

ЗНАЧЕННЯ САМОВИХОВАННЯ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Формування в учнів позитивних психологічних якостей неможливе без їх власного бажання набути ці якості – у протилежному випадку не допомагають ні примус, ні контроль, ні покарання. Щоб уникнути неприємностей, учень на певний час змінює поведінку, але потім знову повертається до неї. Зважаючи на це, можна сказати, що справжнє виховання здійснюється через самовиховання.

Самовиховання розглядається вченими як специфічна діяльність людини, метою якої є удосконалення власної особистості, більш повна самореалізація в житті та професійній діяльності. Зміст самовиховання включає його напрями – розумове, професійне, моральне, естетичне, фізичне, а також основні способи його здійснення – самопізнання, самоствавлення, саморегуляцію. Мета і завдання самовиховання обумовлюються, з одного боку, вимогами суспільства, а з іншого – духовними потребами особистості, її прагненням до самореалізації в житті.

Самовиховання – це певний тип відношення, вчинків, дій до самого себе і до власного майбутнього з погляду відповідності певному ідеалу. Яким я повинен бути? Щоб відповісти на це питання, треба знати самого себе. Самовиховання є процесом, який здійснюється постійно.

Самовиховання – це свідомо, цілеспрямована діяльність людини, направлена на вдосконалення своїх позитивних якостей і подолання негативних.

Проблема самовиховання виступає предметом спеціальних досліджень вітчизняних учених, починаючи з середини ХХ століття. Ними досліджений та обґрунтований соціальний механізм самовиховання (А.Я. Арет, О.Г. Ковальов); розкриті взаємозв'язок та взаємообумовленість процесів виховання й самовиховання (В.О. Сухомлинський); розглянуті методи та засоби самовиховання, серед яких: самоспостереження, самоаналіз, самоконтроль, самопереконання, самокритика та ін. (С.Г. Карпенчук,

О.І. Кочетов); розроблені методики організації процесу самовдосконалення особистості, які базуються на самопізнанні та активному осмисленні себе й оточуючого світу (О.І. Кочетов, В.М. Оржеховська). Проаналізовані вікові можливості самовиховання для розвитку особистості (І.Д. Бех, В.О. Сухомлинський); розкриті теоретичні основи самовиховання в колективі як соціальному середовищі (А.С. Макаренко).

На думку В. Сухомлинського, найбільш яскравим результатом виховання є те, що людина почала думати сама про себе, задумалась над питанням: що є у мене доброго і що є ще погане? У книзі «Сто порад учителеві» розробив систему правил, яких необхідно дотримуватись при самовихованні у моральній сфері, фізичній культурі, навчанні та праці. «У широкому сенсі поняття виховання, – пише В. Сухомлинський, – я уявляю собі як гармонію виховання колективу і виховання особистості, а у вихованні особистості одна з провідних ролей належить самовихованню. Виховувати людину – означає виховувати у неї вимогливість до самої себе. А це можливо лише тоді, коли людину не ведеш постійно за руку, а надаєш її самій собі, щоб вона відповідала за саму себе, виробляла власну життєву позицію. ...З малих років учить людину пізнавати себе і виховувати себе» [6, 192].

Виховання почуттів, дисциплінування думки й волі, вироблення й урівноважування характеру – все це, стверджував В. Сухомлинський, людина повинна робити сама, пізнаючи себе й оволодіваючи собою. Самовиховання потребує дуже важливого, могутнього стимулу – почуття власної гідності, поваги до самого себе, бажання стати сьогодні кращим, ніж учора [6, 192–193].

Проте не можна сказати, що процес виховання пов'язаний тільки із приємними враженнями: адже він вимагає від людини вольових зусиль, стриманості, подолання негативних емоцій. У людей, яким вольові зусилля даються нелегко, постійно складається враження примусу з боку батьків і педагогів, і поняття «виховання» не викликає у них позитивних емоцій, що, в свою чергу, знижує його ефективність. Учням дуже не подобається чути, що

їх виховують, хоча сімейне та шкільне виховання об'єктивно спрямоване на їхню користь.

Отже, оскільки виховання є процесом впливу батьків і педагогів на дитину, цей вплив часто тією чи іншою мірою має елементи нав'язування волі і примусу. Шляхом уникнення примусу є самовиховання учнів, при якому завдання виховання походять від них самих.

В. Сухомлинський вважав, що для організації самовиховання важливо, щоб не було нервозності у колективі, жорстких покарань, грубих окриків: «Там, де все будується на покараннях, немає самовиховання» [6, 193]. Адже покарання звільняє вихованця від докорів совісті, а совість – головний рушій самовиховання.

Самовиховання починається з того часу, коли людина починає усвідомлювати себе як особистість, починає розуміти норми та вимоги суспільства, власні потреби і може правильно оцінювати свої вчинки. Самовиховання бере свій початок у підлітковому віці, проте його ефективність значно зростає у юнацькому віці.

В. Сухомлинський зазначав: «...Підліток стає справжньою людиною лише тоді, коли він навчиться пильно вдивлятися не лише в світ, що оточує його, а й в самого себе, коли він прагне пізнати не тільки речі, явища навколо себе, а й свій внутрішній світ, коли сили його душі спрямовані на те, щоб зробити самого себе кращим, досконалішим» [7, 229–239].

Таким чином, самовиховання бере свій початок із самоусвідомлення, усвідомлення людиною себе як особистості і свого місця в суспільстві.

У структурному відношенні самоусвідомлення людини являє собою єдність трьох складових: пізнавальної (самопізнання), емоційно-оцінювальної (самоствлення) і дієво-вольової, регулятивної (саморегуляція).

Самопізнання – це відкриття себе, виявлення передусім своїх позитивних якостей і можливостей і тих задатків, які потім шляхом самовиховання людина зможе перетворити в здібності, а талант в стійку рису характеру. Основне правило самопізнання – шукати в собі істинне «Я».

Потрібно мати достатньо волі, щоб спинитися та критично поглянути на себе – ніби чужими очима.

Тому, якщо виховання дитини починається з її пізнання, то самовиховання бере свій початок із самоусвідомлення, усвідомлення людиною себе як особистості і свого місця в суспільній діяльності людей.

Самовиховання можливе за умови наявності в індивіда здатності ставити перед собою значущі цілі. Воно нерозривно пов'язане із здатністю людини до самоаналізу і самооцінки, з її умінням контролювати свою поведінку і діяльність.

Самовиховання може бути спрямоване на виховання розуму (інтелектуальна сфера), почуттів (емоційна сфера), волі (вольова сфера). Однак провідною в самовиховному процесі є вольова сфера, яка забезпечує саморегуляцію внутрішнього світу людини згідно з оточуючою дійсністю. Однак провідною в самовиховуючому процесі є вольова сфера, яка забезпечує саморегуляцію внутрішнього світу людини згідно з оточуючою дійсністю. Провідні функції волі – забезпечення психічної саморегуляції поведінки і діяльності, керування психічними станами, зміна діяльності в зв'язку з обставинами, зв'язок між внутрішнім станом і середовищем – в даному випадку повністю знаходять своє самовираження. Воля активізує особистість в зв'язку з її цілями, установками, мотивами поведінки, завданнями практичної діяльності. Воля виступає як основний механізм процесу самовиховання, в поєднанні з емоціями виконує в духовному світі особистості регулятивні функції і завжди пов'язана з моральністю та інтелектом.

Найбільша перевага самовиховання, полягає у вмінні постійно ставити перед собою нові завдання самовдосконалення. У працях психологів і у творах художньої літератури виділяється така ознака, за якою, крім інших, відрізняються люди, – це схильність (або її відсутність) до постійного висування нових цілей саморозвитку. Існує чимало людей, які ніколи не задовольняються існуючим рівнем знань і соціальних досягнень. До цього їх

спонукає потреба у самовдосконаленні і духовному зростанні. Ця потреба наповнює життя людини значенням і змістом, робить його насиченим і цікавим. Такі люди постійно підвищують свою професійну кваліфікацію та загальний культурний рівень. Навіть у пенсійному віці такі люди знаходять зміст і перспективу власного життя. Видатні досягнення у всіх галузях людської діяльності здебільшого належать людям з розвиненою потребою у самовдосконаленні.

Потреба в самопізнанні, самоаналізі, самооцінці і самоконтролі найвиразніше починає виявлятися в підлітковому віці. Проте через відсутність достатнього соціального досвіду та психологічної підготовки підлітки не завжди здатні зрозуміти мотиви своїх власних вчинків і потребують тактової педагогічної допомоги дорослих. Самовиховання стає більш усвідомленим і цілеспрямованим в юнацькому віці, коли у молодих людей особисті якості більшою мірою вже сформовані. В процесі вироблення світогляду, професійного самовизначення у хлопців і дівчат з'являється яскраво виражена потреба в самовихованні інтелектуальних, етичних і фізичних якостей особистості відповідно до ідеалів і соціальних цінностей, які властиві даному суспільству, найближчому оточенню. Рівень самовиховання – це результат виховання особи в цілому.

Самовиховання – це:

- аналіз власної особи за допомогою самоспостереження, порівняння себе з іншими, ідеалом, самооцінка; виділення своїх якостей, які необхідно розвивати і удосконалювати; визначення того, що необхідно в собі подолати; ухвалення рішення про роботу над собою;
- постановка мети і розробка програми діяльності – визначення того, що, коли і як належить зробити, щоб удосконалювати одні та усувати інші якості, досягти намічених цілей і поставлених перед собою завдань;
- власне діяльність – навчальна, трудова, професійна, пізнавальна, естетична, фізична – здійснювана за допомогою вольового зусилля над собою;

– саморегуляція цієї діяльності, що передбачає самоконтроль, самоаналіз, самооцінку її ходу і результатів, а при необхідності і коректування – уточнення цілей та завдань, пошук оптимальних засобів і способів самовиховання.

Успішне самовиховання включає в себе правильну постановку мети, розробку плану (програми) своєї діяльності та підбір дієвих методів самовдосконалення особистості.

Вибір мети є відповідальним кроком у процесі здійснення самовиховання. Адже від мети залежить ефективність та результативність діяльності. Метою самовиховання може бути конкретна діяльність в одному або декількох напрямках свого розвитку. Потрібно чітко усвідомити конкретну мету, завдання, а також уявити результати самовиховання, тобто ті життєві досягнення, які з'являться внаслідок формування нових рис особистості. Ці уявлення стимулюватимуть зусилля, спрямовані на самовиховання.

Наявність певної програми або плану необхідне для досягнення поставлених перед собою мети та завдань самовиховання. Програма може нараховувати наступні складові: самопізнання (здійснення самоаналізу власної особи; розробка програми самовивчення), самоосвіта, самовиховання та саморозвиток особистості (з метою проектування власної діяльності у напрямі вдосконалення та проектування власного життєвого шляху).

Важливого значення для самовдосконалення особистості має знання методів самовиховання, засобів і способів роботи над собою та володіння ними.

Методи самовиховання – це способи, за допомогою яких забезпечується досягнення поставленої мети самовиховання.

Методи і прийоми, які використовуються при реалізації програми самовиховання, надзвичайно різноманітні.

Система методів і прийомів самовиховання: самостереження, самоаналіз, самотестування, порівняння себе з іншими людьми та ін.;

самостимулювання; самопрограмування (складання плану чи програми самовдосконалення, самозобов'язання, самоінструктаж); методи і прийоми самовпливу (самонаказ, самоконтроль, самозаохочення, самопокарання, самозаборона, самозауваження, самокритика, самопереконавання, самопідбадьорювання, самонавіювання, аутотренінг, самозвіт, ведення щоденника самовиховання тощо).

Особливе місце у переліку методів самовиховання займають методи управління своїм психічним станом, тобто методи саморегуляції. До них відносять самонавіювання, самопідбадьорення, самопереконавання, самопримушування, самонаказ, самосхвалення, самоконтроль, самозаохочення, самокритика, аутогенне тренування і т.п.

Усі методи самовиховання тісно пов'язані між собою та можуть використовуватись у поєднанні. Умілому та бездоганному оволодінню даними методами та застосування їх у самовдосконаленні допоможе читання відповідної спеціальної літератури, віра у їх дієвість, спеціальні вправи, тренінги, допомога фахівців.

Результатом самовиховання може бути зміна поведінки, звичок та рис характеру, вдосконалення певних особистісних та професійних рис, успішна навчальна діяльність, усвідомлення своїх успіхів. Важливо відзначати хоча б часткові успіхи у самовдосконаленні, тому що це стимулює подальші зусилля. Іноді успіхи виявляються у поведінці, наприклад, у звільненні від шкідливих звичок. В інших випадках їх виявляють за допомогою спеціальних методик-опитувальників, які можуть показати зміни на краще у розвитку характеру. Педагог не повинен підкреслювати недоліки, прорахунки у самовихованні (адже це справа доброї волі самого учня), проте дуже важливо відзначати успіхи. Всі особистісні зміни учня стають вагомим стимулом у особистісному саморозвитку, оскільки формують потребу у самовдосконаленні.

Сучасне розуміння педагогічного феномену самовиховання ґрунтується на засадах свідомої життєтворчості особистості, її здатності до

самоактуалізації, самоорганізації й саморегуляції власного розвитку. При цьому самовиховання розглядається не тільки як система спеціальних методів і прийомів самовдосконалення, а і як організація способу життя людини з метою досягнення високого рівня особистісного й професійного розвитку.

Список використаних джерел

1. Карпенчук С.Т. Самовиховання особистості. – К.: ІЗМН, 1998. – 216 с.
2. Карпенчук С.Т. Теорія і методика виховання: Навчальний посібник для студентів ВНЗ. – К.: Вища школа, 2005. – 341 с.
3. Кучерявий І.Т., Клепиков О.І. Творчість – основа розвитку потенційних джерел особистості: Навч. посібник. – К.: Вища школа, 2000. – 288 с.
4. Оржеховська В.М. та ін. Посібник з самовиховання. – К., 1996. – 192 с.
5. Педагогіка: Навчальний посібник / В.М. Галузяк, М.І. Сметанський, В.І. Шахов. – 2-е вид., випр. і доп. – Вінниця: «Книга-Вега», 2003. – 416 с.
6. Сухомлинский В.А. Сто советов учителю. – К.: Рад. школа, 1984. – 254 с.
7. Сухомлинський В.О. Виховання і самовиховання / Збірник творів у 5-ти т. – Т.5. – С. 229–239.
8. Трухін І.О., Шпак О.Т. Методи організації самовиховання учнів // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – №3. – С.5–16.