
ІЩЕНКО В.І.

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри ботаніки,
екології та методики навчання
біології,
Полтавський національний
педагогічний університет
імені В.Г. Короленка,
м. Полтава, Україна

ТЕХНОЛОГІЇ САМОМЕНЕДЖМЕНТУ ДЛЯ САМОВИХОВАННЯ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН

У статті розкривається питання розвитку навиків самовиховання засобами самоменеджменту. Автором розглядається необхідність оволодіння студентами навиками технологій самоменеджменту з метою підвищення їх майбутнього професіоналізму і збільшення їх конкурентоздатності на ринку праці.

Ключові слова: самоменеджмент, самовиховання, мотивація, планування, майбутній вчитель, творчість.

В статье раскрывается вопрос развития навыков самовоспитания средствами самоменеджмента. Автором рассматривается необходимость овладения студентами навыками технологий самоменеджмента с целью повышения их будущего профессионализма и увеличение конкурентоспособности на рынке труда.

Ключевые слова: самоменеджмент, самовоспитания, мотивация, планирование, будущий учитель, творчество.

The article reveals the development of self-education skills through means of self-management. The author considers the need to master the skills of self-management technologies with the aim of increasing their future professionalism and increasing competitiveness in the labor market.

Key words: self-management, self-education, motivation, planning, future teacher, creativity.

Постановка проблеми. Кардинальні зміни соціально-економічної політики країни викликали необхідність реформування освітньої галузі, що відображено в основних положеннях Конституції України, Національній доктрині розвитку освіти, Законах України “Про освіту”, “Про вищу освіту” та інших державних документах. Особлива увага у процесах перетворень приділяється проблемі національного виховання, яке є органічною складовою освіти і ґрунтується на засадах гуманізму. Його основна мета – виховання свідомого громадянина, патріота, набуття молоддю соціального досвіду, високої культури міжнаціональних взаємин, формування у молоді потреби та умінь жити в громадянському суспільстві, духовності та фізичної досконалості, моральної, художньо-естетичної, трудової, екологічної культури. Реалізація цієї мети здійснюється у всіх навчальних закладах, де набуто значного позитивного досвіду організації гуманістичного виховання студентської молоді. Цей процес супроводжується пошуком і застосуванням нових виховних технологій, форм, методів, засобів формування особистості, яка визнана найвищою цінністю суспільства.

Пріоритетами вітчизняної системи освіти визначаються максимальний розвиток і реалізація кожної особистості як громадянина України, здатність навчатися впродовж життя. Сьогодні

суспільству потрібні такі фахівці, які не просто володіють визначеною сумою знань, а які є активними, здатними брати на себе відповідальність, творчо вирішувати складні завдання, такі, які прагнуть і можуть планувати власний час та саморозвиватися.

Надзвичайно важливу роль у виконанні цих завдань відіграє університетська освіта. На час навчання молодії людини в університеті припадає період найбільш інтенсивного розвитку її інтелектуальних, моральних та фізичних можливостей. У молодії людини студентського віку (17-23 роки) внаслідок її психологічних особливостей найбільш активно виявляється потреба в самовираженні, самоствердженні, самореалізації. Вона прагне самовдосконалення, саморозвитку. Але в той же час молодії люди цього віку не завжди володіють методами самоменеджменту, самовдосконалення, самопроекування, побудови програм власного життя і розвитку. А якщо навіть володіють у тій чи іншій мірі, не завжди використовують адекватні, оптимальні методи. Наслідок цього – невпевненість у собі, занижена самооцінка, невдоволеність собою і власним життям.

Саме планування покликане забезпечити раціональне використання найціннішого ресурсу – часу. Чим краще сплановано час, тим краще воно може бути використане для самовиховання особистості студента.

Отже, сучасна університетська осві-

та має забезпечувати підготовку фахівця, не тільки здатного надавати освітні послуги, а і зорієнтованого на особистий розвиток і саморозвиток, спроможного бути суб'єктом організації власної життєдіяльності. Шлях до вирішення цих питань – оволодіння студентом технологією самоменеджменту під час навчання в університеті, формування його самовиховної активності.

Аналіз останніх досліджень. Аналіз наукових джерел засвідчує, що концепції, які представлені в літературі, побудовані на стрижневій ідеї, навколо якої формується система методик і прийомів роботи над собою з реалізації цієї ідеї. У концепції самоменеджменту Л. Зайверта – це ідея економії свого часу; у концепції В. Андреева – ідея саморозвитку творчої особистості; у концепції М. Вудкока й Д. Френсіса – подолання власних обмежень; у концепції А. Хроленка – підвищення особистої культури; у концепції Б. і Х. Швальбе – ідея досягнення особистого ділового успіху. У моделі В. Карпичева позначені деякі аспекти технології самоменеджменту, зокрема планування і структурування часу (принципи Парето, Ейзенхауера), облік і розрахунок робочого і вільного часу за німецькою методикою «Альпи», досвід фінських і японських менеджерів, рекомендації А. Гастева; східний досвід управління часом (Калагія), алгоритми цілеспрямованості, ієрархізація цілей, «життєві сценарії» і програми; типи, способи, правила і форми саморегуляції, управління Я-станами (за Е. Берном і Р. Шмідтом), умови оптимального ритму розумової діяльності, програмування підсвідомості, принципи самонавчання, пошук і переробка інформації; алгоритми проектування зовнішнього середовища (вибір моделей життя, зміна обставин, адаптація в новому середовищі, фактори побудови, збереження і відновлення персональ-

них стосунків, поведінка в екстремальній ситуації). В. Колпаков сформував основні засади теорії самоменеджменту, закони, принципи, синергетичну парадигму самоуправління, теоретико-практичні та теоретико-методичні засади самоменеджменту. Кожен з концептуальних підходів у комплексі з методиками їх реалізації може використовуватися для самооцінювання та саморозвитку студентів, підвищення ними свого потенціалу, що збільшить шанси і перспективи успішного навчання та працевлаштування. Однак самоменеджмент студентів ВНЗ має будуватися на основі розуміння сутності самого навчання, знання соціально-психологічних механізмів його реалізації і, перш за все, адаптивно-розвивального механізму.

Метою статті є визначення поняття самоменеджменту як одного з напрямів менеджменту, розкриття основних концепцій організації самоменеджменту як важливої складової успішної навчальної діяльності студентів ВНЗ.

Виклад основного матеріалу. Самоосвіта та самоменеджмент є основою самостійної пізнавальної діяльності студента, яка реалізується на основі цілеспрямованої потреби студента в постійному оновленні та засвоєнні знань за допомогою різноманітних джерел. В процесі самоосвіти людина пізнає свої сутнісні рушійні сили, що переходять у свідоме прагнення збільшити свій багаж знань, здобувати нові знання в процесі цілеспрямованої, самостійної професійної діяльності.

Самоосвітня пізнавальна діяльність може спрямовуватися викладачем, але студент самостійно виконує необхідні завдання, розширює та поглиблює здобуті в процесі професійного навчання знання. Для студента позанавчальна пізнавальна діяльність є автономною, тому що вона спонукається та регу-

люється внутрішніми потребами, інтересами його особистості. Студент самостійно визначає цілі самоосвіти, обсяг та способи здобуття знань, форми самоконтролю, планує власний час задля досягнення намічених перспектив. Планування як складова частина правил самоменеджменту означає підготовку до реалізації мети. Планування щоденної роботи середньо- і довгострокових завдань означає також виграш у часі, досягнення успіху і більшу впевненість в собі.

Самоменеджмент – послідовне і цілеспрямоване використання студентом випробуваних методів і практичних прийомів роботи в повсякденній діяльності для підвищення ефективності виконуваних процедур і операцій, досягнення запланованої мети. Самоменеджмент направлений на максимальне використання людиною власних можливостей і усвідомлене управління своїм робочим часом. З моменту свого зародження розуміння самоменеджменту як галузі знань, наукової дисципліни й практичної діяльності багаторазово змінювалося, щоразу набуваючи більш універсального, методологічного характеру. Спочатку самоменеджмент практично повністю ототожнювався з тайм-менеджментом – дисципліною, що «виросла» на тому ж «ґрунті», що й самоменеджмент, але яка має дещо інший предмет вивчення. Наприклад, Л. Зайверт визначив самоменеджмент як «послідовне й цілеспрямоване застосування випробуваних методів роботи в повсякденній практиці для оптимального, осмисленого використання свого часу». Згідно з розглянутими концепціями, самоменеджмент виконує ряд певних функцій, у вигляді яких представлено щоденне прийняття рішень, різних завдань і проблем. Функції перебувають у певній взаємозалежності та зазвичай

реалізуються в такій послідовності: 1) встановлення цілей (аналіз і формування особистих цілей); 2) планування (розробка планів і альтернативних варіантів своєї діяльності); 3) прийняття рішень (прийняття рішень з майбутніх справ); 4) реалізація та організація (складання порядку денного й організація особистого трудового процесу для здійснення поставлених завдань); 5) контроль (самоконтроль і контроль підсумків; у разі необхідності – коректування цілей). 6) інформація та комунікація (пошук і обмін інформацією, здійснення комунікаційних зв'язків, необхідне на всіх етапах процесу самоменеджменту) [3].

Переваги оволодіння мистецтвом самоменеджменту полягають у: виконанні роботи з меншими витратами часу; кращій організації праці; зменшенні поспіху і стресів; більшому задоволенні від роботи чи навчання; активній мотивації навчання; зростанні кваліфікації; зниженні навантаженості роботою; скороченні помилок при виконанні певних функцій; досягненні професійних і життєвих цілей найкоротшим шляхом і як наслідок, можливість до саморозвитку та самовиховання.

Ці параметри організації навчальної діяльності студента в цілому, характерні і для організації процесу самоменеджменту керівника навчального закладу. Цілі для керівника та керованого ним навчального закладу мають важливе значення. Вони є точкою відліку планування діяльності й закладені в основу побудови організаційних відносин, на них будується система мотивації. Керівникові навчального закладу дуже важливо визначити свої найголовніші завдання, планувати свій час так, щоб займатися перспективними питаннями, а не тільки вирішенням поточних завдань.

Формування інтелектуальної ак-

тивності майбутнього фахівця забезпечується предметно-професійною пізнавальною діяльністю, а соціальна зрілість студента формується за допомогою діяльності щодо засвоєння норм взаємостосунків з іншими людьми.

Пізнавальна діяльність студента поєднана спрямованістю формування соціальної зрілості як власної особистості, так і інших суб'єктів навчально-виховного процесу, що зумовлює зміст позанавчальної пізнавальної діяльності студентів, який моделюється з опором на знання цього змісту в цілісній структурі особистості, в руслі взаємостосунків та потреб, які визначають рівень розвитку особистості.

В умовах сьогодення зростання рівня соціального самовизначення студентів за допомогою активізації їх у позанавчальній пізнавальній діяльності пояснюється тим, що, виявляючи таку активність студент формує такий рівень соціальної зрілості, який сприяє не лише забезпеченню оволодіння новими знаннями, а і позитивно сприяє власному розвитку особистості.

Оволодіння технологіями самоменеджменту дають можливість до набуття досвіду культури самовиховання, самовдосконалення. Вона реалізується у цілому ряді завдань, які має розв'язати особистість:

- самопізнання свого внутрішнього світу, самопостереження, самодослідження і самоаналіз власних рис та якостей особистості;
- формування власного ідеалу особистості;
- визначення змісту, основних цілей самовиховання відповідно суспільним і своїм власним критеріям;
- розробка програми роботи над собою, тобто визначення конкретних завдань з самовиховання;

- вибір методів і засобів досягнення бажаних результатів;
- здійснення самоконтролю за процесом самовиховання, внесення необхідних коректив.

На сьогоднішній день навчальний заклад повинен випускати студентів нового покоління з моральними і професійними якостями, здатного керувати власним життям, планувати його. Важливу роль у процесі підготовки такого студента і майбутнього професіонала відіграє творча організація самоменеджменту, яка мотивує майбутнього вчителя до усвідомлення свого професійного кредо, до уточнення своєї позиції в ході навчання, до свого професійного самовизначення в нових соціально-економічних умовах. За правильної організації самоменеджменту студент випрацьовує певні, властиві йому підходи до створення програми свого професійного саморозвитку, визначає основні етапи роботи з підвищення своєї професійної компетентності.

Загальний практичний досвід показує, що збільшення витрат часу на планування призводить в кінцевому рахунку до економії часу вцілому. Варто згадати основні правила планування часу. Співвідношення (60:40) говорить про те, що планувати потрібно лише 60% робочого дня, а 40% залишати як резерв для несподіваних ситуацій. Одним з основних правил ефективного самоменеджменту є прийняття рішень, що допускає вибір першочергових завдань і справ. Прийняти рішення – значить встановити пріоритетність. Принцип Парето (80:20) – в процесі роботи витрачається близько 20% часу для досягнення 80% результатів – не варто відразу братися за найлегші справи, необхідно приступати до питань відповідно до їх значення і важливості. Аналіз Дуайта Ейзенхауера – всі завдання

поділяються на три групи: термінові (виконуються самостійно і в найменший проміжок часу), важливі (можна скористатися допомогою чи попросити інших виконати їх), менш важливі (їх виконання можна відкласти). Оволодівши хоча б цими техніками самоменеджменту студент зможе прокласти найкоротший шлях до саморганізації та самовиховання, що матиме неабиякий вплив для подальшого його життя.

Якщо говорити про технологію самовиховання, тобто конкретний, покроковий шлях зміни особистістю власного життя з метою самовдосконалення, слід зазначити, що самовиховання – технологія комплексна. Вона поєднує у собі елементи цілого ряду технологій:

- технології цілепокладання і життєтворення;
- технології самопроектування;
- технології створення ситуації успіху;
- сугестивної технології (самонавіювання).

У загальному процесі самовиховання можна виділити кілька етапів: самопізнання → самоаналіз → цілепокладання → розробка програм і планів самовиховання → реалізація програм самовиховання → аналіз результатів, коригування програм самовиховання [4].

Першим етапом роботи над собою є самопізнання. Об'єктами самопізнання виступають спрямованість особистості, темперамент, особливості характеру, властивості мислення, пам'яті, здібності. До найпоширеніших прийомів самопізнання належать: порівняння себе з іншими, самопостереження, самопізнання власних якостей за допомогою тестування. Наступний етап – самоаналіз власних можливостей, особливостей, і на основі його – вироблення адекватної (реальної, не зави-

щеної і не заниженої) самооцінки. На основі самопізнання у людини складається певна картина, образ власного “Я”, або “Я-концепція” (Ч. Кулі, З. Фрейд, Е. Фромм, В. Джеймс, М. Кун, Е. Берн, Р. Бернс). Під “Я-концепцією” особистості розуміють стійку, більш чи менш усвідомовану систему уявлень людини про себе, на основі якої вона будує власну поведінку. Образ “Я” – не просто відображення якихось об'єктивних даних, а соціальна установка, ставлення людини до себе, що складається з трьох компонентів: пізнавального(самопізнання), емоційного (самооцінка і ставлення до себе) та поведінкового (виявлення себе через власну поведінку). Далі відбувається дуже важливий етап – цілепокладання, або визначення основних цілей самовиховання. Перш за все, слід поставити перед собою основні життєві цілі (стратегічні), а поряд з ними – цілі менш масштабні, підпорядковані основним. Життєвий замисел, наповнюючись змістом, переростає у життєву програму, різновидом якої є програма самовиховання. У ній вибудовується послідовність життєвих дій, спрямованих на досягнення життєвих цілей, вимальовуються проміжні етапи і періоди, передбачається набуття необхідних засобів, створення умов, як зовнішніх, матеріальних, так і внутрішніх, психологічних, інтелектуальних, емоційно-вольових. Після того, як проаналізовані якості власної особистості, поставлені головні життєві цілі, слід розробити план самовиховання, тобто визначити конкретні завдання і термін їх виконання. І, нарешті, визначити методи виконання завдань [1].

Необхідно регулярно, через однакові проміжки часу, перевіряти свої плани й організацію праці, аналізувати свою діяльність і свій час. Ця умова є

важливим правилом самоменеджменту. Контроль над результатами праці повинен в будь-якому випадку проводитися після виконання завдання. Той, хто хоче себе по-справжньому розвантажити, не може відмовитися від самоконтролю.

Майже всі видатні люди минулого мали свої програми самовиховання і жили відповідно до них: Л.М. Толстой, А.П. Чехов, К.Д. Ушинський, А. Ейнштейн, І.В. Моцарт та ін.

Наступним етапом у реалізації технології є реалізація плану самовиховання. Для того, щоб виконати план, треба його насамперед добре обдумати, окремі моменти розписати в деталях. Спочатку слід поставити собі одне завдання, причому не дуже складне, але невідкладне. Коли студент побачить, що впорався з одним-двома завданнями, поступово буде розширювати свої плани. Результатом самовиховання виступає вдосконалена особистість, ті чи інші якості та риси характеру, поведінка, більш оптимально, творчо налагоджене життя. Слід проаналізувати, чи досягли студенти вже якихось з поставлених цілей: порівняти їх досягнення з планами, дати об'єктивну оцінку. Поміркувати, чи не час змінити плани самовиховання, розробити нові завдання. З метою усвідомлення особистої цінності самовиховання, підвищення мотивації самовиховної активності студенти можуть створювати емблеми "Самовиховання в моєму житті"; робити повідомлення про різні системи та методики самовиховання, зокрема, давньогрецьку, систему йоги, систему Д. Карнегі; виписувати важливі для себе вислови відомих людей про самовиховання; створювати казки за ідеями самовдосконалення особистості. Для практичного оволодіння навичками самовиховання студентам можна запропонувати вести

"Щоденники особистісно-професійного самовиховання", виконувати творчі завдання: – проілюструвати методи самовиховання прикладами з художньої літератури, історії, власного досвіду; – познайомитися з біографіями видатних особистостей – історичних особистостей та наших сучасників і виділити основні причини, умови, мотиви, які сприяли розвитку їх як особистостей; – зробити повідомлення на тему: "Проблема успішності у сучасному світі", "Сучасне розуміння поняття "еліта"; "Людина року", "Видатні педагоги світу". Великий інтерес у студентів може викликати обговорення проблем іміджу людини як зовнішнього вираження індивідуальності особистості. Важливість оволодіння навичками самоменеджменту для студентів очевидна: вміти планувати своє навчання, час, своє життя це і є основними кроками до самовиховання та самодисципліни, які в подальшому житті матимуть велике значення в усіх сферах життя людини. «Людина – це те, що вона з себе робить. Все в собі створює сама: думки, смаки, зовнішність. Хоч багато хто заперечить, говорячи, що зовнішність дається природою. Це дійсно так, але від природи вона безбарвна, прозора, а людина додає їй фарб, прикрашає себе як ззовні, так і зсередини, духовно» [2].

Оволодіння технологічними вміннями самоменеджменту може здійснюватися студентами також шляхом складання програм особистісно-професійного розвитку та планів самовиховання. Аналіз розроблених студентами програм та планів самовиховання дає можливість стверджувати про розвиток у них технологічних умінь самовиховної діяльності: формулювати завдання самовиховної діяльності, добирати необхідні методи і засоби самовиховання, розподіляти власні зусилля самовиховної діяльності у часовому

просторі. Студентами вироблятимуться також власні правила життя, які досить чітко відтворюють їх ціннісні орієнтації і дають можливість виявити мотиви їх самовиховної діяльності.

Основною функцією педагога у технології самовиховання є створення відповідних умов і стимулювання активності студентів, тобто цілеспрямований педагогічний супровід саморозвитку особистості, заснований на гармонізації цілей виховання і самовиховання. Головна мета такої діяльності – сприяти усвідомленому, активному самовихованню студентів. У процесі стимулювання самовиховання педагог вирішує такі завдання:

- сприяє самопізнанню студентів, формуванню у них адекватної самооцінки;
- сприяє залученню студентів до різноманітних видів діяльності та соціальних відносин і тим самим оволодінню ними системою соціальних ролей;
- допомагає студентам певним чином організувати їх життєдіяльність з допомогою планування власного часу, відбирає з навколишніх умов необхідний матеріал;
- здійснює відбір, модифікацію і включення у навчально-виховний процес педагогічно доцільних засобів і стимулів самовиховання;
- створює умови для вільного саморозвитку студентів.

Здійснення технологій самовиховання та самоменеджменту, які знаходяться в нерозривному взаємозв'язку, можливе лише на основі демократизації та гуманізації педагогічних стосунків, співпраці педагога і студентів. Доведено, що найбільший стимулюючий вплив здійснюють ті педагоги, які самі активно займаються самовихованням,

використовують навички самоменеджменту. Переорієнтація виховання на особистість, розвиток її ініціативи, самодіяльності вимагає від педагогів нової позиції та нового стилю стосунків зі студентами. У навчально-виховному процесі вони мають бути рівноправними партнерами. В процесі втілення технологій самоменеджменту і як наслідок самовиховання педагог і студенти мають захоплювати інших своїм прикладом, способом життя, а не закликами, як треба жити. Ефективність технології самовиховання залежить і від психолого-педагогічної підготовки викладача. Застосування стимулів самовиховання, їх індивідуалізація вимагає від педагога більш високого рівня психолого-педагогічної підготовки, методичної майстерності, вияву творчої ініціативи і самодіяльності у подоланні певних протиріч.

Висновки. Самовиховання є важливою складовою професійного зростання студента - майбутнього педагога. Професійна майстерність вчителя прямо залежить від оволодіння студентом у ВНЗ технологією самовиховання. Важливими етапами на цьому шляху є планування, оволодіння способами і засобами самоменеджменту, вміннями самоконтролю, корекції, перехід від об'єкта до суб'єкта самовиховання.

Однією з необхідних умов успішної і результативної роботи над самовихованням особистості є самоменеджмент. Він полягає в умінні правильно розподіляти наявні ресурси, в тому числі і тимчасові.

На даний момент, враховуючи сучасний темп життя та вимоги, що висувуються до педагогів на даному етапі розвитку суспільства, рівень конкуренції, самоменеджмент стає об'єктивною необхідністю для тих студентів, які націлені на результат.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Грень Л.М. Роль самооцінки у формуванні професійної самосвідомості студентів / Л.М. Грень // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: Зб. наук. праць. – К., Вінниця: 2008. – Вип. 19. – С. 281–285.
2. Грень Л.М. Я-концепція – методологічна основа саморозвитку та самовдосконалення студентів у педагогічному процесі / Л.Н. Грень // Психологія і педагогіка професійної освіти. – Львів: 2008. – № 3. – С. 191–199.
3. Доброворский И.Л. САМОМЕНЕДЖМЕНТ: Эффектив. технологии : Практ. рук. для решения повседнев. проблем / И. Доброворский. Москва, 2003. С. 272.
4. Кейт Кинан САМОМЕНЕДЖМЕНТ [пер.с англ. Л.В. Квасницкой]. Москва, 2006. Сер. Менеджмент на ладони : кратко и ясно. С. 72.

TRANSLITERATION OF REFERENCES:

1. Hren L.M. Rol samoosinky u formuvanni profesiinoi samosvidomosti studentiv / L.M. Hren // Suchasni informatsiini tekhnolohii ta innovatsiini metodyky navchannia v pidhotovtsi fakhivtsiv: metodolohiia, teoriia, dosvid, problemy: Zb. nauk. prats. – K., Vinnytsia: 2008. – Vyp. 19. – S. 281–285.
2. Hren L.M. Ya-kontseptsiiia – metodolohichna osnova samorozvytku ta samovdoskonallennia studentiv u pedahohichnomu protsesi / L.N. Hren // Psykholohiia i pedahohika profesiinoi osvity. – Lviv: 2008. – № 3. – S. 191–199.
3. Dobrovorskyi Y.L. SAMOMENEDZhMENT: Effektyv. tekhnolohyy : Prakt. ruk. dlia reshenyia povsednev. problem / Y. Dobrovorskyi. Moskva, 2003. S. 272.
4. Keit Kynan SAMOMENEDZhMENT [per.s anhl. L.V. Kvasnytskoi]. Moskva, 2006. Ser. Menedzhment na ladony : kratko y yasno. S. 72.

Ishchenko Volodymyr, Candidate of Pedagogical Sciences, Docent, Associate Professor of the Department of Botany, Ecology and Biology Teaching Methods, Poltava National Pedagogical University named after V.G. Korolenko, Poltava, Ukraine
E-mail: Pspubot2009@rambler.ru

TECHNOLOGIES FOR SELF-MANAGEMENT FOR SELF-EDUCATION OF THE FUTURE TEACHER OF NATURAL DISCIPLINES