

УДК 37.015.3

О.Л. ПІНСЬКА,
*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри загальної та вікової психології
Криворізького державного педагогічного університету*

САМОПІЗНАННЯ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ПРОФЕСІЙНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ МАЙБУТЬОГО ВЧИТЕЛЯ

У статті проаналізовано науково-теоретичне підґрунтя проблеми самопізнання як детермінанти професійного самовдосконалення майбутнього вчителя, акцентовано увагу на взаємозв'язку в структурі самопізнання гностичного і емоційного компонентів, подано характеристику його компонентів.

Ключові слова: самопізнання, професійне самовдосконалення, самосвідомість, самооцінка, особистісна рефлексія, компоненти самопізнання.

Постановка проблеми. Особистісно-професійний розвиток студентів у вищих навчальних закладах залежить від тих сенсів і цінностей, які вони знаходять у майбутній педагогічній діяльності. Усвідомлення сутності педагогічної професії, позитивне ставлення до неї, наповнення її особистісним сенсом, адекватне співвіднесення себе з конкретними професійними вимогами відіграє вирішальну роль у професійному самовдосконаленні, яке спрямоване на роботу особи над собою і залежить від її здатності пізнати себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності. Проте частина студентів не завжди може виділити та узагальнити особистісні якості і дати їм адекватну об'єктивну оцінку. Тому ефективність професійного самовдосконалення потребує постійного самопізнання

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що проблема професійного самовдосконалення майбутніх фахівців активно вивчається вітчизняними та зарубіжними науковцями: аналізуються педагогічні умови професійно-творчого саморозвитку майбутнього вчителя (М. Костенко Т. Тихонова та ін.), самовдосконалення студентів вищих навчальних закладів (Я. Подоляк, Я. Шведова, В. Артюхова та ін.), стимулювання професійного самовдосконалення вчителів початкової школи (Л. Суценко). У ряді досліджень (К. Абульханова-Славська, О. Діденко, О. Ігнатюк, Т. Шестаковата ін.) подається визначення сутності та змісту професійного самовдосконалення. Зокрема Т. Шестакова розуміє професійне самовдосконалення як процес і результат творчого цілеспрямованого самостійного руху людини до вершин професійного й особистісного розвитку, що здійснюється завдяки самоосвіті, самовихованню, самоактуалізації та забезпечує її творчу самореалізацію у професії [10, с. 11].

У психолого-педагогічній літературі висвітлені різні аспекти проблеми самопізнання: його пов'язують із загальними аспектами самосвідомості (Б. Анан'єв, Л. Виготський, О. Леонт'єв, С. Рубінштейн, І.Чеснокова та ін.); самопізнання розглядається як: процес пізнання себе як суб'єкта діяльності й спілкування, побудови та корекції образу «Я», наповнення змістом самосвідомості особистості (О. Боброва, В. Столін та ін.); умова формування професійної позиції педагога (О. Мешко, Н. Рукавишнікова та ін.); засіб саморегуляції (М. Боришевський, А. Захарова, С. Рубінштейн та ін.), пізнавально-рефлексивний компонент самосвідомості (О. Киричук, В. Петрушенко, Т. Титаренко, Л. Хоружа та ін.). У дослідженнях В. Кан-Калика, Н. Кузьміної, А. Маркової, Л. Мітіної, Н. Рукавишнікової професійне самопізнання розглядається як особистісний механізм становлення педагога.

Проте проблема самопізнання як детермінанта професійного самовдосконалення майбутнього вчителя потребує подальшого дослідження.

Формулювання мети. Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні сутності професійного самопізнання як складової професійної самосвідомості, здійсненні характеристики його основних змістових компонентів та визначенні ролі в професійному самовдосконаленні майбутнього вчителя.

Виклад основного матеріалу. Категорія «самопізнання» в науковій літературі розглядається в контексті самосвідомості особистості, що потребує визначення цього поняття. У психологічних дослідженнях відомих вчених (Б. Ананьєв, О. Бодальов, І. Бех, Л. Виготський, І. Кон, О. Леонт'єв, С. Максименко, А. Петровський, С. Рубінштейн та ін) поняття «самосвідомість» визначається як складне психічне явище, сутність якого полягає у сприйнятті особистістю численних образів самої себе в різних ситуаціях діяльності і поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми і поєднанні цих образів в єдине цілісне утворення – мисленнєвий образ Я, а потім у поняття свого Я як суб'єкта, що відрізняється від інших суб'єктів. Зокрема А. Петровський визначає самосвідомість як когнітивний компонент Я-концепції, яка включає «образ своїх якостей, здібностей, зовнішності, соціальної значущості...» [4, с. 419]. З точки зору І. Кона, самосвідомість це – сукупність психічних процесів, за допомогою яких індивід усвідомлює себе як суб'єкта діяльності, а його уявлення про самого себе складаються в певний образ Я [3].

Як структуроване психічне утворення самосвідомість складається з двох компонентів: когнітивного (процесу самопізнання і його результату – системи знань особистості про саму себе) і емоційного – процесу ставлення до самого себе і його результату – самооцінки.

У всіх психологічних теоретичних положеннях, що подають структуру самосвідомості, стверджується, що її зміст і динаміку забезпечує самопізнання – пізнання самого себе за допомогою усвідомлення образу свого Я, розвиток і вдосконалення своєї особистості, свідоме використання знань про механізми й закономірності психічної діяльності для цього.

З точки зору Л. Хоружи, самопізнання – це «...основа саморозвитку, самоконтролю і саморегуляції особистості, компонент самосвідомості, що містить оцінку особистістю самої себе, шкалу значущих цінностей» [8, с. 151]. В.Петрушенко самопізнання визначає як здатність людської свідомості фіксувати власні дії, відслідковувати власний предметний зміст і завдяки цьому виявляти саму себе у своїй особливій якості; спрямованість людської думки на пізнання та осмислення людини як у варіанті пізнання себе як носія свідомості і мислення, так і у варіанті пізнання інших людей [5, с. 140].

Зазначимо, що самопізнання стимулюється прагненням до цілеспрямованих змін у зв'язку з усвідомленням власних психологічних особливостей відповідно до зовнішніх вимог та соціальних зразків і спрямоване на вивчення образу Я-концепції, за допомогою якого здійснюється самоаналіз стимулюючих і перешкоджаючих чинників навчання, розвиток і саморозвиток педагога. В процесі самопізнання людина, пізнаючи себе, виявляє в першу чергу свої позитивні і негативні якості, можливості, які потім шляхом самовдосконалення перетворює в риси характеру. Отже, самопізнання виступає необхідним етапом на шляху людини до самореалізації, яка покликана стати фундаментом діяльності, спрямованої на саму себе.

Через самопізнання людина приходить до пізнання самої себе. Ці знання входять до самосвідомості як її серцевина. Аналіз наукових досліджень дозволяє стверджувати, що самопізнання, як і будь-яка форма пізнання не приводить до кінцевого, абсолютного, завершеного знання. Спочатку воно виступає у вигляді окремих ситуативних, нерідко випадкових образів себе, які виникають у конкретних ситуаціях спілкування та діяльності. Далі ці образи інтегруються у більш або менш цілісне й адекватне поняття про власне Я. Відносність знань про себе зумовлена постійними змінами у часі реальних умов життєдіяльності й самої людини. Часто простежуються розбіжності між реальними змінами людини й тим, що відображено нею в образі самої себе, коли нове у психічному розвитку ще не стало змістом її знання. Недостатньо ясно усвідомлюючи те нове в собі, що з'явилося, людина немов би із запізненням його «відкриває», а до того часу користується старими знаннями про себе, старими оцінками, хоча вони насправді вже не відповідають змісту нового психологічного утворення, його прояву [5, 7, 10].

Невід'ємною частиною самопізнання є «занурення» студента в стан оцінювання своїх особистісних якостей, вчинків, уподобань, ціннісних орієнтацій. Тому одним із механізмів самопізнання є особистісна рефлексія, яка розуміється і як діяльність особистісного самопізнання, і як раціональний його компонент, що виражає аналітичні дії особистості, пов'язані із самооцінкою. Особистісна рефлексія – це також здатність студента уявити сформовану в інших картину ситуації і на цій основі уточнити уявлення про себе. У складному процесі рефлексії суб'єкт відображає сам себе: яким він бачить себе зараз; яким би він хотів стати в майбутньому; яким, на його думку, його бачать інші. Таким чином, саморефлексія – це процес, пов'язаний зі здатністю людини відображати власні стани, відносини, переживання, що допомагає їй не тільки усвідомити, але при необхідності й перебудувати їх.

Розглядаючи самопізнання як пізнавальний процес, слід зауважити, що знання про себе, поєднане з певним ставленням до себе, становить самооцінку особистості, яка є результатом емоційного компонента самопізнання. З «...глобальною самооцінкою особистості похідною від сукупності окремих самооцінок, яка виступає підсумковим виміром системи «Я», пов'язує самопізнання І. Кон [3, с. 232]. С. Рубінштейн під самооцінкою розуміє стрижневе утворення особистості, яке будується на оцінках індивіда іншими і його оцінювання цих інших [6, с. 56–58].

Самооцінку, як єдність раціонального й емоційного компонентів самопізнання, розглядає І. Чеснокова. Автор зазначає, що самооцінка – особливе утворення в структурі усвідомлення себе, яке виконує функцію оцінки можливостей індивіда і зіставлення їх з вимогами ситуації поведінки, на основі чого відбувається її регуляція [9, с. 100].

Самооцінка формується під впливом різних чинників: порівняння образу реального «Я» з уявленням про те, якою б людина хотіла бути; присвоєння людиною тих оцінок, які вона отримує від інших людей; реальна або уявна успішність дій людини. Крім того, слід зазначити, що самопізнання, відбиваючи реальне буття особистості, робить це не дзеркально, що є ще одним фактором того, чому явлення людини про саму себе завжди буде мати суб'єктивний характер: вона може бути як адекватною, так і неадекватною (завищеною, або заниженою). Адекватна самооцінка своїх достоїнств зміцнює впевненість у власних силах, піднімає людину у власних очах. Знання недоликів – мобілізує сили на їх подолання. Завищена самооцінка знижує потребу людини у самовдосконаленні, а занижена – викликає розгубленість, невпевненість у собі. За допомогою адекватної самооцінки, як інструменту самовдосконалення, координуються внутрішні психічні резерви особистості. Від неї залежить вимогливість до себе, ставлення до успіхів і невдач, стосунки з оточуючими.

Таким чином, самооцінка, виступаючи регулятором поведінки й діяльності, значною мірою визначає соціальну адаптацію особистості і забезпечує подальше її самовдосконалення.

Глибина і адекватність самооцінки визначається змістовими компонентами самопізнання (самоспостереження, самоаналіз, саморегуляція, самопроєктування).

Самоспостереження – уміння педагога фіксувати увагу на своєму стані, діях, вчинках, відчуттях, психічних процесах. Щоб отримати об'єктивну інформацію про себе, яка, як правило, прихована від інших, педагогу необхідно володіти вміннями подивитися на себе «з боку», періодично фіксувати увагу на своєму стані, щоб краще зрозуміти, чого можна чекати від себе в тій чи іншій ситуації. Але самоспостереження – це не самопоглядання: значення мають не факти самі по собі, а те, вираженням яких думок, почуттів, ставлень, рис особистості вони є. Ефективність самоспостереження потребує розвинутої уваги, на основі якої формується спостережливість, що потребує сформованості уважності. Учителю, котрий, уважно ставиться до себе, може зосередитися на власних діях і поведінці, що дозволяє йому успішно керувати власним психічним станом в процесі взаємодії. Неорганізованість, невміння зосереджуватися, розподіляти увагу заважає йому пізнавати себе адекватно.

Отримані в процесі самоспостереження факти потребують педагогічного самоаналізу. Самоаналіз – це аналіз власної діяльності, поведінки, свого внутрішнього світу, який базується на зіставленні результатів діяльності з цілями. Самоаналіз розвиває аналітичне мислення, яке дає змогу розкрити причинно-наслідкові зв'язки своїх успіхів і невдач. Якщо самоспостереження дає відповідь на питання «Що відбувається?», то самоаналіз – на питання «Чому це сталося?», «Чому сталося саме так?», «Які риси особистості цьому сприяли?». Самоаналіз формує у майбутнього вчителя критичне мислення, що дозволяє йому подиви-

тися на себе «іншими очима» і забезпечує внесення корективів у професійно-рольову поведінку. Від глибини самоаналізу залежить процес особистісного вдосконалення.

Ядро самооцінки становлять прийняті суб'єктом цінності, які визначають специфіку її функціонування як механізму саморегуляції. Тобто «самооцінка певним чином вбудована в систему саморегуляції» [2, с. 19]. В психології саморегуляція визначається як «свідома активність індивіда, спрямована на приведення внутрішніх резервів у відповідність до умов зовнішнього середовища, як здатність індивіда самостійно забезпечувати адекватність власних дій і вчинків прийнятими програмами, вимогам певних принципів, норм, правил, які виступають в процесі саморегулювання як еталони, ціннісної орієнтації, вимоги діяльності [1, с. 18].

Саморегуляція забезпечує актуалізацію способів дії, адекватних особистісно прийнятими нормам суспільної поведінки і характеризується специфічною активністю, спрямованістю на співвіднесення поведінки особистості з вимогами ситуації, очікування інших людей, на актуалізацію психічних процесів відповідно до ситуації спілкування, міжособистісної взаємодії. Обов'язковою рисою саморегулювання є постійне внутрішнє оцінювання перебігу акту поведінки, яке співвідноситься з прямим або передбачуваним його оцінюванням іншими людьми.

Коригування компонентів поведінки в саморегулюванні виконує механізм самоконтролю. Самоконтроль – це систематична фіксація свого стану чи поведінки з метою запобігання небажаним проявам, що забезпечує усвідомлену саморегуляцію та актуалізацію способів дії, адекватних нормам поведінки вчителя і відіграє роль її внутрішнього регулятора. Він є показником становлення особистісної самостійності і проявляється у готовності перевести дію в інше русло, внести в неї додаткові елементи.

Ефективність самоконтролю підвищується, коли особистість час від часу дає собі звіт про те, що вона робить, як робить, що отримує, узагальнює факти та вносить корективи у власну поведінку. В самозвіті доцільно дати собі відповіді на питання: 1. Який я є сьогодні – «Я – реальне». 2. Як я уявляю себе? 3. Який мій образ в очах інших? 4. Чим я відрізняюся від інших? Чому я такий? 5. Я себе недооцінюю. В чому? 6. Я себе переоцінюю. В чому? 7. Яким би мені хотілося бути? – «Я – ідеальне»). 8. Яким мені хочеться видаватися оточуючим? 9. Що треба зробити, щоб стати іншим?

Тобто самозвітувати – це означає визначити власні зміни й актуалізувати у свідомості те, що відрізняє мене сьогодні від самого себе в минулому. Внесення в разі необхідності коректив у власну поведінку, діяльність, стабілізувати їх у потрібному напрямі й цим самим робити свою особистість об'єктом власної самосвідомості, потребує самопроекування.

Самопроекування – процес визначення свого уявного «Я – ідеальне» на певному проміжку часу. Це своєрідна психологічна самоорієнтація, яка потребує уміння діагностувати ситуацію і здатність розробляти на цій основі безліч можливих рішень та передбачати ефективність їх результатів.

Отже, основою самовдосконалення є самопізнання, яке дає змогу особистості проаналізувати образ Я-концепції, зумовлює до повного виявлення, розвитку та реалізації своїх позитивних якостей та обумовлює зростання значення самооцінки в «образі Я».

Висновки і перспективи подальших досліджень. Підсумовуючи, зазначимо, що самопізнання – це процес пізнання себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності, побудова та корекція образу «Я», наповнення змістом самосвідомості особистості. Результатом самопізнання виступає динаміка змін в контексті формування образу Я, тобто усвідомлення та осмислення студентом власних змін з позиції самого себе, свого місця в сучасному світі та своєї життєвої програми і визначення цінностей цих змін для себе, що сприяє професійному самовдосконаленню.

Список використаних джерел

1. Борышевский М.И. Развитие саморегуляции поведения / М.И. Борышевский. – К.: Искусство, 1992 – 168 с.
2. Захарова А.В. Структурно-динамическая модель самооценки / А.В. Захарова // Вопросы психологи. – 1989. – № 1. – С. 3–4.
3. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание / Кон И.С. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.

4. Краткий психологический словарь / [сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского]. – М.: Политиздат, 1985. – 431с.
5. Петрушенко В.Л. Тлумачний словник основних філософських термінів / В.Л. Петрушенко. – Львів: Львівська політехніка, 2009. – 264 с.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика. – 1989. – 703 с.
7. Рукавишникова Н.Г. Профессиональное самопознание студента педагогического вуза [Электронный ресурс] / Н.Г. Рукавишникова // Педагогический вестник. – Режим доступа: http://www.yspu.yar.ru/vestnik/pedagoka_i_psichologiy/137.
8. Хоружа Л.Л. Этический розвиток педагога: [навч. посіб.] /Л.Л. Хоружа. – К.: Академвидав, 2012. – 208 с.
9. Чеснокова И.И. Проблемы самосознания в психологии /И.И.Чеснокова. – М.: Наука, 1977. – 144 с.
10. Шестакова Т.В. Формування готовності майбутніх педагогів до професійного самовдосконалення: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Т.В. Шестакова. – К., 2006. – 20 с.

References

1. Boryshevskii, M.I. (1992). *Razvitie samorehuljatsii povedeniia* [The development of behavior self-regulation]. Kiev, Iskusstvo Publ., 168 p. (In Russian).
2. Zakharova, A.V. (1989). *Strukturno-dinamicheskaia model samoosnki* [The structural and dynamical model of self-assessment]. *Voprosy psikhologii* [Psychology Issues], no. 1, pp. 3-4 (In Russian).
3. Kon, I.S. (1984). *V poiskakh sebja. Lichnost i ee samosoznanie* [In Quest of Myself. Personality and Self-Consciousness]. Moscow, Politizdat Publ., 335 p. (In Russian).
4. Karpenko, L.A. In A.V. Petrovskii & M.H. Yaroshevskii (Eds). (1985). *Kratkii psikhologicheskii slovar* [Concise Psychological Dictionary]. Moscow, Politizdat Publ., 431 p. (In Russian).
5. Petrusenko, V.L. (2009). *Tlumachnyi slovnyk osnovnykh filosofskykh terminiv* [Dictionary of Basic Philosophical Terms]. Lviv, Lvivska politehnika Publ., 264 p. (In Ukrainian).
6. Rubinshtein, S.L. (1989). *Osnovy obshchei psikhologii* [The Principles of General Psychology]. Moskva, Pedahohika Publ., 703 p. (In Russian).
7. Rukavishnikova, N.H. *Professionalnoe samopoznanie studenta pedahohicheskoho vuza* [Professional self-knowledge of the students of teaching training institutions]. *Pedahohicheskii vestnik* [Pedagogical Bulletin]. Access mode: http://www.yspu.yar.ru/vestnik/pedagoka_i_psichologiy/137 (In Russian).
8. Khoruzha, L.L. (2012). *Etychnyi rozvytok pedahoha* [The ethical development of a teacher]. Kyiv, Akademyvdav Publ., 208 p. (In Ukrainian).
9. Chesnokova, I.I. (1977). *Problemy samosoznaniia v psikhologii* [The issues of self-consciousness in psychology]. Moscow, Nauka Publ., 144 p. (In Russian).
10. Shestakova, T.V. (2006). *Formuvannia hotovnosti maibutnikh pedahohiv do profesiino-ho samovdoskonalennia. Avtoref. dis. kand. ped. nauk* [The formation of future teachers' readiness for professional self-perfection. Abstract of cand. ped. sci. diss.]. Kyiv, 20 p. (In Ukrainian).

В статье проанализирована научно-теоретическая основа проблемы самопознания как детерминанты профессионального самосовершенствования будущего учителя. Акцентировано внимание на взаимосвязи в структуре самопознания гностического и эмоционального компонентов. Представлена характеристика компонентов самопознания.

Ключевые слова: самопознание, профессиональное самосовершенствование, самосознание, самооценка, личностная рефлексия, компоненты самопознания.

The paper analyses the scientific and theoretical basis of the issue of self-perception as a determinant of teacher's professional improvement. The relations in the structure of self-perception of gnostical and emotional components are emphasized, and the description of self-perception components is given.

Key words: self-perception, professional self-perfection, self-consciousness, self-assessment, individualistic reflection, components of self-perception.

Одержано 14.02.2017.