

САМОВЪЗПИТАНИЕ (ПРОЦЕС И РЕЗУЛТАТ), СЪЩНОСТ. ВЪЗРАСТОВА ОБУСЛОВЕНОСТ НА ЕТАПИТЕ НА САМОВЪЗПИТАНИЕТО. ВРЪЗКА НА САМОВЪЗПИТАНИЕТО СЪС САМООЦЕНКАТА И ПРЕТЕНЦИИТЕ ЗА ПОСТИЖЕНИЯ НА ЛИЧНОСТТА.

За да се разбере същността на самовъзпитанието е необходимо да се изясни проблема за развитието на човека и човешката същност. Съществуват две основни концепции – в едната източникът се търси във външните сили, които тласкат развитието; другата концепция утвърждава идеята, че източникът на развитие е заложен вътре в тялото

Засега са разкрити три основни форми за самовъзпитание в природата : *приспособяване, подражание, самовъзпитание*. За растенията е характерно приспособяването към съответните условия, при които попадат. Приспособителните им възможности са ограничени изцяло от генната информация, заложена в семената. Животните разполагат с по-широки възможности за саморазвитие, които се разширяват и до подражанието. Най-висшата форма на саморазвитие е самовъзпитанието, което е характерно само за човека. Но приспособяването и подражанието се включват иманентно в самовъзпитанието. Те се отличават качествено от приспособяването и подражанието на останалата природа. Докато при растителния и животинския свят формите на саморазвитие се извършват несъзнателно, то при човека те придобиват целенасоченост и осмисленост

Етимологията на думата показва, че самовъзпитанието е педагогическо явление, тъй като втората и част е възпитание. Принадлежността към възпитанието очертава развиващата и конструктивна същност на самовъзпитанието и го разграничава съществено от възпитанието. На първо място се откроява неговият самостоятелен и индивидуален характер, правото и способността на личността да взема решения, свързани със съдържанието, насочеността на качествата, които ще бъдат предмет на самовъзпитателна дейност, правото на избор на задачи и технологии, които ще използва. Или с други думи, това е една напълно независима и самостоятелна дейност, при която обектът и субектът се сливат в едно.

Понятието самовъзпитание е съзнателна, целенасочена работа на личността над себе си, възникнала при активното взаимодействие със средата, в резултат, на което тя се усъвършенства и развива. Самовъзпитанието е процес, при който личността управлява собственото си развитие.

Предпоставките за развитието на процеса са:

- *степен на психическа зрялост*, т.е. да е формирана способност за самопознание и способност за самопроектиране; 1-2 год.-самосъзнаване, използва се АЗ-а като самостоятелен образ; 3-4 год .- появява се самопроектиране; 11-12 год - има относително зряло самопроектиране и способност за самонаблюдение;
- *степен на социална зрялост* - включва наличие на определен минимум от социален опит, познаване на различни модели на поведение и личностни постижения, които служат като критерии за избор.

Всичко това до голяма степен се създава чрез възпитанието и по този начин то се превръща като основа, предпоставка за самовъзпитание. **Компонентите на самовъзпитанието са :**

- **Самоконтрол** - това е способност за регулиране на собствената активност. Нивото на самоконтрол при отделната личност зависи от броя и степента на формираните волеви качества, чрез възпитанието;

- **Самооценка** - способността за отчитане на постигнатото ниво и съпоставяне с определени норми или модели на поведение. Самооценяването се формира в резултат на оценяването;
- **Самоанализа** - това е способност за вярно отразяване на условията, възможностите и технологията при изпълнение на дадена задача.

Методите за самовъзпитание в по-голямата си част това са трансформирани в субективен план методи на възпитание. Това са:

- Самоотчет - ежедневен и периодичен;
- Самоубеждаване (самовнушение);
- Визуализация - непрекъснато представяне на желания резултат;
- Самопоощрение и самонаказание

В този смисъл самовъзпитанието има няколко **основни измерения** :

1. Умение на личността да анализира постъпките си самокритично, да се контролира. Да определя бъдещето си. Да се самоусъвършенства, като разбира собствените си възможности непрекъснато.

2. Положителна нагласа към Аз-а и учението.

3. Способност да взема самостоятелни решения.

4. Адаптивност и гъвкавост на мисленето и поведението в сложни и нови ситуации.

Самовъзпитанието е по-сложен процес от възпитанието, тъй като става въпрос за самостоятелна дейност, за собствени решения и реализация. **Основните етапи, през които протича процесът на самовъзпитание са :**

1. Възприемане на информацията отвън;
2. Интериоризацията и (анализ, осмисляне, формиране на ценностна ориентация);
3. Съотнасяне на ценностната ориентация към собствената си личност(самоанализ, самооценка, самопознание);
4. Постановяне на задачи;
5. Изработване на програма и набелязване на средствата за осъществяването и; изпълнение на програмата.

Като съзнателен и целенасочен процес самовъзпитанието започва с преработването на получената информация отвън – анализ, интериоризация, персонификация (**първи и втори етап**). Процесът завършва с формиране на ценностна ориентация, позиция, система. Съдържанието на преработката зависи от информацията, която се получава от външната среда, и преди всичко в училище. Тази дейност се извършва през първия и втория етап (възприемане и интериоризация на информацията) и съвпада с този на възпитателния процес. Тези два етапа са особено съществени, защото, за да се насочи личността към себе си, към Аз-а, е необходимо да има някакво познание и позиция към ценностите, които ще оценява, а те се пресонифицират продължително време в резултат на натрупване на определени знания и опит, които подрастващите ще получават преди всичко в училище.

Третият етап (самооценката) на процеса на самовъзпитание е свързан със съотнасянето на интериоризираните ценности към себе си, осъзнаване на своята идентичност, формиране на представата за своето Аз. Особено съществен е проблемът за идентичността. За Е. Ериксън тя е динамичен възглед за себе си, което означава *осъзнаване и самоконтрол*, т.е. тя е основата на развитие на личността. Според Ериксън идентичността има две страни : „да бъдеш самия себе си” и „да станеш самия себе си”. Това е едно от най-сложните проявления на личността. Идентичността е разположена в същността на индивида , в неговата култура и социалната му ориентация.

Самооценката е най-важният етап в процеса на самовъзпитание. От нея зависи дали ще възникне потребност за работа над себе си. Тя е водеща в Аз-концепцията,

която концепция придобива характер на теория в края на миналия век, а през последните десетилетия се налага и става обект на изследвания от много автори.

За Робърт Бърнс Аз-концепцията е „съвкупност от всички представи на индивида за себе си, съпроводена от оценката за тях”. Според него Аз-концепцията съдържа две страни – описателна (когато личността описва, установява своите качества) и оценъчна (когато прави оценка на тези качества). В съдържателно отношение установява три основни модалности на отношението към себе си :

1. **Реалното Аз** – нагласи, свързани с представите на индивида какъв е той всъщност;
2. **Огледалното (социалното) Аз** – нагласа, свързана с представите на индивида за това как другите го виждат;
3. **Идеалното Аз** – нагласи, свързани с представите за индивида за това, какъв би искал да стане.

Тези три компонента отразяват третия етап на процеса самовъзпитание.

Основен компонент на самооценката е *самопознанието* (дава информация на личността за състоянието и). Самопознанието се извършва чрез *самонаблюдението, самоанализа и оценката на другите*. При различните възрасти целенасочеността и осъзнатостта не е еднаква. Самонаблюдението се съпровожда със самоанализ, насочен към опознаване на Аз-а.

Самооценката не е само процес на самопознание, но е и изразено отношение към себе си. Като опознава положителните и отрицателните си качества, личността изгражда и съответно отношение към тях – това е основата за възискателност към собствените знания, умения и прояви. Самооценяването не е затворен процес, извършващ се вътре в индивида, а си взаимодейства с оценката на другите (огледалното Аз), като по този начин оценката се явява коректив на самооценката.

Самооценката придобива действена стойност, когато предизвика у индивида потребност за самоизменение, именно тук се преплитат влиянието на ценностната ориентация, на средата и силата на мотивацията (**четвърти етап**), когато индивидът е осъзнал какъв иска да стане.

Самооценката има динамичен характер – непрекъснато се изменя, в зависимост от собственото развитие на личността, от промяната на мотивацията, от влиянието на микросредата. Но динамиката и устойчивостта зависят от възрастта на учениците – при по-малките доминира динамиката и устойчивостта, а при по-големите динамиката намалява, а процесите придобиват по-траен характер. Тези две страни на самооценката се уравновесяват и в зависимост от степента на развитие на отделната личност. Самооценката има благотворно влияние за развитието на личността, когато е адекватна. Данните от изследвания установяват три степени на самооценка :

1. *Понижена* – чувство на неудовлетвореност, изгубване на вяра в себе си, бездействие, отрицателни прояви, отчаяние;
2. *Повишена* – индивидът не чувства нужда от самоусъвършенстване;
3. *Адекватна* – в нея се съдържат и положителните и отрицателните характеристики, т.е тук е перспективността, изходът.

Чрез самооценката се стига до появата на стремеж у личността да стане такава, каквато изглежда в представите и желанията си (Идеално Аз). Явно е ,че тя може да се смята за завършена, когато предизвиква потребност у личността са самоизменяне, което довежда до вземане на решение, поставяне на задачи и съставянето на програма са самоусъвършенстване (**четвърти** и **пети етап**). Тези два етапа са тясно свързани и отделянето им е съвсем относително, защото личността сама си поставя задачите, изработва си програма, набелязва средства и методи за реализирането им. За да завърши резултатно процесът е необходимо програмата да се изпълни, което е трудно,

тъй като той е самоуправляем. Тук ролята на възпитанието при подготовката за самовъзпитание е решаваща, ролята на педагога(косвено ръководи) се засилва, функциите му се насочват към утвърждаване на самовъзпитанието у личността.

Функцията на самооценката не се изчерпва с пораждането на потребност за работа над себе си. Тя продължава да участва и в процеса на изпълнението на програмата, тъй като и по време на самоформирането на качествата се извършва непрекъснатата самооценка на получените резултати.

Етапите на самовъзпитанието не са строго разграничени и обикновено протичат едновременно, в единство, индивидуално. Независимо от това те имат някои общи измерения, които позволяват тяхното групиране, **вариативност на самовъзпитанието:**

- **Първи вариант** – ученикът започва да работи върху себе си, когато осъзнае своите недостатъци и почувства неодобрението на околните. Такова самовъзпитание е елементарно, характерно е за ученици с пониска степен на развитие и преди всичко от начална училищна възраст. Възможно е процесът на самовъзпитание да се преустанови, ако престане прякото влияние на средата, в която учи и живее детето;
- **Втори вариант** – самовъзпитанието е свързано с поставяне на определена задача, със задоволяване на определени интереси, с овладяване на определена професия. То е много по-устойчиво, и по-резултатно, но е необходима съответна подготовка. Средата действа само като стимулатор, мотивацията е вътрешна.
- **Трети вариант** – самовъзпитанието е свързано с общото развитие на ученика, т.е. задачите се поставят на фона на тази целенасоченост, а премахването на недостатъците са подчинени на общите цели. Средата подпомага тези стремежи, като създава общия фон и атмосфера за самовъзпитание.

Възпитание и самовъзпитание

В педагогическата наука почти единодушно се приема, че между възпитанието и самовъзпитанието съществува неделима връзка. Е. Аркин казва, че „самовъзпитанието трябва да съпътства възпитанието във всички негови етапи”, в същият дух се изказва и А. Кочетов : „Процесът на самовъзпитание е неделим от процеса на възпитание, всъщност това са две страни на единния процес в развитието на личността”.

Връзките и зависимостите между възпитанието и самовъзпитанието се проявяват във възпитателния процес. Те зависят от твърде много условия и обстоятелства – обществен строй, социална среда, възрастови и индивидуални особености на децата, знанията и опитът на възпитателя и др. *Възпитателният процес* съдържа четири основни направления :

1. Възпитание в тесен смисъл на думата – система от въздействия, която се намира в зависимост от съдържанието, организационните форми и методите на работа;
2. Възпитание в широк смисъл на думата – система от влияния на разнообразни фактори, каквито са семейството, училището и т.н;
3. Самовъзпитание в тесен смисъл на думата – система от изисквания на личността към себе си, в зависимост, от която тя си изработва програма за дейност и се стреми да я реализира;
4. Самовъзпитание в широк смисъл на думата – система от отношения към влиянието на разнообразните фактори.

Етимологически думата самовъзпитание означава, че човек се възпитава сам, т.е. със собствени сили формира своята личност. Но извън всяко съмнение е ,че наред с

„работата над себе си”, този човек е бил възпитаван. Той се е намирал под прякото възпитателно въздействие на своите родители и учители, братя и сестри, познати и непознати, а така също и под влияние на някои фактори (семейството, училището, работната среда, развитието на обществото, урбанизацията, акцелерацията и т.н), които действат стихийно на личността. При тези условия за подрастващите е трудно да изработят система от изисквания към себе си и да ги реализират за това е нужно възпитание, което да прерасне в самовъзпитание.

Как ще се организира и ръководи дейността на подрастващите, за да се създаде единство между възпитание и самовъзпитание, зависи от много конкретни условия и обстоятелства. Те не могат да се анализират всестранно, тъй като пътищата, по които преминава човек, за да се превърне от безволна в целеустремена личност, от несамостоятелна в самостоятелна, от малодушна в решителна и прочие, са винаги конкретни. Решаването на така възникналите задачи изисква творческо отношение от педагога. Но както във всяко друго творчество, така и това е подчинено на специфични изисквания.

Видът на изискванията може да бъде много разнообразен – да се поставят категорично или при известни условия, да се изпълняват веднага или с известно отлагане, да създават по-малки и по-големи трудности. Те допринасят за самовъзпитанието на личността, когато се превърнат в нейни собствени изисквания. Това означава те да се поставят така, че в зависимост от своята подготовка подрастващите да доловят и осмислят вложените в тях мотиви. Когато в началните етапи от формирането на личността изискванията се изпълняват безусловно и в борба с преодолими трудности, у личността се развиват такива ценни качества, като изпълнителност, точност, акуратност и др. Благодарение на тези именно качества се открива възможност да се премине от непосредствено изпълнение на изискванията към тяхното все по-дълбоко осмисляне в юношеска и особено в зряла възраст, а заедно с това и към развиване на самостоятелност, инициативност.

От съществено значение е да се поощрява *самоинициативата* на младото поколение. Значението на самоинициативата нараства бързо, когато е съпроводена със *самоконтрол*. По своята същност самоконтролът е процес на уравновесяване между активността и сдържаността в поведението на човека. От голямо значение е и процесът на *самоуправление* за формирането на личността.

В общи черти тенденцията е значението на самовъзпитанието да се засилва и в младежка възраст да се придобие доминиращ характер, т. е. възпитанието постепенно да се измества от самовъзпитание. Колкото по-рано подрастващите започнат да се самовъзпитават, толкова по-благоприятни резултати следва да се очакват при формирането им като личности с нравствено съзнание и поведение.

Ролята на самовъзпитанието се засилва и придобива социална значимост. През последните години във всички реформи, провеждани от развитите държави, една от основните задачи е да се помогне на детето да опознае себе си, да си изработи уменията да се самоусъвършенства, да се самообразова перманентно, да стане „самодостатъчен индивид”.