Философия: учебник для студентов высших учебных заведений. Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2002. 384 с.
273. Сацков Н. Я. Методы и приемы деятельности менеджера и бизнесмена. Белая Церковь, 1994. 192 с.
274. Северіна Т. М. Внутрішня детермінація як основа особистісного самовдосконалення майбутнього педагога. *Проблеми сучасної педагогічної освіти: зб. статей*. Ялта: РВВ КГУ, 2009. Вип. 22. Ч. 1. С. 135–140. (Серія : педагогіка і психологія).
275. Селевко Г. К., Селевко А. Г., Левина О. Г. Реализуй себя. Москва: Народное образование, 2001. 176 с.
276. Семенова А. В. Розвиток професійної компетентності фахівців засобами парадигмального моделювання (інтерактивний тренінг): навч.-метод. посіб. Одеса: СВД Черкасов М. П., 2006. 130 с.
277. Сиротенко Г. О. Шляхи оновлення освіти: науково методичний аспект. Харків: Основа, 2003. 96 с.
278. Слостенин В. А., Мищенко А. И. Профессионально-педагогическая подготовка современного учителя. *Советская педагогика*. 1991. № 10. С. 79–84.
279. Слепкань З. І. Наукові засади педагогічного процесу у вищій школі: навч. посіб. для магістрів вищих навчальних закладів. Київ: Вища школа, 2005. 240 с.
280. Словник-довідник з професійної педагогіки. За ред. Семенової А. В. Одеса: Пальміра, 2006. 364 с.
281. Советский энциклопедический словарь. Гл. ред. Прохоров А. М. 3-е изд. Москва: Сов. Энциклопедия, 1979. 1600 с.
282. Сокольська Л. П. Формування творчої особистості студента в процесі його професійної підготовки. *Актуальні проблеми гуманітарних та природничих наук: збірник наукових праць викладачів гуманітарного*

інституту, підготовлений за результатами науково-дослідної роботи 2005 року. Хмельницький: ХНУ, 2005. С. 31–33.

283. Спогади про Макаренку. Ленинград: [б. и.], 1960. 180 с.

284. Справочник по психологии и психотерапии детского и подросткового возраста. Под ред. Цирикина С. Ю. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 752 с.

285. Стратегія реформування освіти в Україні : рекомендації з освітньої політики. Розроблено за підтримкою Програми розвитку ООН, Міжнародного фонду «Відродження», Інституту відкритого суспільства (Будапешт). Київ: К.І.С., 2003. 296 с.

286. Сухомлинський В. О. Вибр. твори. У 5-ти тт. Київ: Рад. шк., 1977. Т. 1. 654 с.

287. Сухомлинський В. О. Вибр. твори. У 5-ти тт. Київ: Рад. шк., 1977. Т. 2. 670 с.

288. Сухомлинський В. О. Вибр. твори. У 5-ти тт. Київ: Рад. шк., 1977. Т. 4. 640 с.

289. Сухомлинський В. О. Виховання і самовиховання. Вибрані твори в 5-ти тт. Т. 5 Київ: Рад. шк., 1977. 639 с.

290. Сухомлинський В. О. Мудра влада колективу. Київ: [б.и.], 1975. 327 с.

291. Сухомлинський В. О. Сто порад учителю. Вибр. твори. У 5-ти тт. Т. 2. 712 с.

292. Сущенко Л. П. Професійна підготовка фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): монографія. Запоріжжя: Запорізький держ. ун-т, 2003. 442 с.

293. Теоретические основы содержания общего среднего образования. Под ред. Краевского В. В., Лернера И. Л. Москва: Педагогика, 1983. 352 с.

294. Тиллих П. Мужество бытъ. *Перевод с англ. Седаковой О.* Символ. 1992. № 28. С. 7–119.

295. Тименко М., Лавриченко Н. Вибір. *Голос України*. 1992. № 115 (20 червня). С. 7.

296. Толстой Л. Н. Полн. собр. соч. Т. 46. 531 с.

297. Толстой Л. Н. Полн. собр. соч. Т. 48. 620 с.

298. Гоман І. Як удосконалювати самого себе. *Пер. з чес.* Київ: Політвидав України, 1984. 240 с., іл.

299. Третяк О. С. Психологія кризових ситуацій педагогічної взаємодії: навчально-методичний посібник. Чернігів, 2008. 128 с.

300. Трунов Д. И. Снова о «профессиональной деформации». *Психологическая газета*. № 6. 2004. С. 32–34.

301. Университетское образование и наука в XXI столетии. *Материалы междунаро. науч.- методич. конф.* Минск, 2003. 289 с.

302. Ушинський К. Д. Собр. соч. Москва, 1952. Т. 11. 432 с.
303. Ушинський К. Д. Твори. У 6-ти тт. Київ: Рад. шк., 1952. Т. 4. 433 с.
304. Ушинський К. Д. Человек как предмет воспитания. Москва: Просвещение, 1983. Т. 1. 488 с.
305. Фельдштейн Д. И. Психологические закономерности социального развития личности в онтогенезе. *Вопросы психологии*. 1985. № 6. С. 25–37.
306. Фирсов М. В. Технология социальной работы: учебное пособие. *Изд. 2-е*. Москва: Академический проект : Трикста, 2009. 428 с.
307. Фіцула М. М. Педагогіка: посібник. Київ: Видавничий центр «Академія», 2002. 528 с.
308. Фіцула М. М., Парфанович І. І. Відхилення у поведінці неповнолітніх: шляхи їх попередження та подолання: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. 432 с.
309. Фридман Л. М., Волков К. Н. Психологическая наука. Москва: Просвещение, 1985. 224 с.
310. Харламенкова Н. Е. Генез самоутверждения личности в процессе взросления: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.13. Москва, 2004. 415 с.
311. Хлебнікова Т. М. Ділова гра як метод активного навчання педагога. Харків: Основа, 2003. 80 с.
312. Хоружа Л. Л. Етична компетентність майбутнього вчителя початкових класів : теорія і практика: монографія. Київ: Преса України, 2003. 319 с.
313. Хухлаева О. Эмоциональное выгорание учителей. *Школьный психолог*. 2006. № 4. С. 24–29.
314. Цина А. Ю. Особистісно орієнтована професійна підготовка майбутніх учителів технологій : теоретико-методичний аспект: монографія. Полтава: ПНПУ, 2011. 356 с.
315. Цыганов А. Р., Круглень В. П. Педагогический факультет в Белорусской государственной сельскохозяйственной академии. *Совр. направления и технологии послевузовского обуч. специалистов : концептуальные и региональные аспекты развития и функционирования системы в рамках непрерывного образования в новом тысячелетии: материалы междунар. науч.-метод. конф.* Могилев, 2000. С. 62–64.
316. Чебоненко С. О., Третяк О. С. Самостійна робота студента в умовах освітньо-інформаційного середовища вищого навчального закладу. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*. Вип. 80. Чернігів, 2010. С. 69–71.
317. Чошанов М. М. Професійно-педагогічна компетентність: сутність поняття. *Науковий вісник Чернівецького ун-ту. Педагогіка та психологія*. 2003. Вип. 273. С. 43–49.

318. Шамова Т. И. Активизация учения школьников. Москва: Педагогика, 1982. 209 с.
319. Шаронин Ю. В. Синергетика и творчество: некоторые аспекты теории и практики нового методологического подхода. *Школа*. 1996. № 4. С. 46–54.
320. Шепель В. М. Человеческие технологии : сущность и перспективы. *Мир образования – образование в мире*. 2001. № 4. С. 94–105.
321. Шимко І. Проблеми організації самостійної роботи у вищій школі. *Рідна школа*. № 8. 2005. С. 34–35.
322. Шмаргун В. М. Особистісне самовизначення підлітків як показник готовності до суспільного життя. *Трансформація зв'язку «особистість-суспільство» на сучасному етапі розвитку України: збірник матеріалів круглого столу*. За ред. канд. соціол. наук, доц. Кондовича В. Ю. Чернігів: Видавництво ЧДПСТП, 2008. 144 с.
323. Эверетт А. Это Я! *На грани невозможного*. 1992. № 7. С. 112–114.
324. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. *Пер. с англ.* Общ. ред. и предисл. Толстых А. В. Москва: Прогресс, 1996. 344 с.
325. Юрженко В. В. Причини стагнації вчительської професії. *Трудова підготовка в закладах освіти*. 2005. № 4. С. 8–10.
326. Юридическая педагогика: учебник. Под ред. Кикотя В. Я., Столяренко А. М. Москва: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2004. 895 с.
327. Юридична енциклопедія. В 6-ти тт. Ред. кол. : Шемчушенко Ю. С. (відп. ред.) та ін. Київ: Укр. енциклопедія, 1998. Т. 3. 1998. 792 с.
328. Ярмаченко М. Вічна проблема на зламах історії. *Педагогічна газета. Академія педагогічних наук України*. 1996. № 1. С. 1.
329. Allport G. W. Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1961. 356 p.
330. Bower G. H. Mood and memory. *American Psychologist*. 1981. № 36. P. 129–148.
331. Cattell R. B. The scientific analysis of personality. Baltimore: Penguin Books, 1965. 410 p.
332. Definition and Selection of Competencies. Country Contribution Process : Summary Reports. *OECD. University of Neuchatel*. October 2001. 279 p.
333. ECTS, student workload and learning outcomes. Introduction. *Tuning General Brochure. English version*. URL : <http://tuning.unideusto.org>. 2007.
334. Erikson E. H. Identity : Youth and Crisis. New York: Norton, 1968. 336 p.

-
335. Fenichel O. The psychoanalytic theory of neurosis. New York, 1945. 215 p.
336. Fromm E. The anatomy of human destructiveness. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1973.
337. Gilpin A. and Wagenaar R. with contributions from Isaacs A. K., Sticchi-Damiani M. and Gehmich V. Approaches to teaching, learning and assessment in competence based degree programmes. *Tuning General Brochure. English version*. URL: <http://tuning.unideusto.org>. 2007.
338. Gonzalez J. Tuning methodology. *Tuning General Brochure. English version*. URL: <http://tuning.unideusto.org>. 2007.
339. Gonzalez J. Quality enhancement at programme level. *The Tuning approach. Tuning General Brochure. English version*. URL : <http://tuning.unideusto.org>. 2007.
340. Greenley J. R. Trends in urban American psychiatry: Practice in Chicago in 1962 and 1973. *Social Psychiatry*. 1981. № 16. P. 123–128.
341. Homey K. Neurosis and human growth. The struggle toward self-realization. New York: Norton, 1950. 376 p.
342. Key Competencies. A developing concepts in general compulsory education Eurydice. *The information network on education in Europe*. 2002. 28 p.
343. Kriegel U. (ed.) 2006. Consciousness and self-representation. *Psyche* 12/2.
344. Short E. The Concept of competence. Its Use and Misuse in Education. *Journal of Teacher Education*. 1985. Vol. 36. № 2. P. 5.
345. Snyder M. Self-monitoring of expressive behaviour. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1974.
346. The Key Competencies in a Knowledge-Based Economy. First Step towards selection, Definition and Description. March, 2002. 26 p.

Грищенко С.В. САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ.

Монографія. Самовдосконалення особистості – це проблема, вирішення якої на сьогоднішній день не завершене. У монографії визначені основні складові самовдосконалення особистості: самоосвіта, самовиховання, самовизначення, самопізнання, самореалізація, самооцінка, самоствердження, самомоніторинг, самоактуалізація.

Теоретичними засадами процесу самовдосконалення є: педагогіка самовдосконалення особистості як особистісне й професійне зростання людини, умови ефективності процесу самовиховання особистості, виховання відповідальності за себе, особливості педагогічної етики у вищій школі, складові програми самовиховання особистості, методи самовиховання (дії на особистість, позитивного підкріплення, розумного самовимушення, самоаналізу, захисних блокувань психіки людини від перевантажень), самоперевиховання, самоосвіта. До чинників процесу самовдосконалення особистості маємо віднести: освітню співпрацю, самоосвіту, саморегуляцію, особистісне самовизначення, взаємозв'язок процесів самопізнання й самовиховання, а також, самовиховання й діяльність особистості. Одним із засобів формування потреби самовдосконалення особистості є художня література. Саморозвиток припускає вдосконалення особистістю пізнавальних (інтелектуальних), ділових та фізичних якостей й загальних умінь. Доцільно розвивати у себе мислення, увагу, пам'ять, працездатність, фізичну силу й витривалість, стійкість до ризику, небезпеки й невдач, акуратність, організованість, рішучість, самостійність, сміливість. Треба уміти планувати свою діяльність, доводити почату справу до кінця, аналізувати свої дії і досягнуті результати, робити висновки з успіхів і невдач. Існує взаємозв'язок самовдосконалення й діяльності особистості. Чинниками процесу самовдосконалення особистості є: мотиви самовдосконалення як програма процесу самовдосконалення; моральне становлення особистості; дисциплінованість; усвідомлення національної гідності й менталітету; самоосвіта.

Особистісне самовдосконалення можна розглядати як процес самостійного, цілеспрямованого творчого руху особистості до вершин особистісного розвитку.

Hryshchenko S.V. SELF-DEVELOPMENT OF PERSONALITY.

Monograph. Self-improvement of a person is a problem, the solution of which is not completed to date. The monograph identifies the main components of self-improvement of the individual: self-education, self-education, self-determination, self-knowledge, self-realization, self-esteem, self-affirmation, self-monitoring, self-actualization.

The theoretical foundations of the process of self-improvement are: the pedagogy of self-improvement of the individual as a personal and professional growth of a person, the conditions of the effectiveness of the process of self-education of the individual, the education of responsibility for himself, the peculiarities of pedagogical ethics in the higher school, the components of self-education, self-education, self-admission, self-examination, protective blockages of the human psyche from overloads), self-reliance, self-education. We have to attribute to the factors of self-improvement of the person: educational cooperation, self-education, self-regulation, personal self-determination, interconnection of processes of self-knowledge and self-education, as well as self-education and the activity of the individual. One of the means of forming the need for personal self-perfection is fiction. Self-development involves the improvement of the personality of cognitive (intellectual), business and physical qualities and general skills. It is advisable to develop thinking, attention, memory, work ability, physical strength and endurance, resistance to risk, danger and failure, accuracy, organization, determination, independence, courage. It is necessary to be able to plan their activities, bring the case to an end, analyze their actions and achieved results, draw conclusions from successes and failures. There is a correlation between self-perfection and personality activity. The factors of self-improvement of the personality are: motives for self-improvement as a program for the process of self-improvement; moral formation of personality; discipline; awareness of national dignity and mentality; self-education

Personal self-improvement can be regarded as the process of independent, purposeful creative movement of personality to the heights of personal development.

Наукове видання

ГРИЩЕНКО
Світлана Владиславівна

САМОВДОСКОНАЛЕННЯ
ОСОБИСТОСТІ
МОНОГРАФІЯ

Комп'ютерна верстка
та макетування

О. Клімова

Підписано до друку 24.04.2019 р. Формат 60 x 84 1/16.
Папір офсетний. Друк на різнографі.
Ум. друк. арк. 10,93. Обл.-вид. арк. 9,81.
Наклад 300 прим. Зам. № 603.