

42 s.

6. Kostkiewicz J. Wolność wyboru a kształtowanie woli w wychowaniu / Wolność jako wartość i problem edukacyjny // red. A. de Tchorzewski. – Bydgoszcz: Wydawnictwo WERS, 1999, – S. 5-6, 61-73.

7. Nowy Testament. Biblia Tysiąclecia. – Poznań-Warszawa: Wydawnictwo Pallotinum, 1980. – 1425 s.

8. Pieper J. O miłości. – Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax, 1993. – 39 s.

9. Pinckaers S.T. Źródła moralności chrześcijańskiej. – Poznań: Wydawnictwo św. Wojciech, 1994. – 335 s.

10. Szyszko-Bohusz A. Uniwersalny stan świadomości, Poznań: Wielkopolskie Stowarzyszenie Różdźkarzy, 1991. – 73 s.

11. Tchorzewski A. Wolność jako wartość i problem edukacyjny / Wolność jako wartość i problem edukacyjny // red. Tchorzewski A. – Bydgoszcz: Wydawnictwo WERS. – S. 5-8.

12. Wojtyła K. Miłość i odpowiedzialność. – Lublin: Wydawnictwo Nauk. KUL, 1986. – S. 42.

13. Wójcik J. Zasady pedagogiki wobec zagrożeń falą pornografii. – Warszawa: Wydawnictwo ATK, 1992. – S. 4-12.

**Сулік О.**

### **Самовиховання особистості як психолого-педагогічна проблема**

В умовах трансформації та оновлення всіх сфер життя доволі актуальною є потреба в освічених, вихованих членах суспільства, які б мали свідому громадянську позицію, були готові відстоювати загальні гуманістичні принципи, привносили вклад в науку та мистецтво. В цій ситуації перед психологічною наукою постає задача більш досконалого дослідження проблеми самовиховання особистості, оскільки саме воно дозволяє сформувати таку людину, яка зараз потрібна суспільству і яка здатна вирішувати його глобальні проблеми.

Дослідженню проблем самовиховання в умовах навчально-виховного процесу присвячено чимало наукових праць таких відомих учених, як Сухомлинський В.О., Костюк Г.С., Ананьєв Б.Г., Виготський Л.С, Блонський П.П., Леонтьєв О.М., Рубінштейн С.Л, Чамата П. Р., Мішин С.В, Ковальов О. Г., Рувинський Л.І., Бех І.Д. та ін.. Але, незважаючи на достатню кількість розробок, проблема самовиховання не залишає своєї актуальності і на сьогоденній момент.

Велика увага самовихованню приділяється у дослідженнях зарубіжних психологів, зокрема, представників персоналістичних теорій розвитку особистості. У прихильників цього напрямку основним фактором розвитку особистості вважається потреба у самоактуалізації та саморозвитку, що тісним чином перетинається з проблемами самовиховання. Таку позицію відстоюють прибічники гуманістичної психології ( А.Маслоу, К.Роджерс) у центрі уваги

якої прагнення людини до пошуку сенсу свого особистого існування, вільного, відповідального та творчого життя. Психологи гуманістичного напрямку відкидають детермінізм потягів, інстинктів або середовища, вони вважають, що люди самі вибирають, як їм жити і якими бути. Таке розуміння розвитку особистості обумовлює специфічну роль виховання та самовиховання, які на думку А. Маслоу, представляють собою різноманітні прийоми становлення, формування та боротьби людини за те, щоб кимось стати. Мета усього процесу самовиховання полягає в тому, щоб навчити людину творити себе як особистість [8].

За визначенням П.П. Блонського, самовиховання - це свідомо діяльність, спрямована на якомога повнішу реалізацію себе як особистості [11, с.5]. Автор зазначає, що самовиховання розглядається як управління власною діяльністю, спілкуванням, поведінкою та переживаннями, спрямованими на зміну своєї особистості [11, с.6]. Базуючись на активізації механізмів саморегуляції, воно припускає наявність ясно усвідомлених цілей, ідеалів, особистісних смислів, які сприяють наближенню до «ідеального Я». В контексті онтогенезу, як зауважує П.П.Блонський, самовиховання - відносно пізніє надбання психічного розвитку, пов'язане з рівнем самосвідомості, здатності й готовності до самовизначення та самореалізації [11, с.6]. Воно ґрунтується на адекватній самооцінці, що відповідає реальним здібностям людини, критичному аналізу своїх індивідуальних особливостей і потенційних можливостей. В міру підвищення ступеня усвідомленості, самовиховання стає все більш значимою силою саморозвитку особистості; знаходиться в нерозривному взаємозв'язку з вихованням, не тільки підкріплюючи, але і розвиваючи процес формування особистості.

На думку О.Г. Ковальова, самовиховання – це свідомо, планомірна, систематична робота над собою з метою удосконалення або формування нових якостей власної особистості, необхідних для подальшого саморозвитку [5, с.12]. Основними принципами самовиховання, за автором, виступають: природність, цілеспрямованість, активність, послідовність, неперервність та систематичність; єдність самовиховання та наукового світосприйняття тощо. Також вчений виділив найважливіші передумови, що визначають ефективність самовиховання: переконання, самосвідомість та самокритичність; потреби та мотиви; життєві установки; навички самоконтролю та вольового саморегулювання; знання теоретичних основ самовиховання та володіння методикою самовдосконалення; психологічна готовність до активної, цілеспрямованої і систематичної роботи над собою [5, с. 23-25].

В дослідженнях А.Я. Арета, самовиховання інтерпретується з точки зору внутрішньої освітньо-виховної роботи особистості над собою, яка характеризується свідомим характером [1, с.76]. Самовиховання передбачає цілеспрямовану участь людини у всебічному розвитку власної особистості. При цьому людина прагне сама визначити цю мету, наповнену особистісним сенсом, і досягти її. Це діяльність, що є засобом самореалізації, здійснювана

за власним бажанням, усвідомлено, на рівні певних світоглядних установок. Її ефективність залежить від ступеня зацікавленості людини у процесі власного особистісного зростання. Самовиховання активізується з того часу, коли людина починає усвідомлювати себе як особистість, розуміє норми та вимоги суспільства, власні потреби і може правильно оцінювати свої вчинки. [1, с.17-19].

Не менш цікавим є тлумачення самовиховання, що надає О.І. Кочетов. Автор вважає, що самовиховання - це цілеспрямована активність, яка забезпечує гармонійне та повноцінне життя індивіда у суспільстві [6, с.8]. Це не особливе заняття, яке обирає людина, так як вона обирає професію, це певний тип відношень, вчинків, дій до того ідеального «Я», яке сформувалося в ході індивідуального розвитку [6, с.11]. Головною метою самовиховання є досягнення внутрішньої гармонії, пошук сенсу життя, вирішення проблем самоактуалізації і самореалізації потенційних можливостей у суспільному житті. Процес самовиховання, як система автентичних заходів та прийомів, спрямованих на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості включає наступні етапи:

1) визначення сукупності рис і якостей особистості, які слід у себе сформувати; 2) вивчення власних індивідуальних особливостей, рис характеру, які потребують виховних впливів; визначення недоліків, які потрібно перебороти; 3) складання та реалізація програми самовиховання; 4) самостійна робота над собою.

Самовиховання є однією з вищих форм саморозвитку людини. Із цього приводу В.О. Лозовий пише: «це є відносно відособлена діяльність, свідомо передбачена і керована суб'єктом з метою досягнення результатів, необхідних для забезпечення успішної самореалізації у суспільстві» [7, с.12]. У своїй монографії «Теорія самовиховання» Л.І. Рувінський характеризує самовиховання як «діяльність людини з метою зміни своєї особистості» [9, с.15]. Автор зауважує, що мотивами самовиховання є бажання відповідати індивідуально сформованому взірцю, потреба діяти згідно з нормами загальнолюдської моралі та соціальними вимогами тощо [9, с.17]. Великого значення тут надається волі, як механізму досягнення мети та долання труднощів [9, 10]. Воля забезпечує саморегуляцію внутрішнього світу людини згідно з зовнішніми умовами; керування психічними станами; зміну діяльності в зв'язку з обставинами. Вона активізує особистість відповідно до цілей та мотивів поведінки, завдань практичної діяльності. Виступаючи основним механізмом процесу самовиховання, воля сприяє наближенню суб'єкта до визначеного ідеалу.

Розглядаючи самовиховання як діяльність і вищу форму активності людини, С.Б.Елканов [3, с. 34] зазначає, що ця діяльність є своєрідним соціальним досвідом, який треба набувати. Проте далеко не всяка активна діяльність є самовиховною. Наприклад, саморегуляція людиною своєї поведінки на рівні конкретних вчинків, якими б значущими вони не були з огляду соціальних вимог, не є самовихованням, позаяк припускає не

пристосування вчинків до зовнішніх вимог, а вдосконалення якостей особистості. Лише тоді, коли і саморегуляція, і самоосвіта, і будь-які інші форми активності здійснюються з метою прогресивних змін тих чи інших якостей особистості говорять про процеси самовиховання.

Процес самовиховання є складним, багато компонентним утворенням. Структурно він постає як єдність трьох фундаментальних систем особистості: пізнавальної (самопізнання), емоційної (самоствавлення) та вольової (саморегуляція) [5, с.67]. Особистісно-орієнтована парадигма тут розкривається через розуміння провідної ролі концепції «Я» в процесі самовиховання. Ця наукова позиція є визначеним фактом і підтримується як у вітчизняній так і зарубіжній психології.

На думку С.Л. Рубінштейна, І.С. Кона, І.І. Чеснокової, В.В. Століна, Дж.Міда, Ч.Кулі, Е.Берна та ін, «Я-концепція» - це динамічна система уявлень людини про саму себе, в яку входить як власне усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних та інших якостей, так і їх самооцінка [5, с.76-77]. «Я-концепція» складає частину загальної структури особистості, що значною мірою визначає її саморозвиток та є важливим регулятором процесів самовиховання. Вона виявляється джерелом очікування щодо власної поведінки і самого себе, здійснює контроль соціальної поведінки особистості, сприяє досягненню її внутрішньої узгодженості. Роль «Я-концепції» в процесі самовиховання особистості розкривається в тому, що на основі самоаналізу індивід робить висновки про те, що і як потрібно змінити в собі. Психологічні механізми дії «Я-концепції» тут виявляються у оцінці переживань внутрішніх суперечностей між досягнутим і необхідним та ініціюють потребу в роботі над собою.

З точки зору персоніологічної позиції, самовиховання розглядається як процес, що у власній внутрішній структурі спирається на оціночні механізми та дії. На думку Л.О. Коростильової, самооцінка- складне особистісне утворення, що належить до фундаментальних властивостей особистості [11, с.7]. У ній відбивається те, що людина пізнає про себе від інших, усвідомлення своїх дій і особистісних якостей. На її підставі реалізується потреба у самоствердженні, яка визначається співвідношенням реальних досягнень до початкових цілей; вибір стратегій та способів самовдосконалення. Завдяки включенню самооцінки до структури самовиховання особистість постійно співвідносить свої можливості, психічні ресурси з цілями і засобами діяльності та поведінки [11, с.9].

В процесі досягнення мети самовиховання великого значення набувають механізми саморегуляції. В розумінні О.Г. Ковальова саморегуляція - це сукупність властивостей, які забезпечують контроль, діяльності, корекцію дій і вчинків. [5,с.87]. (Ковальов О.Г., 1965). В контексті самовиховання, саморегуляція - це свідомий контроль за тими змінами, які відбуваються в структурах особистості, що ініціюються відповідними потребами та мотивами. Як зазначає автор, в умовах самовиховання саморегуляція безпосередньо впливає на: 1) прийняття суб'єктом мети довільних змін; 2)

визначення моделі перетворювальної активності; 3) створення програми виконавчих дій; 4) визначення системи критеріїв успішності діяльності чи поведінки; 5) отримання інформації про реально досягнуті результати; 6) оцінку відповідності реальних результатів критеріям успіху або визначеному ідеалу; 7) рішення про необхідність і характер корекції діяльності. Для саморегуляції використовуються такі прийоми як самонаказ, самообмеження, самонавіювання, самостимулювання та самоконтроль [5, с.151-154].

Бех І.Д. у своїй роботі «Особистісно - орієнтована модель виховання як науковий конструкт» визначає самовиховання як його найвищий рівень. Як зауважує Бех І.Д., самовиховання - це систематична і цілеспрямована діяльність особистості, орієнтована на формування і вдосконалення власних позитивних якостей та подолання негативних [3, с.21]. Вчений додає що, «світовий соціально-історичний досвід дозволяє визначити головну мету самовиховання, як формування гармонійно і всебічно розвиненої особистості, підготовленої до ініціативної соціальної і професійної діяльності в сучасному суспільстві» [3, с.22]. За І.Д. Бехом, сучасне розуміння феномену самовиховання ґрунтується на засадах свідомої життєтворчої активності 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 [3, с.23]. Цілі самовиховання визначають його зміст, етапи, методи та засоби оптимальна дія яких, має забезпечити очікуваний результат. Щодо визначення динаміки самовиховання, то на думку автора, вона передбачає:

1) аналіз власної особистості за допомогою самоспостереження, порівняння себе з іншими або ідеалом; виділення своїх якостей, які необхідно розвивати і удосконалювати; визначення того, що необхідно в собі подолати; ухвалення рішення про роботу над собою;

2) постановка мети і розробка програми діяльності або поведінки визначення того, що, коли і як належить зробити, щоб удосконалювати одні та усувати інші якості, досягати намічених цілей і поставлених перед собою завдань;

3) власне поведінка чи діяльність - навчальна, трудова, професійна, пізнавальна, естетична, фізична тощо, здійснювана за допомогою вольового зусилля над собою;

4) саморегуляція цієї діяльності, що передбачає самоконтроль, самоаналіз, самооцінку процесу і результатів, а при необхідності і коректування - уточнення цілей та завдань, пошук оптимальних засобів і способів самовиховання.

Продовжуючи тему визначення структурно-динамічних особливостей самовиховання, С.Г. Карпенчук [4] зазначає про наступні етапи: 1) визначення в собі недоліків; 2) створення ідеалу (взірця), до якого варто прагнути; 3) аналіз свого характеру, позитивних рис, що допоможуть усунути недоліки; 4)

визначення задач самовиховання; 5) складання програми самовиховання: розробка режиму, комплексу вправ тощо; 6) практична реалізація програми; 7) оцінка здійсненої роботи, аналіз перемог і невдач [4, с. 112]. В процесі самовиховання, проходячи зазначені етапи, особистість досягає результату, який виявляється у зміні поведінки, звичок та рис характеру, вдосконаленні певних особистісних та професійних рис, успішній навчальній діяльності, усвідомленні своїх успіхів тощо.

Важливого значення для самовдосконалення особистості має знання методів самовиховання та володіння ними. Методи самовиховання - це достатньо велика система прийомів, за допомогою яких забезпечується досягнення поставленої мети самовиховання [10, с. 73]. Методи і прийоми, які використовуються при реалізації програми самовиховання, надзвичайно різноманітні. Серед них виділяють: самоспостереження, самоаналіз, самотестування, порівняння себе з іншими людьми та ін.; самостимулювання; самопрограмування (складання плану чи програми самовдосконалення, самоінструктаж); методи і прийоми самовпливу: (самонаказ, самоконтроль, самозаохочення, самопокарання, самозаборона, самозауваження, самокритика, самопереконання, самопідбадьорювання, самонавіювання, аутотренінг, самозвіт, ведення щоденника самовиховання тощо) [10, с. 74].

Впровадження методів самовиховання передбачає застосування різних технологій, головна мета яких, оволодіння особистістю культурою самовдосконалення, набуття досвіду самоперетворювальної діяльності. На думку І.В. Середи, до основних технологій самовиховання належать:

- технології цілепокладання і життєтворення;
- технології самопроектування;
- технології самоменеджменту (самоуправління);
- технології створення ситуації успіху;
- сугестивні технології (самонавіювання) [10, с. 75].

Незважаючи на те, що самовиховання є діяльністю, предметом якої виступає сам вихованець, роль педагога тут є незамінною. Основною функцією педагога у технології самовиховання є створення відповідних умов і стимулювання перетворювальної активності вихованців. Це передбачає цілеспрямований психолого-педагогічний супровід саморозвитку особистості, заснований на гармонізації та гуманізації цілей виховання і самовиховання. У процесі стимулювання самовиховання педагог вирішує такі завдання [3; 4]: сприяє самопізнанню та формуванню адекватної самооцінки; залучає вихованців до різноманітних видів діяльності та соціальних відносин, що оптимізує процес оволодіння системою соціальних ролей; допомагає певним чином організувати життєдіяльність, здійснює відбір, модифікацію і включення у навчально-виховний процес педагогічно доцільних засобів і стимулів.

Теоретичний аналіз проблеми засвідчує, що попри всю варіативність і багатогранність висвітлення вченими проблеми самовиховання, вона не втратила своєї актуальності та потребує більш системного наукового аналізу.

### **Список використаних джерел**

1. Арет А.Я. Очерки по теории самовоспитания. / А.Я Арет.– Фрунзе, 1981. – 124 с.
2. Елканов С.Б. Основы профессионального воспитания будущего учителя. / С.Б. Елканов – М.: Просвещение, 1989. – 189 с.
3. Карпенчук С. Г. Самовиховання особистості : наук.-метод. посіб. / Світлана Григорівна Карпенчук– К. : ІЗМН, 1998. – 216 с.
4. Карпенчук С.Г.. Теорія і методика виховання: навчальний посібник для студентів ВНЗ / Світлана Григорівна Карпенчук – К.: Вища школа, 2005. – 341 с.
5. Ковалев А.Г. Воспитание и самовоспитание / Александр Григорьевич Ковалев. – М. : Мысль, 1986. – 287 с
6. Кочетов А.И. Педагогические основы самовоспитания. / Александр Иоакимович Кочетов– М.: Знание, 1974.- 123с.
7. Лозовой В. А. Самовоспитание личности: философско-социологический анализ / Виктор Александрович. Лозовой. – Х.: Основа. – 1991. – 207 с.
8. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности: Тексты. –М., 1982.–С. 108- 117.
9. Рувинский Л.И., Арет А.Я. Самовоспитание школьников. – М., 1976.
10. Серета І.В. Технологія самовиховання особистості у сучасному університеті. / Вісник МДУ , серія Педагогічні науки- 2014 - №3.-с.72-75.
11. Трухін І.О., Шпак О.Т. Методи організації самовиховання учнів // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – №3. – С.5–16