План

Вступ

1. Основні праці по проблемах самовиховання
2. Рушійні сили і механізм самовиховання особи
3. Етичний ідеал і самовиховання
4. Від виховання до самовиховання
5. Як працювати над собою
6. Ідеал особи
7. Матеріали по самопізнанню школяра
8. Мета виховання. Гіпотеза

Висновок

# Список літератури

## Вступ

Мільйони років існує світ. Багато що змінилося в ньому, стало абсолютно іншим. Але все таки є щось не приходить, вічне, що було і буде завжди. Адже завжди народжуватимуться, житимуть і вмиратимуть люди; і завжди вони йтимуть по тернистому шляху до своєї досконалості, кожного разу знов вирішуючи вічні життєві проблеми, долаючи перешкоди, терплячи біди.

Життя завжди примушувало людей шукати шляху до вдосконалення своєї душі. Проблемам самовиховання у всі століття надавалося велике значення.

В наш неспокійний, неясний час, коли важко розібратися де Добро, а де Зло, ця проблема ще більш актуальна. Те, по якому шляху підуть люди, стане вирішальним для всієї країни і всіх нас. Тому людина зараз, як ніколи, повинна знайти своє місце в житті, точно визначити свої етичні цінності, уміти протистояти різним негативним впливам.

Щоб не зірватися в прірву і не бути розтоптаним, потрібно уміти розібратися в тому, що відбувається зараз в нашій країні. А починати потрібно перш за все з самого себе, з удосконалення своєї особи. Як говорить народна мудрість: "вік живи - вік учись", значить і виховуй себе ціле століття. В постійно змінному світі тільки той знаходить своє місце, хто безперервно міняється сам, удосконалюється. Крім того, тільки шляхом самовиховання самовиховання виробляються такі цінні особові якості як сила волі, мужність, наполегливість, терпіння, упевненість в своїх силах і т.д.

Розглянувши, яке значення мало і має самовиховання в житті людей, я прийшла до висновку, що самовиховання є однією з найважливіших проблем сьогодні і вимагає свого рішення.

**Основні праці по проблемах самовиховання.**

Серед значних робіт по самовихованню я б хотіла вказати праці А.І.Кочетова, який двадцять п'ять років свого життя присвятив роботі над цією проблемою. В його популярній книзі "Як займатися самовихованням" розкривається вся теорія самовиховання, його цілі, задачі, прийоми і методи роботи над собою: даються рекомендації по саморозвитку розуму, пам'яті, мислення, здібностей, мови і т.д.

В книзі "Виховай себе" А.І.Кочетов учить, як знайти свій ідеал, як оцінити свої сили і здібності, як скласти програму самовиховання, як викоренити свої недоліки і навчитися управляти собою.

Приведені вище книги А.І.Кочетова призначені в основному для широкого круга читачів і, головним чином, для підростаючого покоління. Проте круг його діяльності по цій проблемі набагато більш широкий. Так книга А.І.Кочетова "Організація самовиховання школярів" адресована вже вчителям, керівникам шкіл як допомога, в якій загальнотеоретичні відомості виходять на практичний додаток ідей науки.

Проблемі самовиховання багато уваги уділяв професор А.Г.Ковальов. Його книга "Особу виховує себе" присвячена умовам і методам самовиховання особи. Вона ілюстрована яскравими прикладами успішної роботи над собою як великих людей минулого, так і наших сучасників; розрахована на широкий круг читачів.

Дуже докладно, цікаво і захоплююче з безліччю конкретних прикладів з життєвих ситуацій висловлена ця тема в книзі Ю.М.Орлова "Самопізнання і самовиховання характеру". Його підхід до цієї проблеми дуже своєрідний, повчальний, дозволяє більш глибоко зрозуміти приведені теоретичні відомості.

Цікавим і дуже своєрідним є підхід до цього питання Дейла Карнеги в його популярній книзі "Як завоювати друзів і робити вплив на людей", де він дає цінні практичні поради, учить яким потрібно стати, що б люди любили і поважали тебе.

Проблемою самовиховання займалися і займаються зараз багато педагогів і психологи. Існує безліч наукових робіт і популярної літератури по цій темі але, на мій погляд, найбільш глибоко і повно розглядав цю проблему А.І.Кочетов. В своїх працях він дає ради з організації самовиховання як учням, так і вчителям.

**Рушійні сили і механізм самовиховання особи.**

Коли з'являється на світ новонароджений, ми говоримо: "народилася людина", тобто говоримо про біологічне його народження. Проте подальший процес біологічного розвитку найтіснішим чином поєднується з придбанням таких якостей і властивостей, які по своєму походженню не пов'язані з біологічною природою людини (наприклад: засвоєння навиків, звички, поведінка і ін.). Названі властивості і якості можуть сформуватися лише прижиттєво і характеризують соціальний розвиток людини. Таким чином, загальне поняття "людина" включає більш вузьке і специфічне поняття - "особу". Про особу ми судимо по наступних ознаках:

1. Певні сформовані соціальні якості. Наприклад: відповідальність, гідність, індивідуальність, суспільна активність, твердість поглядів і переконань.

2. Особа характеризується таким рівнем психічного розвитку, який дозволяє їй управляти власною поведінкою і діяльністю. Здатність обдумувати свої вчинки і відповідати за них - істотна і головна ознака особи.

А.І.Кочетов в своїй книзі "Організація самовиховання школярів" говорить, що як всяке явище, що розвивається, особа суперечлива, в її внутрішньому світі неминучі зіткнення, конфлікти, періоди спаду і посилення розвитку. Поняття особа неможливо зовні того, що вичленяє її рушійних сил. Учені одностайні в тому, що рушійними силами в самовихованні особи є певні суперечності.

В даний час в науці накопичений достатній фактичний матеріал, що дозволяє проникнути в суть процесу самовиховання. Механізм самовиховання має наступні особливості: вихованець вибирає цілі життя, ідеали відповідно до суспільних критеріїв, готує себе до життя в суспільстві, удосконалюється в колективній діяльності по поліпшенню навколишнього світу. Між вказаними чинниками самовиховання існують складні взаємозв'язки і суперечності: мета життя може бути однією, а захопленість - в іншій сфері, внаслідок чого між бажанням удосконалювати себе і реальним самовихованням виникає невідповідність і т.д. і не завжди суперечності можуть бути дозволені зусиллями самого вихованця.

В своїй роботі А.І.Кочетов визначає параметри самовиховання:

а) спрямованість, тобто мотиви роботи над собою.

б) зміст (розумове, фізичне, етичне, трудове, естетичне, вольове, професійне, комплексне).

в) стійкість (випадкове, епізодичне, постійне).

г) ефективність у формуванні особи (виконує функції головні і допоміжні).

Головна виховна задача в керівництві самовиховання полягає в тому, що треба сформувати ті позитивні якості, від яких залежить вирішення вказаних протиріч, і привести в дію такі чинники як: самосвідомість, захопленість, спрямованість, уміння управляти собою і т.д.

**Етичний ідеал і самовиховання.**

В умовах інтенсивного суспільного розвитку зростає роль етичних почав у всьому житті суспільства. В світі існує одностайна думка про те, що етичний ідеал спонукає до наслідування, для самовиховання потрібен еталон етично вихованої особи школяра, який повинен відповідати наступним показникам:

· працьовитість;

· творче відношення до праці;

· висока культура поведінки.

В своїй статті "Про етичне виховання Л.А.Замико, що вчаться", А.А.Назаренко дають деякі корисні поради:

робота по етичному вихованню вчаться результативна при системному підході, що припускає педагогічну діагностику; використовування різноманітних методів виховання; включення вихованця в соціальні і всередині колективні відносини; інтенсивне залучення до діяльності з урахуванням позитивних якостей і здібностей, що є у нього; формування об'єктивної самооцінки; навчання методиці самостимуляції позитивної поведінки (самонавіяння, самосхвалення, самоосуд).

Психологічна підготовка до етичного самовиховання припускає формування соціального еталона особи в учбово-виховній роботі школи, організацію життя колективу на принципах гуманістичної моралі і включення кожного учня в процес свого етичного самоудосконалення.

**Від виховання до самовиховання.**

В книзі А.І.Кочетова "Організація самовиховання школярів" мовиться, що в молодшому шкільному віці межі самовиховання визначаються появою нового виду діяльності - навчання. Воно направлено на розвиток вольових якостей, відповідальності, колективізму і пов'язано з привчанням дитини до регулярного і добросовісного виконання учбових завдань.

А.І.Кочетов пропонує правила сприяючі самовихованню:

П'ять "треба":

1. Завжди допомагати батькам.

2. Виконувати вимоги вчителів вчитися добросовісно.

3. Бути чесним.

4. Підпорядковувати особисті інтереси колективним.

5. Завжди і усюди проявляти сумлінність.

П'ять "можна":

1. Веселитися і грати, коли робота зроблена на "відмінно".

2. Забувати образи, але пам'ятати, кого і за що ти образив сам.

3. Не сумувати при невдачах; якщо наполегливий, все одно вийде !

4. Вчитися у інших, якщо вони краще тебе трудяться.

5. Питати, якщо не знаєш, просити допомогти, якщо не справляєшся сам.

Це потрібно тобі самому!

1. Бути чесним! Сила людини в правді, слабкість його - брехня.

2. Бути працелюбним! Не боятися невдачі в новій справі. Хто наполегливий, той з невдач створить успіх, з поразок викує перемогу.

3. Бути чуйним і дбайливим! Пам'ятай, до тебе добре відноситимуться, якщо ти до інших добре відносишся.

4. Бути здоровим і охайним! Займайся уранішньою гімнастикою, загартовуйся, мийся до пояса холодною водою щодня, стеж за чистотою рук, годину в день виділяй на прогулянки і ще годину віддай праці або спорту.

5. Бути уважним, тренувати увагу! Хороша увага оберігає від помилок в навчанні і невдач в грі, праці, спорті.

Цього робити не можна!

1. Вчитися без старання, ледаче і безвідповідальне.

2. Грубити і битися з однолітками, кривдити молодших.

3. Терпіти у себе недоліки, інакше вони тебе самого знищать. Будь сильнішим за свої слабкості.

4. Проходити мимо, коли поряд кривдять малюка, знущаються над товаришем, нахабно брешуть в очі чесним людям.

5. Критикувати інших, якщо сам страждаєш подібним же недоліком.

П'ять "добре":

1. Уміти володіти собою (не втрачатися, не боятися, не виходити з себе по дурницях)

2. Планувати кожний свій день.

3. Оцінювати свої вчинки.

4. Спочатку думати, а потім робити.

5. Братися спочатку за найважчі справи.

Правила вводяться поступово. Спочатку дитина привчається жити відповідно до п'яти "треба". Це означає, що до нього пред'являються підвищені вимоги при виконанні саме даних правил. Одночасно указується, що не можна робити і чому. Через деякий час можна підключати п'ять "добре", оскільки вони значно складніше для розуміння і привчання.

**Як працювати над собою.**

А.І.Кочетов в своїх роботах пропонує тим, що вчиться конкретний план роботи над собою.

Як працювати над собою.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1-й етап. Визнач суспільну мету і значення свого життя. **Мій етичний ідеал.** 1. Девіз життя. 2. Кінцева мета моїх прагнень і діяльності. 3. Що люблю в людях і що ненавиджу. 4. Духовні цінності людини. | 2-й етап. Пізнай самого себе. **Який я є.** 1. Мої достоїнства. 2. Мої недоліки. 3. Мої інтереси і захоплення. 4. Мета мого життя. 5. Відношення до навчання. 6. Відношення до праці. 7. Відношення до людей. Об'єктивна самооцінка. | 3-й етап. Визнач програму самовиховання. **Яким я повинен стати.** 1. Вимога до мене батьків і вчителів. 2. Вимоги до мене товаришів, колективу. 3. Вимоги до себе з позиції ідеалу і об'єктивної самооцінки. Програма самовиховання. |
| 4-й етап. Створити свій спосіб життя. **Режим.** 1. Розпорядок дня. 2. Дбайливе відношення до часу. 3. Гігієна праці і відпочинку. 4. Правила життя. | 5-й етап. Тренуй себе, виробляй необхідні якості, знання, уміння і навики. **Тренування, вправи.** 1. самозобов'язання. 2. Завдання самому собі на день, тиждень, місяць. 3. самопереконання. 4. самопримушення. 5. Самовладання. 6. самонаказ. | 6-й етап. Оціни результати роботи над собою, постав нові задачі самовиховання. **Самоконтроль.** 1. Самоаналіз і самооцінка роботи над собою. 2. самозаохочення або самопокарання. 3. Вдосконалення програми самовиховання. |

**Ідеал особи.**

а) Людина

· гуманіст

· демократ

· трудівник

· інтелігент

· творча особа

· оптиміст

· борець за соціальну справедливість

б) Якості чоловіка

· привабливість

· вірність

· мужність

· мамйстерність

· делікатність

· взаєморозуміння

в) Якості громадянина

· колективізм

· інтернаціоналізм

· патріотизм

· національна честь і гідність

· совість

· мужність

· відповідальність

г) Якість жінки

· привабливість

· вірність

· жіночність

· господарність

· поступливість

· взаєморозуміння

д) Риси фахівця

· професійна компетентність

· висока працездатність

· організованість і діловитість

· ділова співпраця і самодисципліна

· вимогливість до себе і іншим

· культура праці і ощадливість

· потреба до самоосвіти

· в самоудосконаленні.

**Матеріали по самопізнанню школяра.**

В.Гете затверджував: "розумна людина не та, хто багато знає, а хто знає самого себе".

Що дає людині знання самого себе ?

1. Об'єктивно оцінити себе, свої можливості і здібності. Виходячи з цього, визначити цілі життя.

2. Не допускати помилок, розчарувань, необгрунтованих претензій, краху життєвих планів.

3. Визначити своє покликання, безпомилково вибрати професію.

4. Не претендувати на особливу увагу до себе з боку оточуючих; скромність і гідність - показники об'єктивної самооцінки.

5. Шукати причини неприємності в собі, а не в інших.

### Шляхи самопізнання

1. Судіть про себе у справах. Успіх в роботі - це показник ваших достоїнств, невдачі - характеризують ваші слабкості і недоліки.

2. Порівнюйте себе з іншими, але не з тими, хто гірше, а з тими, хто краще вас.

3. Прислухайтеся до критики на свою адресу:

· якщо критикує один - задумайтеся

· якщо два - проаналізуйте свою поведінку

· якщо три - переробляйте себе.

4. Порівнюйте свою думку з думкою про вас із сторони. Відносьтеся до себе вимогливіше, ніж до інших. Ворог ваших недоліків - ваш друг.

**Мета самовиховання. Гіпотеза.**

Мета самовиховання виходить з мотивів, спонукаючих до роботи над собою і бажань, прагнень людини. Без мети не може бути почата жодна справа, у тому числі і самовиховання. Але треба мати, звичайно, достатньо здорового глузду, щоб ставити собі задачі під силу. Інакше, нездійсненні, нереальні надії можуть привести до зворотного ефекту, до невпевненості в своїх силах.

Кожний з нас може скласти список рис, які було б слід усилити, і список рис, які було б слід ослабити або викоренити. Викорінювання недоліків як і вироблення бажаних якостей характеру і здібностей може бути метою самовиховання.

Молодь сьогодні опинилася в кризовій ситуації. Разом з крахом системи суспільного устрою і етичних ідеалів, звалилися багато традиційних норм і способи поведінки. Йдуть в минуле, що здавалися вічними, критерії життя.

Відбувається різка переоцінка цінностей. Молоді доводиться адаптуватися до швидко змінних умов життя. Міняються етичні ідеали і цінності. Всі ці чинники надають значне, не завжди позитивне, вплив на особу учня. По цьому, якщо переконати учнів в необхідності самовиховання і допомогти їм в його організації, то процес формування особи протікатиме більш ефективно.

#### Висновок

Отже, самовиховання - педагогічно керований процес. Психологічна і практична підготовка до роботи над собою складає одну з найважливіших задач виховання. Я спробувала виділити основні етапи виникнення і розвитку самовиховання.

По-перше це усвідомлення учнями свого способу життя, осмислення значущості тієї діяльності, яка вимагає самовиховання. На цьому етапі класний керівник допомагає тим, що вчиться усвідомити свої позитивні і негативні якості, зрозуміти нетерпимість своїх недоліків.

По-друге, оволодіння навиками самостійної роботи в тій області діяльності, в якій школяр хоче добитися успіху.

По-третє, складання програми самовиховання. Це дуже важливий етап роботи над собою. Тут потрібна допомога, щоб оцінити, наскільки об'єктивно судить учень про себе, чи вірні цілі він ставить і чи потрібні прийоми вибирає.

По-четверте, організація самовиховання у вибраній діяльності. Це найвідповідальніший етап при переході від виховання до самовиховання. Без конкретної діяльності бажання стати краще залишиться тільки бажанням.

По-п'яте, треба включити самовиховання в цілісний процес формування особи. Вищий етап переходу виховання в самовиховання починається тоді, коли учень хоче і уміє працювати над собою, коли оформилися мотиви, цілі і методи самовиховання.

Таким чином, якщо переконати учнів в необхідності самовиховання і допомогти їм в його організації, то процес формування особи протікатиме більш ефективно.

**Список літератури**

1. Дэйл Карнеги “Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей”, Ленинград, 1992

2. Кочетов А.И. “Как заниматься самовоспитанием”, Мн., Выш. шк., 1986

3. Кочетов А.И. “Воспитай себя”, Мн., Нар. асвета, 1982

4. Кочетов А.И. “Организация самовоспитания школьников”, Мн., Нар. асвета, 1990

5. Кочетов А.И. “Личность воспитывает себя”, М., Политиздат, 1983

6. Орлов Ю.М. “Самопознание и самовоспитание”, М., Просвещение, 1987