

САМОПІЗНАННЯ ЯК ОСНОВА ГЛИБОКОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ І ФОРМУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНОГО ОПТИМІЗМУ ВИХОВАТЕЛЯ

Статтю присвячено аналізу ролі самопізнання як основи існування свідомості, фундаменту для формування низки особистісних та професійних властивостей, необхідних для успішної самореалізації, однією з яких виступає педагогічний оптимізм вихователя.

Ключові слова: самопізнання, психологічний захист, самопочуття, самооцінка, прогностичне вміння.

У суспільстві педагог завжди виконував певні функції: трансляції культури виховання, передачі знань, вмінь, навичок. Педагог виступає носієм не тільки культури цілого суспільства, але є її живим взірцем. Сучасна система освіти робить педагога "провідником" комунікативної культури, яка побудована на вмінні показати якнайбільше зразків, способів життя та ідей сучасного суспільства, налаштувати вихованців на оптимістичне сприйняття навколишнього світу, тому основна цінність полягає у вмінні педагога організувати діалог та порозуміння в колективі вихованців. Центром тяжіння комунікативної педагогічної культури є індивідуальна свідомість. Це вже принципово нова демократична культура, яка відображається у здатності до педагогічного самопізнання та самоусвідомлення. Сучасний педагог не тільки взірець, але й індивідуальність, особистість, яка хоче не тільки розуміти інших, але й щоб її розуміли, і використовує всі можливі засоби для цього. Це є засобом педагогічної роботи, управління, фактом самопізнання.

Самопізнання і розвиток особистості як особливий часовий елемент розглядали А. Болотова та С. Башкін [1, С. 19-27]; зміст та методи формування культурного самопізнання майбутніх вчителів у своїй науковій роботі досліджувала І. Пчела [2, 232 с.].

Самопізнання є основою існування самосвідомості. Через самопізнання людина приходить до певного знання про саму себе як суб'єкта, що відрізняється від інших. Це знання входить у зміст самосвідомості як її стрижень, серцевина. З самого початку самопізнання – процес відображальний, похідний тільки за умови, якщо сам вихователь здатний до глибокого самопізнання, що є першим етапом на шляху постійного саморозвитку. Пізнання проходить ті самі стадії, що й усвідомлення об'єктивного світу, – від елементарних самовідчуттів, спочатку чисто органічних, до самосприйняття, самоуявлення і, нарешті, до поняття про себе. На початкових стадіях усвідомлюється лише суто зовнішній, видимий бік власних дій і вчинків. На наступних стадіях до сфери самопізнання залучається система найрізноманітніших мотиваційних компонентів, що регулюють поведінку та діяльність.

Самопізнання – пізнання самого себе, вивчення своєї внутрішньої сутності у процесі суспільної діяльності [3, с. 39].

Проблемою самопізнання особистості, яке тісно пов'язане із самовихованням займалися такі вчені як А. Кочетова, А. Ковальова, Ю. Орлова, Д. Карнегі. А. Макаренко вважав найважливішим завданням педагога вміння виховати в учнях постійну потребу в самоаналізі, самооцінці, самовихованні. Це можливо зробити тільки за умови, якщо сам вихователь здатний до глибокого самопізнання, що є першим етапом на шляху постійного саморозвитку.

Ю. Орлов говорить про те, що на самопізнання здатна людина із сильною волею. Людина волі повинна мати здібності примусити себе зробити те, що потрібно; представили певну ситуацію і моделювати модель поведінки згідно з обставинами; знати, вміння мислити та представляти так, як це необхідно для реалізації певної мети; управляти своїм мисленням [4, с. 28 - 30].

Дуже важливим елементом самопізнання, який допомагає формувати не тільки оптимістичний світогляд вихователя, але його особистість є **образ-стимул**. Кожна риса характеру має свій образ-стимул. Якщо конкретна дія провокує відповідну реакцію, ми можемо говорити про наявність відповідної риси характеру. Щоб визначити певні риси, треба знати не тільки відповідну поведінку, але й стимул – образ, який її викликає.

Ю. Орлов виділив наступні фактори, які впливають на формування образу-стимулу:

- поведінка;
- ситуація;
- образ, який стимулює певну поведінку [4, с. 25].

Чим сильніша реакція на образ, тим яскравіше виражена наша риса. Тому образ – це не просто конфігурація стимулів. У ньому запрограмований певний зміст (для конкретної людини) і знання (загальноприйняте для більшості людей в умовах конкретного соціуму).

Розуміння і визначення певної риси потребує усвідомлення образів, які спонукають до відповідних дій. Тому управління поведінкою, яке так необхідне професійному вихователю, – як своє, так і поведінкою інших (вихованців), – зводиться до вміння керувати образами нашої свідомості. Хоча керування образами може впливати на нашу поведінку опосередковано, важливо знати як це відбувається.

Першим джерелом наших образів є ситуація, обставини. Однак різні люди в однакових обставинах актуалізують різні образи, які відповідають їх рисам. Другим джерелом образів виступає слово. Люди можуть сприймати обставини у своїй уяві шляхом їх словесного опису. Третім джерелом образів є наші потреби. Наші потреби стимулюють виникнення образів, які в свою чергу сприяють прояву наших рис. У процесі самопізнання вихователь повинен робити ставку на формування таких рис, як мотив досягнення поставленої мети, це викликає бажання постійно рухатись вперед у професійному саморозвитку; оптимізм дозволяє не втрачати віру у власні сили за будь-яких обставин. І, навпаки, уникати формування таких рис, як відчуття недовolenості, невпевненість у власних силах тощо. Таким чином можна зробити висновок, що образи є ключовим пунктом, який впливає на формування рис і потреб особистості.

Онтогенетичний розвиток самопізнання – це процес, що розгортається в часі. Умовно в генезисі самопізнання можна відокремити два основних рівні. Перший, специфічний для ранніх онтогенетичних етапів розвитку людини – приблизно до підліткового віку, вирізняється невеликим ступенем інтеграції. Уявлення про себе тут немовби "вписані" у конкретну ситуацію, вони багаті та більш посередні, чуттєвий зміст. Хоча вже відбувається формування деяких відносно сталих сторін уявлення про своє "Я", але ще немає цілісного, узагальненого, суттєвого розуміння себе, пов'язаного з наявністю поняття про себе.

Самопізнання на першому рівневі здійснюється через різноманітні форми порівняння себе з іншими людьми, спираючись переважно на зовнішні моменти. Спостерігаючи поведінку людей у подібних ситуаціях, індивід виробляє уявлення, а в подальшому – поняття про певну психологічну якість, властивість. Згодом ця якість переноситься на себе, внаслідок чого виявляється ступінь присутності цієї психологічної якості, її виразність, форми прояву, рівень розвитку тощо. Сфера психологічних властивостей іншого, що переноситься на себе, поступово розширюється – від якостей, що проявляються в окремих актах поведінки, до більш сталой й узагальненої системи суттєвих властивостей, що характеризує напрям поведінки людини загалом. Здійснюється і зворотний процес – проєкція своїх якостей на іншого.

Для другого рівня самопізнання специфічним є те, що співвіднесення знань про себе здійснюється не в рамках "Я та інша людина", а в межах "Я та Я" і передбачає оперування деякою мірою сформованими знаннями про себе. Провідним способом вивчення власного внутрішнього світу стають складні форми самоаналізу, зокрема аналіз мотивів власної поведінки. Видлені мотиви оцінюються людиною з погляду розуміння вимог суспільства до неї та власних вимог до себе. Співвіднесення форм поведінки є певною мотивацією їх аналізу й оцінки, завдяки яким відбувається усвідомлення себе як суб'єкта, якому належать виділені та проаналізовані стани і властивості. Власне "Я" починає усвідомлюватись як цілісне утворення, як єдність зовнішнього та внутрішнього буття.

У системі взаємодій з природним і соціальним світом людині доводиться виступати в різних ролях, бути об'єктом найрізноманітніших діяльності. З кожної конкретної взаємодії вона "вносить" образ свого "Я" у всій різнобічності, складності й суперечливості його проявів. У процесі самоаналізу, розчленування окремих конкретних образів свого "Я" новоутворення, що складають їх зовнішні та внутрішні психологічні особливості, відбувається немовби внутрішнє обговорення з самим собою своєї особистості, її цінності. Кожного разу в результаті самоаналізу образ свого "Я" вкочається до нових зв'язків і виступає в нових якостях. Так виникає узагальнений образ свого "Я", що немов виплавляється з багатьох поодиноких конкретних образів і містить стійкі, незмінні суттєві риси та уявлення про свою сутність, суспільну цінність. Узагальнений образ свого "Я" знаходить вираження у відповідному понятті про себе, яке, однак, не є чимось раз і назавжди визначеним, застиглим. Йому властивий постійний внутрішній рух. Його зрілість, адекватність перевіряються і коригуються практикою. Поняття про себе, свою цінність і справжню сутність значною мірою впливає на весь склад психіки, на сприйняття світу в цілому, зумовлює єдиний напрям поведінки людини навіть за складних життєвих обставин. Тому для формування оптимістичного світогляду в процесі самопізнання необхідно створювати привабливі образи.

Учені виділяють два різновиди "Я": Я-концепції (формальне Я) і дійсне Я, яке керує поведінкою. Радіє, страждає, кохає та ненавидить дійсне Я, яке виступає суб'єктом поведінки особистості, його життя та індивідуальності.

З цієї точки зору Я-концепція є ніщо інше, як уявлення про Я, яке може бути правильним або неправильним, перекрученим. У той час коли справжнє Я – це діюче Я, яке можна визначити опосередковано.

Саме діюче Я відповідає за порівняння Я-концепції з реальною поведінкою і дає емоційну реакцію на ту чи іншу дію. Діюче Я прагне відчувати задоволення, радість та уникати страждань.

Людина, яка здатна на самопізнання формує певний самозахист від негативних емоцій, яка називається **психологічним захистом**. Цей захист може здійснюватися не тільки у реальному житті, але й розумовій поведінці, у роботі сприйняття, уяви та мислення. Внутрішні дії з образами та символами, які теж виступають як об'єктивні предмети, дозволяють відображати та узагальнювати те, що ми навіть не можемо побачити на даному етапі. Таким чином до

психологічного захисту відносяться: втеча, агресія, інтроверсія (замкнутість), заперечення, витіснення тощо.

Важливою формою самопізнання є **самопочуття**. Сюди відноситься стан тіла людини, його функції, відношення до оточення, потреби які виражаються у самопочутті. Якщо самопочуття надає загальне уявлення про стан, тоді у момент збудження у людини в голові виникає певна судження про її потребу.

Самопочуття дає змогу усвідомити свої дії та переживання, щоб мати змогу узгодити їх із самим собою та іншими. Таким чином перетворюючи свідомість у самопізнання. Люди, які мають змогу краще усвідомлювати себе та інших, діють більш ефективно. Тому здатність до перетворення свідомості у самопізнання необхідна кожному педагогу, бо ефективність роботи свідчить про їх високий професійний рівень та створює можливості для прийняття вірних рішень.

Щоб розвивати своє самопізнання, треба знати його властивості і те, як воно формується. Як і будь-яке явище воно має позитивні та негативні сторони. Людина із розвинутим самопізнанням має перевагу над іншими, але в той саме час воно може породжувати такі психічні утворення, як відчуття неповноцінності, марнославство, гордість, тривожність, заздрість тощо. Тому необхідно намагатися дійти такого рівня індивідуального розвитку, при якому особистісне самопізнання розвивається і використовується в повному обсязі, при цьому маючи певні обмежники, які не дають проявитися його негативним сторонам.

У ставленні до наступних ситуацій, на думку Ю. Орлова, формуються стереотипи поведінки, які створюють напрямок самопізнання:

1. Ставлення до основної діяльності, яка складає головний зміст вашого життя.
2. Ставлення до рідних.
3. Ставлення до членів педагогічного, трудового, студентського колективу, друзів.
4. Ставлення до організацій, в яких ви берете участь.
5. Відношення до вас тих людей, з якими ви спілкуєтесь або працюєте [4, с. 84-86].

Результати інтегративної роботи в сфері самопізнання, з одного боку, й у сфері емоційно-ціннісного ставлення до себе – з іншого, поєднуються в особливе утворення самосвідомості особистості – її самооцінку. Як уже зазначалося, особистість починає оцінювати себе за допомогою оцінок і людей, але поступово, з переходом на вищі генетичні рівні психічного розвитку в неї формується більш або менш адекватна й стійка самооцінка.

Процес формування не має меж, бо особистість постійно розвивається і, як наслідок, змінюються її уявлення, поняття про себе, емоційно-ціннісне ставлення до себе. З розвитком особистості змінюються способи утворення самооцінки, і зміст, міра їх участі в регуляції її поведінки.

Зміст **самооцінки** має багато аспектів, адже дуже складною й багатоаспектною є сама особистість. Він охоплює світ її моральних цінностей, стосунків, можливостей. Єдина цілісна (глобальна) самооцінка особистості формується на основі самооцінки окремих сторін її психічного світу (часткових самооцінок). Кожний з компонентів самооцінки, що відображає ступінь знання особистістю відповідних її якостей і ставлення до них, має свою лінію розвитку, через це весь процес утворення загальної самооцінки має суперечливий і нерівномірний характер. Самооцінка різних компонентів особистості може перебувати на неоднакових рівнях стійкості, адекватності, зрілості. Форми взаємодії самооцінок – єдність, узгодженість, взаємодоповнення, конфліктні стосунки – передують процесові утворення єдиної самооцінки, супроводжують його і виявляються в постійних, іноді болісних і невдалих пошуках особистістю самої себе, в безперервній увазі до свого внутрішнього світу з метою зрозуміти свою цінність у суспільстві, знайти своє місце у складній системі соціальних, професійних, сімейних і особистісних стосунків.

Самооцінка – оцінка особистості самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. Належачи до ядра особистості, самооцінка є важливим регулятором її поведінки. Від самооцінки залежать взаємовідносини людини з оточуючими, її критичність, вимогливість до себе, ставлення до успіхів і невдач. Так само самооцінка впливає на ефективність діяльності людини і подальший розвиток її особистості.

Здатність до самопізнання має величезне значення у роботі вчителя. Вона допомагає розвиватися не тільки його особистості, але й сприяє формуванню низки професійних якостей, одними із яких є педагогічний оптимізм та здатність до педагогічного прогнозування. Педагогічний оптимізм сприяє не тільки розвитку позитивного світосприйняття, але й допомагає побачити та намагатися проектувати найкращі якості у вихованців(учнів). Прогностичне вміння, в свою чергу, це здатність орієнтуватися на чітко сформований у свідомості кінцевий результат (передбачена мета). Цим професійним вмінням володіють педагоги-майстри, здатні до самовиховання, професійного самовдосконалення та саморозвитку. А. Макаренко був наділений цим вмінням. Він писав: "...я вмів с першого погляду за зовнішніми ознаками, за невловимими гримасами обличчя, за голосом, за ходюю, за найменшими завитками особистості, можливо навіть за запахом, точно передбачити, яка продукція може вийти у кожному окремому випадку ..." [5, с. 421]. Саме за допомогою здатності до прогнозування та позитивного проектування, які виступають елементами професійного самопізнання, вчитель може отримати максимально ефективний результат педагогічного процесу.

Отже, можна узагальнити, що самопізнання – це відкриття себе, виявлення передусім своїх позитивних якостей і можливостей і тих задатків, які потім шляхом самовиховання людина зможе перетворити на здібності, талант, на стійкі риси характеру. Чим краще людина пізнає себе, тим об'єктивніше оцінює свої якості, тим ефективніше відбувається процес самовиховання. Основне правило самопізнання – шукати в собі істинне "Я".

Висновки. Самопізнання – це складне та комплексне поняття. Воно реалізується у застосуванні загальнолюдського психологічного знання про людину у відношенні до самого себе. Коли людина здатна до самопізнання вона має можливість постійно рухатись вперед і вдосконалювати свої вміння та навички у будь-якій сфері своєї власної діяльності. Це стосується і системи навчання-виховання, де ключовою функцією вихователя є передача вмінь та знань, накопичених століттями. У сучасній системі освіти особистість педагога, його внутрішній світ, його індивідуальність займає не менш важливе місце, ніж особистість вихованця.

ЛІТЕРАТУРА

1. Болотова А.К., Башкин Е.Б. Самопізнання і розвиток особистості як "особливий часовий елемент" / А.К. Болотова, Е.Б. Башкин // Культурно-історическая психология. – 2009. – № 1. – С. 19-27
2. Пчела И.В. Содержание и методы формирования культурного самосознания будущих учителей в процессе преподавания общегуманитарных дисциплин в педагогическом вузе : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Пчела И. В. – Уссурийск, 2003. – 232 с.
3. Толковый словарь русского языка: в 4 томах – Т. 4. / [гл. ред. Д. Ушаков]. – М.: Гос. издательство иностранных и национальных словарей, 1940. – 1552 с.
4. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера: Беседы психолога со старшеклассниками: Кн. для учащихся / Орлов Ю. М. –М.: Просвещение, 1987.
5. Макаренко А.С. Соч.: В 7 т. Т. I. / Макаренко А.С. – М., 1958. – С. 421.

Подано до редакції 02.07.2010