



# КУРС «САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ»

Г. СЕЛЕВКО

Кто не изучал человека в самом себе,  
нигде не достигнет глубокого знания людей.

*Н. Чернышевский*

## Начала этики поведения

Для младшего школьника характерно внимание к моральной оценке поступка, стремление быть хорошим в оценке окружающих. Этому отвечают специальные уроки человечности — этики поведения, которые помогают ребёнку определить свою моральную позицию, почувствовать и постигнуть важность соблюдения этических правил. Курс «Начала этики»

— пробуждает у ребёнка интерес к самому себе, своему внутреннему духовному миру;

— развивает эмоциональный мир ребёнка (нравственные чувства и переживания);

— привлекает внимание учащихся к основным нравственным категориям, первично ознакомить и систематически углублять понятия: нравственность, добро, совесть, любовь, трудолюбие, долг; научить воспринимать другого человека;

— формирует самоанализ, самооценку и саморефлексию своих качеств, своих достижений и возможностей;

С V класса начинается систематический психолого-педагогический курс самосовершенствования личности, представляющий как бы «психологию и педагогику для себя» на уровне своего возрастного развития. Он разбит на разделы и соответствующие им учебные предметы по классам и охватывает все основные этапы и компоненты процесса самосовершенствования: **самопознание** («Познай себя», V класс), **самовоспитание** («Сделай себя сам», VI класс), **самообразование** («Научи себя учиться», VII класс), **самоутверждение** («Утверждай себя», VIII класс), **самоопределение** («Найди себя», IX класс), **саморегуляцию** («Управляй собой», X класс), **самореализацию** («Реализуй себя», XI класс).

### Познай себя

Процесс самопознания лежит в основе любого акта самосовершенствования. Ребёнок должен осознать, кто он есть, как он себя оценивает, что и почему с ним происходит. Поэтому курс начинается с доступного пятиклассникам обзора психологических качеств личности, как бы приводя в некоторую систему имеющиеся у них представления о своей личности, помогая детям по-

79

Исследования  
и эксперименты

[ 93 — 108 ]





нять себя, создать осознаваемый образ своего «Я».

В дальнейшем познание себя пронизывает все разделы курса, включая XI класс. В рубриках программы, называемых «**развивающее повторение**», в каждом классе предусмотрено расширение сведений по психологии личности. Аналогичная концентрическая структура «развивающего повторения» предлагается и для других разделов.

### Сделай себя сам

Основу самосовершенствования личности составляют процессы самовоспитания, которые рассматриваются в VI классе (младшие подростки достаточно восприимчивы к этим проблемам).

Курс поможет школьникам написать себе свой «свод правил поведения», определить ценности характера мальчика и девочки, составить «автопортрет», укрепить уверенность в себе, рассмотреть внутренний и внешний «треугольники» как способы выхода из трудных ситуаций.

Особое место в курсе занимают беседы о воспитании воли, трудолюбия, ответственности, создании мажорного настроения. Даются советы, как научиться дружить и выполнять общественные поручения, стать организованным деловым человеком. Интересными для подростков являются темы: «Ваш досуг», «Скажи себе: нет! (Перевоспитание вредных привычек)», «Как работать над собой» и «Ваш дневник».

### Научи себя учиться

Профессия, которой овладевают дети в школе, называется УЧЕНИК. Курс «Научи себя учиться» знакомит с общими, нужными для всех предметов общеучебными знаниями, умениями и навыками. Гимназист — профессионал должен уметь ставить цель, анализировать ситуацию, выбирать адекватную последовательность технологических

операций для перевода исходных условий в решение, осуществлять контроль над своими действиями по достижению цели и их коррекцию исходя из изменений ситуации. Он должен уметь осуществлять такие базовые типы деятельности, как организация и управление своей деятельностью (исследовательская деятельность) и обучение (передачу своих знаний другому). Он должен иметь способность осуществлять абстрагирование, усматривать сущность вещей и явлений, осуществлять восхождение от чувственно-конкретного к абстрактному, а от него к мысленно-конкретному. В этом курсе гимназистам рассказывается о том, что такое учение и обучение, предлагается задуматься: умеете ли вы учиться? Знаете ли, что надо делать для лучшего запоминания материала? Можете ли сравнивать, слушать, планировать, делать выводы и др.

Гимназист должен научиться критически смотреть на свою деятельность, мышление и т.д., видеть и понимать, что он делает, зачем, почему он так делает (рефлексия).

Состояние ученичества становится органичным и необходимым на всех этапах жизненного пути. Формирование такого состояния происходит по многообразным каналам (формам) его учебной и внеурочной деятельности.

По каким бы каналам ни получал сегодня ребёнок образование, постоянный диалог со школой, учителями, воспитателями, построенный на отношениях партнёрства, призван способствовать формированию ученика, который:

- испытывает потребности в знаниях, любит и умеет учиться, способен к самообразованию, обладает культурой информационного взаимодействия с миром;
- интересуется хотя бы одной из областей человеческой культуры, которую готов изучать углублённо;



- гордится своим учебным заведением, чувствует личную причастность к нему, знаком с его историей, освоился с особенностями системы обучения, знает права и обязанности, старается им следовать;
- чувствует себя уютно, комфортно в школьных стенах;
- является активным членом «школьного братства», предан традициям учебного заведения, заботится о нём, внося реальный вклад в жизнедеятельность учебно-воспитательной системы;
- умеет быть учеником, уважая опыт и знания старших, стремится передать свои знания и опыт тем, кто младше, кто нуждается в помощи.

### Утверждай себя

Восьмиклассники находятся в том прекрасном переходном возрасте, когда они вдруг чувствуют и осознают, что они уже не дети. А окружающие (родители, учителя, другие взрослые) как будто не замечают, не хотят замечать этого.

В первой части курса излагается взгляд на процесс самоутверждения личности как основной механизм социального поведения, рассматриваются пути и способы самоутверждения.

Особое место в курсе отведено обучению общению. Это подразумевает обучение риторическим умениям: умению строить тексты, адекватные цели и ситуации общения, умению понимать написанные или произнесённые тексты (как их непосредственный смысл, так и стоящие за ним мотивы, цели, систему ценностей, мировоззрение и т.д.). Гимназистам предлагается задуматься над проблемой лидерства как особой ступени самоутверждения.

Тема общения дополняется основами делового общения, рассматривается вопрос о формировании качеств коллективизма и возможности становления внутренней автономности личности,

способности осознавать и утверждать своё отдельное «Я» в коллективе сверстников.

### Найди себя

Каждый акт самосовершенствования предполагает какое-то самоопределение личности. Но в IX классе проблема самоопределения приобретает чрезвычайно актуальный характер: учащиеся должны сделать выбор своего дальнейшего жизненного пути, выбор направления своего профессионального развития. **Самоопределение** — это умение самостоятельно найти пути реализации своей предзаданности, способность к рефлексии. Это труднейший в психологическом, социальном и этическом аспектах акт представляет большую проблему и имеет огромное значение по своим последствиям. Поэтому в курсе «Найди себя» акцент делается на профессиональное самоопределение, но важное место в курсе отводится и осмыслению жизненных и духовных ценностей.

Одна из задач курса — создание системы целевых ориентации гимназиста, которые бы определили *ближайшие, средние и более дальние перспективы*. По А.С. Макаренко, «чем богаче жизненная перспектива личности, чем богаче её внутренний мир и культура, тем меньше её зависимость от непосредственного окружения». Педагоги помогают подростку увидеть доступную близкую цель, которая принесёт радость (например, встреча, игра, подарок).

Затем гимназист определяет для себя и перспективу средней дальности: стремление к какому-то событию, отдалённому по времени, ожидание которого создаёт у него приподнятое настроение, побуждает к активной деятельности. Такого рода перспективами для подростка могут быть: включение в работу кружка, секции, подготовка





доклада на конкурс, участие в походе по родному краю и др.

И, наконец, в качестве дальнейшей перспективы гимназисту предлагается выбор профильного направления. Ставя большую цель подготовки к вузу и дальнейшего приобретения профессии, подростки активизируют свою деятельность, стремятся к искоренению своих недостатков, легче включаются в процесс самовоспитания.

В программе курса чётко сформулирована социальная установка — «выбрать, найти себя», которая разделена как бы на три важных раздела:

— профессионально-трудовое самоопределение — это знание основных групп профессий и образ «Я» в этом мире профессий;

— личностное, духовно — нравственное самоопределение, или создание образа своего «Я — будущее» (представить, каким я хочу стать);

— жизненное самоопределение — это определение себя в своей семье, в кругу близких.

Все эти качества формирует курс «Найди себя».

### **Управляй собой**

Способность к саморазвитию учащегося выражается в умении растить себя, управлять собой, отвечать за себя, быть свободным в своих помыслах и поступках от любого диктата.

Данный курс сориентирован на то, чтобы гимназисты ознакомились со всеми уровнями саморегуляции личности, включая естественные способы. Умения сосредоточиться, сохранять уравновешенность, вовремя успокоиться или активизироваться, восстановить энергию во многом определяют успешность любой деятельности. Важнейшая задача курса — оказать помощь и поддержку подростку в управлении своим внешним обликом и поведением, а также физическим и психическим со-

стоянием, в развитии умений «властвовать собой». Гимназист вводится в мир духовной культуры — мир различных религий и духовных изысканий человечества. При этом не ставится цели сделать детей христианами или буддистами, но способность разбираться в различных духовных традициях и находить свою собственную дорогу в мире духовных ценностей вступающему в юность человеку необходима.

### **Реализуй себя**

Заключительная часть курса предусматривает разнообразную подготовку юношей и девушек к встрече с самостоятельной жизнью, к началу самореализации. Гимназист знакомится с условиями создания счастливой семьи, способам достижения практических целей, построения карьеры, жизненных планов, готовится к выходу в сложный сегодняшний социум, к постижению высших уровней самосовершенствования: самоактуализации и самореализации.

Работа гимназии по воспитанию семьянина ведётся одновременно в двух направлениях: с детьми и их родителями,

Прежде всего, изучаются воспитательные возможности, которыми располагают семьи учащихся. Для того чтобы знать об ожидании семьи по отношению к школе, о положительном семейном опыте, проводится диагностика семьи — прямая (анкеты, сочинения и т.д.) и косвенная (рисунки, портреты и т.д.).

Выявление конкретной актуальной проблематики помогает лично ориентировать преподавателей учебного курса по семейной тематике, включив туда рассмотрение вопросов, в решении которых и испытывают затруднения учащиеся и их родителей. Важной задачей является повышение информированности школьников в области семейной педагогики.

[ 45 — 62 ]

Управление  
и проектирование

82



Целесообразно использовать информацию о семейных традициях воспитания. Знакомство с классической мировой литературой, описывающей проблемы любви, ревности, измены, самопожертвования. Важно показать, что в каждой семье есть проблемы, представляющиеся сугубо интимными, неповторимыми, но на самом деле разрешимые. Ответственность несёт каждый лично.

Обязательным компонентом воспитания семьянина становится изучение истории своего рода. Формы его различны: Генеалогическое древо, Семейная летопись, Альбом, кинохронология, Семейные праздники, юбилеи, сценарии капустников, спектаклей, в ходе чего формируется культура поздравления и вручения подарка, приобретает опыт заботы о близких.

Учителя могут продумать и сконструировать систему практической деятельности учащихся, посвящённой вопросу: «что такое домашний уют и как его создать?» Вооружение школьников практическими навыками,

связанными с вопросами домашнего быта. Необходима серьёзная психологическая подготовка учащихся и их родителей к преодолению, снятию, предупреждению семейных конфликтов. Серия игр «Трудности, которые меня ожидают в семье, потому что я вступаю в переходный возраст». Следует обучать детей и их родителей общению в системе семейных отношений, включая умение слышать друг друга, откликаться на проблемы друг друга, не спешить давать негативную оценку поступкам, высказываниям, то есть быть толерантными.

Воспитание семьянина невозможно без формирования **сексуальной культуры**. Работа сугубо индивидуальная, которая может вестись только специалистами. Параллельная работа с родителями предполагает обязательную дифференциацию и учёт их интересов. Родители знакомятся с особенностями современной молодёжи: Родительские университеты, лектории, Проблемные семинары, Семейные клубы, Дни открытых дверей для родителей.

