

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
Белорусский национальный технический университет

---

Кафедра «Психология»

## ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ

Пособие

для студентов специальностей 1-27 01 01

«Экономика и организация производства (по направлениям)»,  
1-70 01 01 «Производство строительных изделий и конструкций»,  
1-70 02 01 «Промышленное и гражданское строительство»,  
1-69 01 02 «Архитектурный дизайн»

*Рекомендовано учебно-методическим объединением по образованию  
в области экономики и организации производства;  
в области строительства и архитектуры*

Минск  
БНТУ  
2020

УДК 37.01(075.8)  
ББК 74.00я7  
О-75

Авторы:

*Т. В. Шершнёва, С. Н. Островский, А. И. Гаурилюс,  
О. В. Данильчик, Т. В. Полуичик*

Рецензенты:

кафедра общей и организационной психологии УО «Белорусский  
государственный педагогический университет имени Максима Танка»;  
доцент кафедры возрастной и педагогической психологии  
УО «Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка», канд. психол. наук, доцент *Т. В. Гормоза*

**Основы** психологии и педагогики: пособие для студентов специ-  
О-75 альностей 1-27 01 01 «Экономика и организация производства (по на-  
правлениям)», 1-70 01 01 «Производство строительных изделий и кон-  
струкций», 1-70 02 01 «Промышленное и гражданское строитель-  
ство», 1-69 01 02 «Архитектурный дизайн» / Т. В. Шершнёва [и др.];  
под общ. ред. Т. В. Шершнёвой. – Минск : БНТУ, 2020. – 61 с.  
ISBN 978-985-583-537-1.

В пособии представлено краткое содержание лекционного материала, а также  
практические задания и вспомогательный материал по разделам «Развитие, обучение  
и воспитание личности» и «Акмеолого-педагогические основы личностного и про-  
фессионального развития» учебной дисциплины «Основы психологии и педагогики»  
СГМ «Философия».

УДК 37.01(075.8)  
ББК 74.00я7

ISBN 978-985-583-537-1

© Белорусский национальный  
технический университет, 2020

## ВВЕДЕНИЕ

Целью изучения учебной дисциплины «Основы психологии и педагогики» СГМ «Философия» является формирование у будущих специалистов универсальных психолого-педагогических компетенций, обеспечивающих эффективное решение широкого круга социально-личностных и профессиональных задач в сфере любой профессии. Такие универсальные психолого-педагогические компетенции включают:

- компетенции в области теоретических основ образования, определяющих его функции и целевые установки, условия и механизмы его функционирования и развития;

- компетенции межличностного взаимодействия и коммуникации специалиста как субъекта социальной, гражданской, профессиональной сфер;

- компетенции решения социально-воспитательных задач в коллективе, управления коллективом;

- компетенции в области повышения квалификации и переподготовки персонала;

- компетенции непрерывного самообразования и профессионального самосовершенствования;

- компетенции в области семейной жизни, воспитания и развития детей.

Представленное пособие призвано повысить эффективность в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Основы психологии и педагогики» формирования у студентов умений использовать психолого-педагогические знания, методы и технологии обучения и воспитания в социально-профессиональной сфере, семейной жизнедеятельности, при проведении обучающих занятий с персоналом, а также разрабатывать и реализовывать проекты самообразования, самовоспитания и профессионального самосовершенствования.

## РАЗДЕЛ 1. РАЗВИТИЕ, ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ

1.1. Понятие личности в психологии. Психологическая структура личности.

1.2. Развитие личности.

1.3. Учебная деятельность как особый вид деятельности, направленный на самоизменение и саморазвитие личности.

1.4. Воспитание как социальное явление, реализующее функцию подготовки подрастающего поколения к самостоятельной жизни и труду в современном обществе.

1.5. Семейное воспитание.

### **1.1. Понятие личности в психологии. Психологическая структура личности.**

Понятие «личность» является объектом изучения для многих наук: философии, психологии, педагогики, социологии и других. Личность – это активно осваивающий и целенаправленно преобразующий самого себя, природу и общество индивид. Индивид становится личностью в процессе своего развития.

Несмотря на то, что личность является центральной и обобщающей категорией психологии, единого определения этого понятия не выработано. Ни одно из множества определений личности не может быть признано всеобъемлющим и бесспорным. Обобщая многообразие взглядов на природу и механизмы личностного развития, можно выделить некоторые общие моменты:

1) личность – это особое качество или характеристика человека, которое приобретает индивидом в обществе, в совокупности тех общественных отношений, в которые он включается. Если индивидом рождаются, то личностью становятся (*А. Н. Леонтьев*);

2) личность характеризует человека со стороны его общественных связей и отношений, то есть взаимосвязей с другими людьми. А. Н. Леонтьев называл личность «сверхчувственным образованием», так как эти связи и отношения с другими людьми составляют особую реальность, недоступную непосредственному восприятию;

3) сущность личности заключается в способности человека действовать свободно, самостоятельно и ответственно;

4) личности присуще постоянное развитие.

Понимание личности связано с осмыслением категорий «человек», «индивид», «индивидуальность», «субъект», «субъектность».

*Человек* – понятие видовое и включает в себя две взаимосвязанные системы: биологическую и психическую, духовную.

*Индивид* – это отдельный, конкретно взятый человек.

*Индивидуальность* обычно рассматривается как совокупность физиологических и психических особенностей конкретного человека, характеризующих его своеобразие. Выделяют два уровня в становлении индивидуальности: первый уровень связан с особенностями строения и динамики работы нервной системы; второй – сочетание разнообразных черт обеспечивает своеобразие поведения и познания человека, которое проявляется в индивидуальном стиле жизни человека [17].

*Социализация личности* – это процесс овладения человеком социальными и социально-психологическими нормами, правилами, функциями, ценностями, общественным опытом в целом. Процесс социализации личности имеет две взаимосвязанные стороны. С одной стороны, человек присваивает социальный опыт, происходит его интериоризация, субъективация объективности. С другой – проявляется индивидуальность человека, осуществляются экстериоризация и объективация субъективности в его делах, поступках, в их результатах. По мере становления личности человек все больше перестает быть пассивным продуктом социальных и других обстоятельств и становится субъектом деятельности.

*Субъект* – это человек в совокупности таких психических характеристик, которые позволяют ему осуществлять целеполагание и соответствующие целям действия, поступки, деятельность и поведение в целом.

*Субъектность* – это способность человека к целеполаганию и соответствующей поставленным целям активности. Эти цели могут быть ситуативными, в интересах решения текущих задач, и более отдаленными: на тот или иной отрезок жизни либо на всю жизнь. Чем больше субъектности в человеке, тем больше в нем личностного. *Субъектность* является одной из атрибутивных характеристик личности. Другой атрибутивной характеристикой личности выступает *активность*. Личность – не пассивный продукт социальных и других обстоятельств. Активность личности выражается в отношениях человека к тому, что он делает и что происходит с ним, в его жизненной

позиции, в целях и мотивах его поведения и деятельности, способах действий. В этой связи можно утверждать, что личность характеризуется не только тем, что она приобрела от социума, носителем каких социальных качеств она стала, сколько мерой всестороннего проявления своей сущности, своих возможностей [1].

*Психологическая структура личности* представляет собой целостное системное образование, совокупность социально значимых свойств, качеств, позиций, отношений, алгоритмов действий и поступков человека, сложившихся прижизненно и определяющих его поведение и деятельность.

В психологии существуют различные подходы к рассмотрению структуры личности как у отечественных психологов (Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн, К. К. Платонов, А. Г. Ковалев и др.), так и у представителей зарубежных психологических школ (З. Фрейд, Э. Фромм, Э. Берн, А. Маслоу, К. Роджерс и др.). Эти подходы достаточно хорошо представлены в психологической литературе.

Б. Г. Ананьев выделил 3 подсистемы в структуре личности.

1. *Интраиндивидуальная* (внутрииндивидуальная) подсистема. Это системная организация индивидуальности личности, представленная в строении темперамента, характера, способностей человека.

2. *Интериндивидуальная* (внеиндивидуальная) подсистема – это то, что обнаруживается в межличностных отношениях.

3. *Метаиндивидуальная* (надиндивидуальная) подструктура. Личность может проявляться не только в межличностных отношениях, но и выйти за их пределы, за пределы существующих «здесь и сейчас» связей с другими людьми. Психологи говорят о «вкладах» в других людей. В нас вкладывают себя наши родители. Учитель вкладывает себя в своих учеников, писатель – в читателя и т. д. [1].

Известный отечественный психолог *С. Л. Рубинштейн*, обобщив имеющиеся подходы и взгляды на проблему личности, кратко выразил свое понимание ее структуры в трех аспектах:

1) что человек хочет (потребности, мотивы, интересы, ценности, идеалы и т. д.);

2) что он есть (характер, способности и т. д.);

3) что он может (опыт, умения, знания и т. д.).

В психологии хорошо известна динамическая функциональная структура личности, предложенная профессором *К. К. Платоновым*. Структура личности состоит из четырех подструктур:

1) направленность, включающая в себя убеждения, мировоззрение, идеалы, склонности, интересы, желания. Путь формирования – воспитание;

2) опыт личности, включающий в себя привычки, умения, навыки, знания. Формируется посредством обучения;

3) индивидуальные особенности психических процессов, в которые входят познавательные и эмоционально-волевые процессы. Развиваются через упражнения;

4) биопсихические свойства, куда входят темперамент, половые, возрастные и патологически обусловленные свойства. Путь их формирования – тренировка, большую роль играет компенсация.

По мнению К. К. Платонова, эти подструктуры различаются по «удельному весу» социального и биологического содержания: в направленности личности биологического почти нет, а в четвертой подструктуре почти нет социального. В подструктуре социального опыта значительно больше социального, в третьей подструктуре чаще больше социального. В структуре личности выделяются также характер и способности, которые, по мнению К. К. Платонова, не входят в содержание четырех основных подструктур, но тесно взаимосвязаны с ними [17].

К биологически ориентированным подходам к личности можно отнести модель личности, разработанную З. Фрейдом:

1. Id – область бессознательного, личного, интимного. Бессознательное Оно у З. Фрейда является самой глубинной, унаследованной частью человеческого разума, в недрах которого существуют тайные душевные движения, напоминающие древних демонов и выражающие безотчетные влечения человека. Оно состоит из трех элементов: влечение эроса (либидо), влечение к смерти и вытесненные в сферу бессознательного элементы. Эти побуждения руководствуются принципом удовольствия. Эта инстанция психики доступна непосредственному исследованию лишь через такие проявления как сновидения, симптомы болезни и ошибки поведения. Это темная и недоступная часть нашей психики, самая архаическая и древняя. Она изначально иррациональна и аморальна.

2. Ego – область психической защиты «Я». Сознательное Я связывает Оно и внешний мир. Если Оно нуждается в удовлетворении своих влечений, то Я решает, есть ли для этого возможность. Я подчиняется принципу реальности. К функциям Я относится самосо-

хранение организма, фиксация опыта внешних влияний в памяти, избегание опасностей и угроз, контроль над требованиями инстинктов (исходящих от Id).

3. Super-ego – область социальных требований: социальные нормы, мораль, запреты, «наша совесть». Формируется в процессе воспитания. Представлена как на сознательном, так и бессознательном уровнях [20].

В гуманистической психологии структуру личности отождествляют со структурой «Я», где максимально представлено самосознание индивида. К. Роджерс представил структуру «Я»-концепции.

1. Реальное Я – каким я вижу себя в настоящий момент.
2. Динамическое Я – каким я стремлюсь стать в ближайшее время.
3. Идеальное Я – то, каким я должен стать, ориентируясь на моральные нормы и социальные ценности.
4. Фантастическое Я – кем, каким хотел бы стать, если бы это было возможно [20].

Ведущей характеристикой личности, определяющей ее психологический склад, является *направленность* – совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности. Направленность определяет особенности каждой личности.

В структуру направленности входит интерес. *Интерес* – активная познавательная направленность человека на тот или иной предмет, явление и деятельность, связанная с положительным отношением к ним. Интересы различают по:

а) *содержанию* – интересы определяются теми объектами, на которые они направлены (интерес к технике, к музыке и т. д.);

б) *широте*: выделяют интерес *широкий* (человек с разносторонними интересами при наличии одного центрального) и *узкий* (наличие одного-двух интересов при полном равнодушии к остальному);

в) *глубине*: выделяют *глубокий* интерес (потребность основательно изучить объект во всех деталях) и *поверхностный* (наличие поверхностных знаний и отсутствие настоящего интереса);

г) *устойчивости*: выделяют *устойчивый* интерес (интерес, который долго сохраняется и играет важную роль в жизни) и *неустойчивый* (быстро возникает и быстро гаснет);

д) *действенности*: выделяют интерес *действенный* (который побуждает к действиям) и *пассивный* (не побуждает к действиям),

например, интерес к спорту, проявляющийся в просмотре соответствующих программ по телевизору).

Различают также прямые и косвенные интересы. *Прямой* интерес вызывается самим содержанием деятельности, области знаний. *Косвенный* – вызывается не содержанием, а значением, которое имеет объект по отношению к другому объекту, которым интересуется человек.

В структуре направленности выделяются *убеждения* – это суждения, знания о природе и обществе, в истинности которых человек не сомневается и стремится к тому, чтобы руководствоваться ими в жизни. Если убеждения образуют систему воззрений, упорядоченную и организованную, то они становятся *мировоззрением*.

Важно обозначить в структуре направленности и понятие *установки* – это складывающаяся на основе прошлого опыта предрасположенность индивида к определенной форме реагирования, побуждающая его ориентировать свою деятельность в определенном направлении и действовать последовательно по отношению ко всем объектам и ситуациям, с которыми она связана. Установки бывают *бессознательные* (психологические) и *социальные* (предрасположенность индивида и группы определенным образом реагировать на те или иные явления социальной действительности). Социальная установка проявляется как относительно устойчивая во времени система взглядов об объекте или событии, совокупность связанных с ними эмоциональных состояний, предрасполагающих к определенным действиям. Это сложное психологическое образование включает три компонента:

- 1) *когнитивный* – составляет знание об объекте;
- 2) *эмоциональный* – включает систему чувств, связанных с соответствующим объектом или событием;
- 3) *поведенческий* – обозначает предрасположенность к положительным или отрицательным действиям по отношению к объекту.

Диапазон объектов, по отношению к которым может быть сформирована установка, практически не ограничен (она может быть к вещам, людям, экономике, политике, идеологии). Социальные установки могут быть позитивными и негативными, играть положительную роль (освобождая человека от необходимости принимать решение и произвольно контролировать протекание деятельности

в стандартных ситуациях) и отрицательную роль (обуславливая инертность в поведении, стереотипность в мышлении).

В структуру направленности личности включаются ценности и ценностные ориентации. *Ценность* – это социально-историческое значение для общества и личностный смысл для индивида определенных явлений действительности. Ценности классифицируют:

а) по предмету или содержанию объекта, на который они направлены: материальные, морально-политические, социально-экономические и духовные (образование, наука, культура);

б) по объекту отношения: общечеловеческие (мир, экология) и общенациональные (общественно-политический строй, права, народные традиции).

Различают также ценности личности и ценности общества, хотя все ценности личности – это присвоенные ценности общества. Ценности личности, в свою очередь, могут быть истинными и ложными.

*Ценностные ориентации* – это направленность личности на те или иные ценности. Ценностные ориентации личности имеют иерархическую структуру: одни ценности выступают как ведущие, другие имеют второстепенную роль. Ценностные ориентации играют важную роль: воспринимаемая личностью информация влияет на нее лишь в той степени, в какой она не противоречит ее убеждениям, то есть идет защита от потока лишней информации (защитная функция), человек удовлетворяет свои потребности теми способами, которые приняты в данном обществе (адаптивная функция), человек определенной направленности ищет соответствующую его взглядам и ценностям информацию (познавательная функция).

Самосознание – это высший уровень развития сознания человека, основа формирования его умственной активности и самостоятельности личности в ее суждениях, оценках, отношениях, действиях и поступках. Сознание включает в себя знания об окружающем мире, переживания различных жизненных событий и собственных поступков, отношения к другим людям, проявляющиеся в виде мотивов, установок и стереотипов поведения. *Самосознание* является особой формой осознания человеком самого себя и своей сущности, проявляющегося в виде самовосприятия, самооценки и самоконтроля. Самосознание предполагает различение своего внутреннего мира (образ «Я») и того, что окружает личность (образ «не Я»). Самосознание развивается от более элементарных форм (самоощуще-

ния, самовосприятия) к более сложным (самопознание, самооценка, саморефлексия). В структуру самосознания входят три компонента: когнитивный (познавательный), оценочный и поведенческий.

*Когнитивный компонент или самопознание* включает знание индивида о самом себе. Эти знания кажутся индивиду убедительными, независимо от того, являются ли они истинными, строятся на объективном знании или субъективном мнении. Знания индивида о себе складываются в определенный *образ «Я»* – относительно устойчивую, в большей или меньшей степени осознанную, неповторимую систему представлений человека о самом себе.

*Оценочный компонент или самоотношение* в структуре самосознания – это отношение к тому, что человек знает о себе, то есть к тем качествам, которые входят в его представление о себе. Все эти отношения человека к себе складываются в самооценку.

*Самооценка* – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и своего места среди людей. Самооценка складывается на основе сравнения себя и других людей, себя и какого-то эталона (реального и идеального «Я»), на основе мнений, которые человек слышит о себе. Самооценка часто различается:

а) по уровню: *завышенная* (или комплекс превосходства, то есть человек переоценивает себя в ситуациях, которые не дают для этого повода), *заниженная* (или комплекс неполноценности, то есть человек не уверен в себе и занижает мнение о себе) и *средняя*;

б) по адекватности: *адекватная* (человек правильно оценивает свои достоинства и недостатки) и *неадекватная* (человек неверно себя оценивает);

в) по устойчивости: *устойчивая* и *неустойчивая* (подвержена частым изменениям).

Самооценка связана с *уровнем притязаний личности*, проявляющимся в степени трудности целей, которые человек ставит перед собой. Важно иметь адекватный своим возможностям уровень притязаний, что, в конечном счете, определяет самоуважение личности. Следовательно, формированием самооценки можно управлять через создание специальных ситуаций успеха (при заниженной самооценке) и неуспеха (при завышенной).

*Поведенческий компонент самосознания или самореализация.* Человек строит свое поведение, опираясь на знание о себе и отношении к себе. Например, люди, в зависимости от уровня и адекват-

ности самооценки, уровня притязаний могут вести себя по-разному. Чаще человек устанавливает уровень своих притязаний где-то между очень трудными и очень легкими целями, стремясь сохранить на высоте свою самооценку. Зная уровень притязаний, можно понять мотивы поведения человека, а также влиять на его самооценку [8].

## 1.2. Развитие личности.

Развитие – основной способ существования личности на всем протяжении ее индивидуального пути. Под *развитием* понимается процесс взаимосвязанных количественных и качественных изменений, которые происходят в анатомо-физиологическом созревании человека, в совершенствовании его нервной системы и психики, а также познавательной и творческой деятельности, в обогащении его мировоззрения, нравственности, общественных взглядов и убеждений. Развитие личности имеет определенные закономерности:

– *неравномерность развития* – непостоянство развития психических функций;

– *сенситивность развития* – оптимальное сочетание условий развития;

– *кумулятивность развития* – результат каждой предшествующей стадии включается в последующую стадию;

– *дивергентность хода развития* – многообразие признаков развития на основе их постепенного расхождения;

– *конвергентность развития* – свертывание, усиление избирательности в ходе развития психических процессов [16].

*Психологические механизмы формирования личности* – это совокупность промежуточных состояний и процессов, на основе которых формируется или развивается то или иное качество личности. К психологическим механизмам формирования личности относятся:

– *подражание* – воспроизведение одним субъектом поведения другого субъекта. Благодаря подражанию ребенок присваивает общественный опыт, овладевает теми или иными формами поведения, трудовыми навыками, ему принадлежит важная роль в раннем детстве (непроизвольное подражание). Произвольное подражание используется как один из основных методов обучения и воспитания в дошкольном и младшем школьном возрасте;

– *интериоризация* – превращение внешних действий во внутренние психические образования (например, формирование привычек);

– *сдвиг мотива на цель* (А. Н. Леонтьев) происходит вследствие того, что результаты выполнения действий и поступков чаще бывают полнее и шире, чем цели, которые ставит перед собой человек. Так формируются мотивы поведения;

– *самооценка* определяет развитие притязаний и таких особенностей как: уверенность или независимость в своих силах;

– *уровень притязаний* – сложившийся в прошлом опыте ребенка уровень сложностей целей, к достижению которых он стремится. Соотношение между уровнем притязаний и реальным результатом является механизмом формирования волевых черт характера;

– *социальная идентификация*, посредством которой усваиваются ценности, идеалы, нравственные качества. Источниками идентификации являются родители, члены коллектива и др.;

– *рефлексия* лежит в основе формирования у человека системы саморегуляции, его саморазвития;

– «*Я-образ*», определяющий поведение человека в ситуациях выбора. Причем представления о себе могут относиться к различным сферам деятельности человека. Для воспитания наиболее важно знание о «Я реальном» и «Я идеальном»;

– *когнитивный диссонанс* (Л. Фестингер). Знания человека о мире и самом себе обычно представляют собой устойчивую систему, но иногда согласие между звеньями этой системы нарушается, и это приводит к психическому напряжению, побуждает человека к действию или выработке новой позиции. Диссонанс преодолевается лишь при условии формирования нового способа поведения или необходимого для него мотива. Варианты когнитивного диссонанса разнообразны. Это и противоречия между моральными принципами и реальными ситуациями, между принятыми новыми целями и имеющимися средствами их достижения. Разрешение противоречий поднимает развитие личности на более высокую ступень.

С. Л. Рубинштейн отмечал, что человек становится личностью, когда приобретает способность управлять собственным поведением, что в той или иной мере отмечается уже с трехлетнего возраста. В дальнейшем в качестве критериев личностного развития человека выступают:

1) разумность его поведения, ответственность, умение пользоваться свободой, социальная активность, требовательность к себе;

2) положительная направленность и прочность его общественных и нравственных взглядов и убеждений;

3) глубина отражения в его деятельности тенденций общественного прогресса, яркость и специфичность его социальных черт и качеств, придающих его действиям и поступкам своеобразно-творческий характер и определяющих его индивидуальность, чувство собственного достоинства;

4) психическая зрелость и юридическая способность отвечать за совершаемые действия и поступки (не является личностью психически нездоровый человек, который не может нести ответственность за свое поведение).

В существующих условиях социальной жизни наиболее актуальной выступает проблема, требующая включения каждого человека в единую социальную целостность и саму структуру общества.

*Социализация личности* – это процесс вхождения каждого индивида в социальную структуру, в результате которого происходят изменения в самой структуре общества и в структуре каждой личности. Это обусловлено социальной активностью каждого индивида.

С точки зрения субъект-объектных общественных отношений А. В. Петровским выделялись следующие этапы социализации:

1) *адаптация* (от рождения до подросткового периода ребенок усваивает социальный опыт некритически, адаптируется, приспосабливается, подражает);

2) *индивидуализация* (появляется желание выделить себя среди других, критическое отношение к общественным нормам поведения). В подростковом возрасте стадия индивидуализации, самоопределения «мир и я» характеризуется как промежуточная социализация, так как все еще неустойчиво в мировоззрении и характере подростка. Юношеский возраст (18–25 лет) характеризуется как устойчиво концептуальная социализация, когда вырабатываются устойчивые свойства личности;

3) *интеграция* (появляется желание найти свое место в обществе, «вписаться» в него). Интеграция проходит благополучно, если свойства человека принимаются группой, обществом. Если не принимаются, возможны следующие исходы:

а) сохранение своей непохожести и появление агрессивных взаимодействий (взаимоотношений) с людьми и обществом;

- б) изменение себя, «стать как все»;
- в) конформизм, внешнее соглашательство, адаптация.

В отечественной психологии принято считать, что социализация личности осуществляется прежде всего в трудовой деятельности, поэтому выделяются следующие стадии:

1) дотрудовая стадия, охватывающая период жизни человека до начала его трудовой деятельности;

2) трудовая стадия социализации, которая охватывает весь период зрелости человека, его трудовой деятельности, когда человек не только усваивает социальный опыт, но и воспроизводит его за счет активного воздействия на среду через свою деятельность;

3) послетрудовая стадия социализации, на которой рассматривается пожилой возраст как возраст, вносящий существенный вклад в воспроизводство социального опыта, в процесс передачи его новым поколениям [17].

Каждая стадия развития ставит перед человеком новые типы задач, которые соотносятся с возрастом:

1) *естественно-культурные* – достижение на каждом возрастном уровне физического и сексуального развития (при этом решение задач связано с различными темпами полового созревания, эталонами мужественности и женственности);

2) *социально-культурные* задачи – познавательные, ценностные, смысловые, специфичные для каждого возрастного этапа в конкретном социуме в определенные периоды его развития. Эти задачи определяются обществом в целом, регионами и ближайшим окружением человека. Они ставятся на каждом возрастном этапе в сфере познания социальной действительности и в сфере участия в жизни общества. Эти задачи имеют как бы два слоя: с одной стороны, это задачи, предъявляемые человеку в вербализованной форме институтами общества; с другой – задачи, воспринимаемые им из общественной практики. Оба эти слоя могут не совпадать, противоречить друг другу, могут не осознаваться человеком или осознаваться частично, а нередко в той или иной мере – осознаваться искаженно;

3) *социально-психологические* задачи – это становление самосознания личности, ее самоопределение в сегодняшней жизни и на перспективу, самоактуализация и самоутверждение, которые на каждом возрастном этапе имеют специфическое содержание и способы их решения.

Самоопределение личности предполагает нахождение определенных позиций в различных сферах активной жизнедеятельности и выработку планов на различные отрезки будущей жизни. Самоутверждение предполагает удовлетворяющую человека реализацию своей активности в значимых для него сферах жизнедеятельности. Самоутверждение может иметь разнообразные формы, которые могут быть как социально приемлемыми, так и социально опасными.

### **1.3. Учебная деятельность как особый вид деятельности, направленный на самоизменение и саморазвитие личности.**

В соответствии с Кодексом Республики Беларусь «Об образовании в Республике Беларусь» *образование* – это обучение и воспитание в интересах личности, общества и государства, направленные на усвоение знаний умений, навыков, формирование гармоничной, разносторонне развитой личности обучающегося (ст. 1.6.); *обучение* – целенаправленный процесс организации и стимулирования учебной деятельности обучающихся по овладению знаниями, умениями и навыками, развитию их творческих способностей.

*Учебную деятельность* можно определить как организованный и целенаправленный процесс, в результате которого человек приобретает новые или изменяет существующие у него знания, умения и навыки, развивает свои способности.

В общей теории учения (Я. А. Коменский, А. Дистерверг, К. Д. Ушинский, М. Я. Басов, П. П. Блонский, Л. С. Выготский) сформировалась собственно психологическая теория учебной деятельности. Ее разработчиками являются Д. Б. Эльконин, В. В. Давыдов, А. К. Маркова, П. Я. Гальперин, Н. Ф. Талызина. Психологические основы были заложены Л. С. Выготским, С. Л. Рубинштейном, конкретное содержание сформулировано А. Н. Леонтьевым.

И. И. Ильясов, характеризуя учебную деятельность, отмечал, что она специально направлена на овладение учебным материалом и решение учебных задач, в ней осваиваются общие способы действий и научные понятия, причем общие способы действия предваряют решение задач. Д. Б. Эльконин отмечает, что учебная деятельность отвечает познавательной, ненасыщаемой потребности и ведет к изменениям в самом субъекте [4], И. Лингарт – что в ней изменяются психические свойства и поведение обучающегося в зависимости от результатов собственных действий [11]. Учебная деятельность имеет

общественный характер, направлена на усвоение богатств культуры и науки, накопленных человечеством; она общественно значима и оцениваема; соответствует общественно выработанным нормам обучения и проходит в специальных общественных учреждениях. Содержанием учебной деятельности, по мнению В. В. Давыдова, выступают теоретические знания, которые, в свою очередь, определяются как единство содержательного абстрагирования, обобщения и теоретических понятий. Таким образом, в учебной деятельности происходит восхождение от абстрактного к конкретному, от общего к частному [4].

Предметное содержание учебной деятельности анализируется в русле теории деятельности и предполагает наличие в ней тех же структурных компонентов, что и в других видах деятельности: предмета, средств, способов, продукта и результата [4].

*Предмет* – то, на что направлена деятельность. Учебная деятельность направлена на усвоение знаний, овладение обобщенными способами действий, отработку приемов и способов действий, их программ, алгоритмов.

*Средства* осуществления учебной деятельности рассматриваются в трех направлениях:

– лежащие в основе познавательной и исследовательской функций учебной деятельности интеллектуальные действия (мыслительные операции);

– средства, в форме которых усваивается знание, рефлексировается и воспроизводится индивидуальный опыт;

– фоновые знания, посредством включения в которые новых знаний структурируется индивидуальный опыт обучающегося.

*Способы* – это то, как получают знания. В разных концепциях выделяют следующие действия как способы учебной деятельности:

– репродуктивные, проблемно-творческие, исследовательско-познавательные [4];

– ориентировку, этапы перехода от внешнего, предметного действия к внутреннему, умственному действию, контроль.

*Продуктом* учебной деятельности является структурированное и актуализируемое знание, лежащее в основе умения решать требующие его применения задачи в разных областях науки и практики; внутреннее новообразование психики и деятельности в мотивационном, ценностном и смысловом планах; накопление индивидуаль-

ного опыта через усвоение общественно-исторического опыта человечества. Дальнейшая деятельность человека, его общение зависит от структурной организации, системности, глубины и прочности индивидуального опыта.

*Результатом* учебной деятельности может быть потребность продолжать учение, интерес, удовлетворенность от учебы либо нежелание учиться, отрицательное отношение к школе, избегание учебы, непосещение занятий, уход из школы, вуза.

В некоторых работах предлагается выделение трех основных компонентов учебной деятельности: мотивационного, операционального и контрольно-оценочного. Однако чаще всего в ее структуру включается:

- учебная мотивация;
- учебная ситуация (состоит из учебной задачи и учебных действий);
- контроль (самоконтроль);
- оценка (самооценка).

*Учебная мотивация* – это частный вид мотивации, практически всегда является определяющей для учебной деятельности. Согласно закону Йеркса–Додсона, эффективность деятельности зависит от силы мотивации. Однако прямая связь сохраняется лишь до определенного предела: если мотивация слишком сильна, увеличивается уровень активности и напряжения, вследствие чего деятельность ухудшается, но на познавательную мотивацию закон Йеркса–Додсона не распространяется, так как человек, который страстно хочет учиться, чем больше узнает, тем сильнее становится его жажда знаний. Мотивация может быть внутренней или внешней по отношению к деятельности. Если для личности деятельность значима сама по себе (например, удовлетворяется познавательная потребность в процессе учения), то перед нами внутренняя мотивация. Если же учебная деятельность выступает лишь средством для достижения других целей – личные успехи, удовлетворение честолюбия, избегание наказания, при этом учебная деятельность носит до некоторой степени вынужденный характер и выступает как препятствие, которое необходимо преодолеть на пути к основной цели, то речь идет о внешних мотивах.

В работах Л. И. Божович и ее сотрудников, исследовавших учебную деятельность школьников, отмечается, что одних обучающихся в большей степени мотивирует сам процесс познания в ходе учеб-

ной деятельности, других – отношения с людьми, складывающиеся внутри нее [19]. Соответственно, принято выделять две большие группы мотивов учебной деятельности – познавательные и социальные. Познавательные мотивы связаны с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения. Среди них встречаются:

- широкие познавательные мотивы, состоящие в ориентации учащихся на овладение новыми знаниями;

- учебно-познавательные мотивы, отражающие ориентацию на усвоение способов добывания знаний;

- мотивы самообразования, состоящие в направленности на самостоятельное совершенствование способов добывания знаний.

Социальные мотивы также разделяются на подгруппы:

- 1) широкие социальные мотивы, отражающие стремление получить знания, чтобы быть полезным обществу, понимание необходимости учиться, чувство ответственности, желание хорошо подготовиться к будущей профессии;

- 2) узкие социальные мотивы (позиционные), которые проявляются в стремлении занять определенную позицию в отношениях с окружающими, получить их одобрение;

- 3) мотивы социального сотрудничества связаны с ориентацией на других людей. При этом обучающийся не только хочет общаться и взаимодействовать с окружающими, но и стремится осознавать, анализировать способы своего сотрудничества, постоянно их совершенствовать.

Все виды мотивов тесно связаны между собой и формируются в непосредственной зависимости друг от друга. Анализируя учебную деятельность, важно учитывать всю структуру мотивационной сферы личности [21].

*Учебная ситуация* представляет собой целостную единицу образовательного процесса. Она может быть проблемной или нейтральной по содержанию. Нейтральные учебные ситуации связаны с усвоением опыта в результате работы с полученной информацией. Проблемные ситуации отличает то, что человек сталкивается с проблемой теоретического или практического характера, нуждающейся в новом видении или подходе к пониманию информации, в других вариантах ее переработки.

Учебная ситуация включает два основных компонента: учебную задачу и учебные действия, необходимые для ее решения. Учебная

задача представляет собой отраженное в сознании требование выполнить некое действие, чтобы привести в соответствие неизвестное и требуемое. Это сложная система информации об объекте, где часть сведений представлена, а часть неизвестна. Отличительные характеристики учебной задачи состоят в том, что ее цель и результат состоят в изменении самого субъекта, а не в изменении предметов, с которыми он действует [4].

На начальном этапе необходимо понимание и «принятие» задачи. Само же решение учебной задачи осуществляется через учебные действия, которые переходят в операции (способы действия).

Виды учебных действий:

1) с позиции субъекта деятельности:

– действия целеполагания;

– действия программирования;

– действия планирования;

– действия исполнительские (вербальные и невербальные, формализованные и неформализованные, предметные и вспомогательные);

– действия контроля;

– действия оценки;

2) с позиции предмета учебной деятельности:

– преобразующие;

– исследовательские;

3) в соотношении с психической деятельностью (по психическим процессам):

– мыслительные;

– перцептивные;

– мнемические;

4) по соотношению продуктивности:

– репродуктивные;

– продуктивные.

Репродуктивность или продуктивность определяется тем, как они осуществляются: по заданным шаблонам или по самостоятельно формируемым критериям.

Каждое сложное учебное действие включает в себя большое количество перцептивных, мнемических и мыслительных операций. В силу того, что они не дифференцированы в общей группе учебных действий, педагог иногда не может точно диагностировать характер затруднения ученика при решении учебной задачи.

*Контроль и оценка*, переходящие в самоконтроль и самооценку, также включаются в структуру учебной деятельности. Оценка позволяет определить, в какой степени усвоен способ решения задачи и насколько результат учебных действий соответствует их цели. В школьной практике процесс оценивания выступает либо в форме развернутого суждения, в котором педагог обосновывает отметку, либо в свернутой форме, как прямое выставление отметки. Оценка педагога должна служить основой для формирования самооценки учащегося в учебной деятельности.

Для педагога представляет интерес не столько анализ строения учебной деятельности, сколько проблема ее формирования у обучающихся. Иными словами, научить учащихся учиться важнее, чем вооружение их конкретными предметными знаниями.

#### **1.4. Воспитание как социальное явление, реализующее функцию подготовки подрастающего поколения к самостоятельной жизни и труду в современном обществе.**

Обучение всегда связано с воспитанием. В соответствии с Кодексом Республики Беларусь «Об образовании в Республике Беларусь» *воспитание* – это целенаправленный процесс формирования духовно-нравственной и эмоционально ценностной сферы личности обучающегося (ст. 1.1). В условиях социальных преобразований в обществе к человеку предъявляются требования активности, мобильности, готовности жить в поликультурном и быстро меняющемся мире, нести ответственность за выбор и принятые решения. Важную роль приобретает личностная позиция растущего человека в освоении им гуманистических и нравственно-правовых норм, действующих в социуме; становлении его в качестве субъекта гражданской, профессиональной, семейной сфер собственной жизнедеятельности. Поэтому актуальна смена традиционной парадигмы воспитания, которая характеризуется социальной ориентированностью, безусловной авторитетностью педагога, репродуктивностью при трансляции в воспитательном процессе ценностей и опыта, отождествлением государственных и личностных интересов.

Новая воспитательная парадигма предполагает:

– установку на равенство различных видов социально приемлемого воспитательного опыта (воспитание на народных традициях, светское воспитание, религиозное воспитание);

- направленность педагогических усилий на построение самим воспитанником социально ценностных ориентаций;
- терпимое отношение к инакомыслию, которое не пропагандирует жестокость, насилие, агрессивность к другим;
- диалогизм культурных позиций, их продуктивную кооперацию;
- освоение педагогами позиции посредника между воспитанником и культурой;
- ориентацию на формирование научного, плюралистического мышления;
- обеспечение прав ребенка и человека;
- предоставление обучающемуся возможности для самоопределения и ответственного выбора;
- единство индивидуального и коллективного опыта всех участников воспитательного процесса [3].

Основной идеей новых методик и технологий воспитания должно выступать управление инициативой самого воспитанника в процессе педагогического взаимодействия. Со стороны педагога это предполагает как оказание ему помощи и поддержки, так и создание условий для самореализации. В соответствии с этой парадигмой основными структурными элементами понятия «воспитание» являются: ценности воспитания, воспитательная среда и воспитательный процесс.

*Ценности воспитания* – это значимые для человека природные, материальные и нравственно-духовные объекты или явления, выступающие социокультурными образцами жизни, на которые сориентированы воспитательные теории, методики и технологии педагогической деятельности.

*Воспитательная среда* – это такая организация социальной среды, когда все многообразие человеческих взаимоотношений и материальных объектов в осознанной или неосознанной форме несет в себе воспитательные функции. В качестве важнейшей составляющей воспитательной среды выделяется психолого-педагогическая атмосфера – совокупность эмоциональных взаимосвязей воспитателя и воспитанника, возникающих на основе доверия, уважения, сотрудничества и милосердия.

*Воспитательный процесс* – целесообразно организованный процесс взаимодействия, направленный на удовлетворение потребностей его участников. Условием эффективности воспитательного

процесса является организация деятельности воспитуемого по приобретению им системы личностно и общественно значимых ценностей, а желаемым для общества результатом – формирование жизненных навыков, положительного отношения к созидательной деятельности, природе, обществу, самому себе.

Воспитание, как любая педагогическая деятельность, строится на соответствующих закономерностях и методологических принципах, предполагает разработку адекватных целей, задач и выполняет конкретные воспитательные функции. Педагогические закономерности воспитания – это объективные, существенные, устойчивые связи воспитательного процесса, которые отражают взаимосвязи его структурных компонентов и характеризуют сущность функционирования и развития самого процесса воспитания.

Можно выделить следующие *закономерности воспитания*:

1) цель, задачи и содержание воспитания определяются объективными потребностями общества, социально-культурными и этическими нормами и традициями;

2) развитие и формирование личности идут неравномерно;

3) воспитание как формирование в структуре личности социально-психологических новообразований совершается только путем активности самого воспитуемого. Мера его усилий должна соответствовать мере его возможностей. При этом важным представляется соблюдение пропорционального соотношения усилий воспитанника и усилий педагога в совместной деятельности: на начальном этапе доля активности педагога превышает активность воспитанника, затем – снижается при возрастании активности и самостоятельности воспитуемого. При этом педагог должен чувствовать и определять границы меры собственного участия в деятельности воспитанников, косвенно управлять этой деятельностью и предоставлять учащимся полное право на творчество и свободный выбор. Таким образом, эффективность воспитания зависит от оптимальной организации совместной деятельности, общения педагогов и воспитуемых;

4) содержание деятельности воспитуемого в процессе воспитания определяется актуальными потребностями личности воспитанника. Без этого учета процесс воспитания затрудняется и нарушается. Таким образом, действенность воспитания обусловлена учетом потребностей, интересов, возможностей личности воспитуемого.

Целью воспитания является формирование умственно, духовно и физически зрелой творческой личности, субъекта своей жизнедеятельности. Интеллектуально, духовно и физически зрелая творческая личность – личность с высоким уровнем культуры, обладающая творческим потенциалом, способная к самообразованию, свободному и ответственному поведению, с присущими ей качествами гражданина, патриота, труженика и семьянина.

Основными *принципами воспитания* в современных условиях выступают:

1) принцип научности как опора в воспитательном процессе на психологические и половозрастные особенности личности, использование воспитателем достижений педагогической, психологической и других наук о человеке;

2) принцип природосообразности, предполагающий в воспитательном процессе не только учет природных задатков индивида, но и психофизиологических возможностей воспитанника и их обусловленность информационными и социальными явлениями;

3) принцип культуросообразности, проявляющийся как совокупность всех форм духовной жизни общества, которые обуславливают формирование личности, социализацию молодого поколения, основываясь на ценностях национальной и мировой культуры;

4) принцип ненасилия и толерантности предполагает гуманное отношение и терпимость к воспитаннику, его индивидуальности; отказ от любых форм психологического и физического насилия;

5) принцип связи воспитания с жизнью проявляется в учете воспитателем экономических, социальных, экологических, демографических и других условий жизнедеятельности воспитанников;

6) принцип открытости воспитательных процессов и систем предполагает оптимальное сочетание различных воспитательных моделей с жизненным опытом личности, ее реальной жизнедеятельностью. При этом педагог максимально содействует развитию способности ребенка осознавать свое «Я» в связях с другими людьми и миром, осмысливать свои действия, предвидеть их последствия для других людей и своей судьбы, производить осмысленный выбор жизненных решений;

7) принцип вариативности воспитательной деятельности означает соответствие ее содержания и форм изменяющимся потребностям, интересам, возможностям воспитуемого.

Важнейшими *задачами воспитания* выступают:

1) нравственное развитие личности, воспитание моральных качеств (совестливости, достоинства, любви, добра, трудолюбия, порядочности) и формирование опыта нравственного поведения;

2) формирование патриотизма и гражданственности, основанное на любви к своей земле, народу, языку, уважении к истории своего Отечества, национальной культуре, традициям, обычаям;

3) формирование трудовых и жизненных навыков;

4) формирования ответственного поведения;

5) формирование здорового образа жизни;

6) развитие эмоциональной сферы личности;

7) развитие эстетических чувств;

8) развитие экологического сознания, формирование ценностных ориентаций экологического характера и привычек экологоцелесообразной деятельности [5].

Назначение и роль воспитания проявляются в его *функциях*:

1) функция развития предполагает изменение направленности личности воспитанника, структуры ее потребностей, мотивов поведения, способностей и др.;

2) функция формирования предстает как специально организованный процесс предъявления педагогом воспитанному социально одобряемых ценностей, нормативных качеств личности и образцов поведения для его личностного, гражданского и профессионального роста;

3) функция социализации заключается в обеспечении усвоения социального опыта и выработки совместно со взрослыми собственных ценностных ориентации в совместной деятельности и общении;

4) функция индивидуализации предстает как процесс становления «Я-образа», духовного мира личности, реализации ее социальных ролей и отношений на основе ее психического и социального опыта и опыта других людей и предшествующих поколений;

5) функция психолого-педагогической поддержки проявляется как помощь в решении индивидуальных проблем личности, связанных с психофизическим и моральным здоровьем, обучением, межличностными отношениями и общением, профессиональным и жизненным самоопределением. Предметом педагогической поддержки выступает процесс совместного с воспитанником определения его собственных актуальных интересов, целей, возможностей и путей

преодоления препятствий (проблем), мешающих ему сохранить свое человеческое достоинство в различных сложных ситуациях и самостоятельно достичь желаемых результатов. Психологическая поддержка также направлена на разрешение проблем взрослеющей личности, связанных с кризисными событиями жизни, трудностями социальной адаптации;

6) гуманитарная функция заключается в обеспечении прав воспитанника, удовлетворении его потребностей в безопасности, эмоциональном комфорте и независимости, сохранении здоровья, определении смысла жизни, предоставлении личной свободы;

7) культуuroобразующая функция воспитания проявляется в сохранении, воспроизводстве и развитии культуры, предполагает ориентацию на воспитание личности как субъекта культуры.

А. К. Маркова указывает, что чрезвычайно важными для оценки эффективности деятельности педагога являются происходящие в результате изменения в развитии воспитанного. Воспитанность включает в себя:

– запас нравственных представлений (то, что человек знает о нормах поведения и отношении к обществу);

– нравственные убеждения (то, как человек воспринимает нравственные нормы для себя лично, то есть личное, пристрастное отношение к нравственным нормам – личностные смыслы, мотивы, ценности);

– реальное нравственное поведение (то, как знания и убеждения реализуются в поведении) [12].

*Воспитанность* есть согласованность знаний, убеждений и поведения, своеобразный результат формирования личности. Не менее важны и потенциальные возможности, создаваемые в процессе воспитания, то есть *воспитуемость* – это возможности ребенка к дальнейшему личностному росту вместе со взрослыми, восприимчивость к воспитанию, потенциальный уровень воспитанности.

М. В. Гамезо выделяет два критерия воспитанности:

1) уровень сформированности нравственных потребностей, чувств, привычек (в данном случае имеется в виду содержание нравственной сферы, то, чем руководствуется человек);

2) уровень преднамеренности, произвольности поведения: моральная устойчивость человека, умение преодолевать трудности невозможны без умения управлять своими желаниями, своим пове-

дением. Способность человека действовать под влиянием намерения, преодолевать все другие непосредственные побуждения, желания, которые мешают выполнять намерение, говорит о том, что человек сознательно управляет своей мотивационной сферой.

Управление воспитанием включает в себя такие элементы как:

а) проектирование развития личности, планирование необходимых воспитательных воздействий;

б) организация воспитательных воздействий;

в) регулирование и корректировка хода воспитательных воздействий на основе текущего сбора информации;

г) итоговый учет и контроль соответствия конечных воспитательных результатов проекту развития.

Психологический механизм управления воспитанием в настоящее время нельзя охарактеризовать в завершённом виде, представление о нём ещё формируется. Большинство отечественных психологов при рассмотрении данного вопроса исходят из того, что управление извне поведением воспитанника в ходе воспитательного процесса трансформируется во внутренний механизм саморегуляции, самоуправления и самовоспитания. Различают внешнее (осуществляемое через внешние факторы) и внутреннее управление воспитанием личности. Рассмотрим механизм превращения внешнего воспитательного управления во внутреннюю систему самоуправления и самовоспитания.

*На первом этапе* формирования личности внешнее управление осуществляется:

– воспитателем, руководителем и коллективом, которые выбирают педагогический образец;

– через организацию продолжительного действия образца;

– за счёт носителя образца (яркость, популярность, авторитетность и т. д. оказывают большое влияние на принятие образца воспитанником).

На данном этапе внутреннее управление – это готовность воспринимать и присваивать образец. Элементом самоуправления здесь является интерес, обеспечивающий лёгкость присвоения образца.

*На втором этапе* формирования личностного свойства (превращение стимула в мотив) внешнее управление заключается в том, что:

– воспитатель подбирает образец, тем самым формируя мотивы;

– актуализируется уже сложившийся, но заглушённый мотив;

– осуществляется коррекция мотивации.

Самоуправление мотивационной сферой проявляется в саморегуляции выбора мотивов из уже имеющихся. Внутреннее управление тождественно саморегуляции.

*На третьем этапе* осуществляется выбор формы поведения на основе мотива. Внешнее управление включает в себя:

- выбор и предложение приемлемой для воспитанника формы поведения;
- прекращение развертывания мотива в действие, поведение.

Саморегуляция проявляется в соотношении ребенком адекватности мотивации и формы поведения, он соотносит их друг с другом.

*На четвертом этапе* осуществляется реализация мотива в поведении и переход последнего в привычку. Внешнее управление создает:

- условия для успешного начала и завершения избранной формы поведения (это делает воспитатель, коллектив);
- условия для неоднократного выполнения данного действия;
- положительный настрой по отношению к начатому действию;
- корректировку действия.

На этом этапе самоуправление становится внешним по отношению к звеньям-этапам (1–5-й этапы формирования свойства личности).

*На пятом этапе* происходит превращение привычной формы поведения в свойство личности. Здесь внешнее управление и самоуправление нивелируются. Успех формирования личности определяется соотношением внешнего и внутреннего управления [7].

Педагогическая деятельность, как и любая другая деятельность, может быть организована технологически либо основываться на интуиции, педагогическом чувстве меры и такта. Технологию воспитания можно рассматривать в широком и узком смыслах слова. В широком – это система последовательного развертывания проекта педагогической деятельности и общения, направленных на достижение поставленных воспитательных целей. В узком – это проявление индивидуального мастерства педагога в отборе и реализации им оптимальных средств, форм и методов педагогического воздействия на развитие личности в конкретной ситуации.

*Методами*, составляющими основу традиционной воспитательной технологии, являются убеждение, упражнение, мотивация (поощрение и наказание). Наиболее распространенной классификацией методов воспитания выступает система методов, отражающая един-

ство целевой, содержательной и процессуальной составляющих воспитательного процесса (Г. И. Щукина). В соответствии с этой классификацией выделяются три группы методов воспитания: методы формирования сознания личности; методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения; методы стимулирования поведения и деятельности.

Однако, как показывают результаты воспитательной практики, в современной социокультурной ситуации необходимо дополнить традиционные методики воспитания методами, приемами и средствами гуманистической технологии. Ее ключевыми звеньями выступают следующие составляющие:

1) учет актуальных потребностей детей разного возраста;

2) позитивное восприятие воспитуемого педагогом. Смысл позитивного восприятия учащегося заключается в том, чтобы понять и воспринять его внутренний мир, выявить, раскрыть и дать проявиться природным задаткам, верить в его силы и возможности. При этом следует недостатки ребенка – это его достоинства, которым еще не найдено применение. В этой связи применяются:

– психолого-терапевтическое и социально-педагогическое воздействие с преобладанием нравственных средств, укрепляющих психофизическое здоровье;

– создание в воспитательном процессе ситуации «проживания», что предполагает использование педагогом знаний жизненного опыта воспитанника;

– воспитание без принуждения, психического и физического насилия.

*Воспитывающие ситуации* – один из эффективных методов воспитания без принуждения и насилия, который материализует творчество и свободу всех участников процесса воспитания. Воспитывающие ситуации в воспитательной практике имеют разную направленность: авансирование доверия, творческий подход, свободный выбор, эмоциональное настроение, товарищеское доверие и т. д. Технологичность их заключается в том, что педагог целенаправленно создает эти воспитывающие ситуации и включает в них учащихся для коррекции поведения в коллективе.

*Игра, игровая деятельность* – важные формы гуманистической технологии, в которых наиболее полно реализуется творческое начало личности. В их процессе ребенок осваивает социальные роли,

приобретает сообразительность, сноровку, смекалку, развивает фантазию. Игра может выступать:

- 1) средством, методом, формой деятельности;
- 2) тренингом в формировании у воспитанников норм поведения; навыков выполнения правил, условий, ограничений в действиях; в осуществлении выбора и др.;
- 3) условием самореализации и достижения высших показателей в развитии ребенка, которые в ближайшей перспективе становятся его нормой [7].

### **1.5. Семейное воспитание.**

Семейное и общественное воспитание взаимосвязаны, дополняют друг друга и могут в определенных границах даже заменять друг друга, но в целом они не равнозначны. Современная наука накапливает все больше данных о роли семейного воспитания в стимулировании интеллектуального развития ребенка: чем содержательней и многообразней общение в семье, тем быстрее ребенок накапливает знания, навыки речи, мышления. Сегодня даже для детей, оставшихся без попечения родителей, организуются нетрадиционные детские дома, детские дома семейного типа. Семейное воспитание более эмоционально по своему характеру, чем любое другое воспитание, ибо проводником его является родительская любовь к детям, вызывающая ответные чувства детей к родителям.

С семейным воспитанием связано такое понятие, как первичная социализация, которая может быть осуществлена только в семье. Важность семьи как института воспитания и социализации обусловлена тем, что в ней ребенок находится в течение значительной части своей жизни и по длительности своего воздействия на личность ни один из институтов воспитания не может сравниться с семьей. В ней закладываются базисные черты личности. Семья в силу своей социально-биологической природы является первичным институтом социализации человека, опосредующим звеном между социальными нормами и процессом развития личности.

В современных условиях педагогическая грамотность членов семьи становится необходимым условием правильного, эффективного воспитания. Семья тесно связана с обществом и не может осуществлять воспитательный процесс, не учитывая те многочисленные воздействия, которые ребенок получает из окружающей со-

циально-культурной среды. Представляя собой малую группу, своего рода социальный микрокосм, семья наиболее соответствует требованию постепенного приобщения ребенка к социальной жизни и поэтапного расширения его кругозора и опыта.

Вместе с тем, семья – это не однородная, а дифференцированная социальная группа, в которой представлены различные возрастные, половые, а подчас и профессиональные «подсистемы». Это позволяет ребенку активнее проявлять свои эмоциональные и интеллектуальные возможности, быстрее реализовать их.

Современная семья переживает сложный этап эволюции, характеризующийся снижением ее социального статуса, сокращением воспроизводства семьи, стабильным ростом числа разводов, уменьшением продолжительности семейной жизни (каждый третий брак распадается, не продлившись и пяти лет). Настораживает и такой социально-психологический фактор, как снижение у девушек стремления к материнству, а у юношей все чаще встречается непонимание социальной роли отца. В современном обществе, когда семейные связи между поколениями нарушены, передача необходимых знаний о формировании семьи и воспитании детей становится одной из важнейших забот общества. Чем глубже разрыв между поколениями, тем более ощутима потребность родителей в получении квалифицированной помощи в воспитании своих детей.

В зависимости от предмета исследования в основу типологии современных семей могут быть положены различные основания:

1. По количеству совместно проживающих поколений:

- однопоколенную семью. Супружеская пара без детей, которая может быть определенным этапом в жизненном цикле семьи;
- нуклеарную семью (двухпоколенную).

2. По наличию родителей:

- полную семью (семьи с супружеским ядром). Семья, в которой имеются оба родителя;
- неполную семью. Семья, состоящая из одного или нескольких детей, проживающих с единственным родителем (чаще матерью). Неполные семьи могут образовываться в силу разных причин:

а) неполные семьи (семьи осколочного типа), первоначально строившиеся на супружеской основе; к ним относятся наиболее распространенные семьи типа «родитель – ребенок (или дети)», об-

разошедшиеся вследствие развода или фактического ухода из семьи одного из родителей или смерти кого-то из супругов;

б) неполные семьи, изначально не строившиеся на супружеской основе; к наиболее распространенным семейным структурам этого типа относятся материнские семьи, которые образуют мать, не состоявшая в браке, и ее дети («матери-одиночки», очень редко «отец-одиночка»); сюда же включают семейные структуры, состоящие из сирот, лишившихся родителей, или семьи типа «прародители – ребенок (дети)», в которых звено родителей по разным причинам отсутствует, хотя первоначально семья строилась на основе брака;

– смешанные семьи (семья повторного брака или вновь образованная семья). Имеются в виду «перестроенные» семьи, образовавшиеся вследствие брака разведенных людей. Смешанная семья включает неродных родителей и неродных детей. Исследователи выделяют разные варианты смешанных семей: женщина с детьми выходит замуж за мужчину без детей; мужчина с детьми вступает в брак с женщиной без детей; и мужчина, и женщина имеют детей от прошлых партнеров. Еще одна форма смешанной семьи – это пара, берущая на воспитание ребенка, которая может включать лишь одного приемного ребенка и нескольких родных детей, одного родного и нескольких приемных.

3. По количеству детей: бездетные, однодетные, малодетные и многодетные семьи.

4. По типу распределения семейных ролей:

– авторитарная семья (централистическая) во главе которой стоит один из супругов, обладающий верховной властью в решении основных вопросов семейной жизни;

– демократическая (эгалитарная) семья с равным распределением прав и обязанностей, при котором управление семьей примерно в равной мере лежит на плечах обоих супругов;

– автономная семья, когда муж и жена распределяют роли и не вмешиваются в сферу влияния другого.

5. По критерию устойчивости: стабильная семья, распадающаяся или нестабильная семья.

6. По признаку юридического оформления брачных отношений: официально зарегистрированная и так называемая «гражданская» семья, строящаяся на основе незарегистрированного брака.

7. По состоянию психологического здоровья. Исследователи предлагают различные термины, обозначающие в целом благополучные семьи (гармоничная семья, здоровая семья, функционирующая семья) [10].

Проблемы благополучных семей, как правило, вызваны внутренними противоречиями и конфликтами, которые связаны с прохождением сложных, кризисных этапов жизни семьи или с изменяющимися условиями жизнедеятельности в социуме. Проблемы неблагополучных семей возникают из-за стойкого неудовлетворения потребностей одного или нескольких членов семьи под воздействием внутрисемейных или общесоциальных жизненных факторов. Существует следующая классификация неблагополучных семей:

1. *Конфликтные семьи.* Во взаимоотношениях супругов и детей имеются сферы, в которых интересы, потребности, намерения и желания членов семьи приходят в столкновение, порождая сильные и продолжительные отрицательные эмоциональные состояния. Брак может сохраняться относительно долго благодаря взаимным уступкам и компромиссам, а также другим скрепляющим его факторам.

2. *Кризисные семьи.* Интересы и потребности членов семьи находятся в противоречии, захватывая важные сферы жизнедеятельности семейного союза. Члены семьи занимают непримиримые и даже враждебные позиции по отношению друг к другу, не соглашаясь ни на какие уступки или компромиссные решения. Кризисные браки распадаются или находятся на грани распада.

3. *Проблемные семьи.* Для них характерно возникновение особо трудных ситуаций, способных привести к распаду брака. Например, отсутствие жилья, тяжелая и продолжительная болезнь одного из супругов, отсутствие средств на содержание семьи, осуждение за уголовное преступление на длительный срок и целый ряд других чрезвычайных жизненных обстоятельств [22].

Условия воспитания в семье можно сформулировать следующим образом: атмосфера любви и взаимоуважения; высокая нравственность родителей и членов семьи; трудовая деятельность в семье; отсутствие избыточных благ в жизни ребенка; отсутствие негативных примеров в семье; гармоничное развитие способностей ребенка; последовательность и постепенность в семейном воспитании; взаимоотношения между родителями, построенные на любви

и взаимоуважении; внимание и забота со стороны родителей по отношению к ребенку; дисциплина внутри семьи.

В разных семьях детей воспитывают по-разному, используя тот или иной стиль семейного воспитания, к числу которых относят:

1) *авторитарный* – при таком стиле у родителей теплое принятие ребенка, контроль высокий, но внимание акцентируется на развитии и поощрении ребенка. Признается его автономия;

2) *авторитарный* – низкий уровень принятия ребенка, но высокий контроль. Есть жесткая неизменная система правил, воспитание ведется по принципу диктатора;

3) *либеральный* – эмоциональное и теплое принятие ребенка, но уровень контроля низкий. У ребенка ощущение вседозволенности. Правил внутри семьи почти нет, руководство со стороны родителей очень слабое или отсутствует совсем;

4) *индифферентный* – со стороны родителей холодность в отношении ребенка, контроль низкий, равнодушие к проблемам ребенка, дистантность, ребенок предоставлен сам себе, потребности игнорируются.

К деструктивным видам семейного воспитания относят:

*Ребенок-кумир*. Полный восторг многочисленных родственников, потакание любому желанию. Даже шалости окружающих умиляют. Ребенок в такой семье превращается в эгоиста, капризен, своеволен, готов лишь потреблять.

*Воспитание по типу «Золушки»* демонстрирует ребенку, что он плохой, ненужный и ущербный. Тот изо всех сил старается походить на родительский идеал, но его наказывают по любому поводу.

*Предъявление повышенных моральных требований*. Ребенка не по возрасту нагружают заботами о младших или старших, заставляют читать и писать чуть не с пеленок, учить иностранные языки, заниматься музыкой. Минус такого воспитания – нагрузки не в меру приведут к развитию ранних неврозов.

*«Ежовые рукавицы»*. Родители в жесткой форме навязывают свое мнение, диктуют и приказывают, срывают на ребенке злость. Из незнающего ласки ребенка вырастает неотзывчивый человек, склонный к демонстративным протестам.

*Гиперопека и гипоопека* одинаково вредны, плохо отражаются на психическом развитии ребенка.

*Привилегированность ввиду болезни.* По-настоящему ребенок болеет или его физические слабости преувеличены, постоянно трясущиеся о нем родители делают своему чаду медвежью услугу. Дети в таких семьях ничего не знают о своих обязанностях, становятся приспособленцами или подхалимами.

*Противоречивое воспитание.* Характерно для большой семьи, где бабушки и дедушки придерживаются своих методов, а отец с матерью – других. Стили воспитания неустойчивы, детям навязываются противоречивые роли, они трудно адаптируются к переменам, а со временем проявляют невротические реакции [10].

Таким образом, семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания. Положительное воздействие на личность ребенка состоит в том, что никто, кроме самых близких для него в семье людей – матери, отца, бабушки, дедушки, брата, сестры, не относится к ребенку лучше, не любит его так и не заботится столько о нем. И вместе с тем семья может служить отрицательным фактором воспитания. К факторам, способствующим нарушению реализации воспитательной функции семьи, могут быть отнесены: неполный состав семьи; недостаточный уровень знаний и навыков родителей по воспитанию детей; негативность отношений между родителями; конфликтность семьи (не только по вопросам воспитания, но и по иным вопросам, касающимся семьи); негативное внешнее вмешательство в воспитание.

## **Практические задания**

### **Задание 1**

Изучите теорию психосоциального развития Э. Эриксона. Внесите в таблицу выявленные достоинства и недостатки теории Э. Эриксона. Перечислите конфликты развития, которые становятся критическими.

Оцените свои социальные позиции, ответив на вопросы: «Кто я? Каковы мои убеждения?», «Могу ли я полностью отдать себя другому человеку?»

### **Задание 2**

Проанализируйте различные точки зрения психологов и педагогов на сущность процесса обучения. Представьте комплексную характе-

ристику процесса «сущность – характер взаимосвязи с развитием – механизм реализации – прогнозируемый результат (цель) – методы – степень управляемости – соотношение активной позиции педагога и обучающихся». Чем обусловлено различие взглядов ученых?

Обучение – это вид формирования личности и коллектива, опирающийся на упражнение, но дополняющий его связями нового содержания каждого упражнения с уже ранее усвоенным (*К. К. Платонов*).

Обучение – это общение, в процессе которого происходит управляемое познание, усвоение общественно-исторического опыта, воспроизведение, овладение той или иной конкретной деятельностью, лежащей в основе формирования личности (*П. И. Пидкасистый*).

Обучение – это деятельность учителя в учебном процессе (*Н. Ф. Талызина*).

Обучение означает целенаправленную, последовательную передачу общественно-исторического, социокультурного опыта другому человеку в специально организованных условиях семьи, школы, сообщества (*И. А. Зимняя*).

Обучение – это целенаправленный педагогический процесс стимулирования активной учебно-познавательной деятельности учащихся по овладению научными знаниями и навыками, развитию творческих способностей, мировоззрения и нравственно-эстетических взглядов и убеждений (*И. Ф. Харламов*).

### Задание 3

Распределите указанные ниже мотивы на познавательные и социальные, заполнив следующую таблицу:

Познавательные мотивы			Социальные мотивы		
широкие	учебно-познавательные	самообразования	широкие	узкие (позиционные)	социального сотрудничества

*Мотивы учебной деятельности:* желание быть настоящим школьником; ориентация на приобретение дополнительных знаний и затем на построение специальной программы самосовершенствования; стремление занять определенную позицию в отношениях с окружающими; ориентация на овладение новыми значениями-фактами,

явлениями, закономерностями; ориентация на усвоение способов добывания знаний, приемов приобретения знаний; интерес к самому учению, к знаниям; ориентация на разные способы взаимодействия с другим человеком; понимание социальной значимости учения; стремление получить одобрение сверстников; интерес к тому, как можно получать знания самостоятельно; желание стать полноценным представителем общества; желание заслужить хорошее отношение учителя; интерес к методам теоретического и творческого мышления; стремление к успеху, самоутверждению; рассмотрение учебной деятельности в связи с жизненными перспективами и выбором будущей профессии; интерес к анализу собственных ошибок, поиск нескольких способов решения задачи.

#### **Задание 4**

Проанализируйте подходы психологов к определению учения как психологического феномена. Определите параметры, отражающие его сущность. Укажите, какая позиция является, на ваш взгляд, наиболее содержательной и оптимальной. Свою точку зрения обоснуйте.

1. Основная цель учения, применительно к которой принаравливается вся его общественная организация, заключается в подготовке к будущей самостоятельной трудовой деятельности; основное средство – освоение обобщенных результатов того, что создано предшествующим трудом человечества; осваивая итоги прошлого общественного труда, человек подготавливается к собственной трудовой деятельности. Этот процесс учения протекает не стихийно, не самоотечком. Учение является стороной социального по своему существу процесса обучения – двустороннего процесса передачи и усвоения знаний. Оно осуществляется под руководством учителя и направляется на развитие творческих возможностей учащегося (*С. Л. Рубинштейн*).

2. Учение – это деятельность, непосредственной целью которой является само освоение определенной информации, действий, форм поведения. Такая специфическая деятельность субъекта, направленная на научение, имеющая своей целью научение, именуется учением (*Л. Б. Ительсон*).

3. Н. Ф. Талызиной учение рассматривается как усвоение определенных видов и способов познавательной деятельности, которые включают в себя заданную систему знаний и в дальнейшем обеспечивают их применение в заранее заданных пределах.

4. В. В. Давыдов рассматривает учение как специфический вид деятельности.

5. А. Н. Леонтьев рассматривал учение как тип ведущей деятельности, которая не только занимает большой промежуток времени, но в ее русле формируется также сама личность ученика и более частные виды деятельности.

6. Учение – это вид деятельности, в процессе которой осуществляется обучение личности и достигается ее обученность (*К. К. Платонов*).

### **Задание 5**

Объясните высказывания ученых. Укажите, какие особенности и условия процесса воспитания в них отражены.

1. М. Монтень: «Недостаточно, чтобы воспитание только не портило нас, – нужно, чтобы оно изменяло нас к лучшему».

2. М. Монтень: «Отношения, познающиеся из опыта, всегда не вполне достоверны и совершенны, и однако же сравнению всегда есть за что уцепиться».

3. Платон: «...самым важным в обучении мы признаем надлежащее воспитание».

4. Платон: «Никто не становится хорошим человеком случайно».

5. Проперций: «Не все одинаково пригодно для всех».

6. К. С. Станиславский: «Чувству приказывать нельзя».

7. На вопрос «С какого возраста могут проявляться признаки трудновоспитуемости?» психолог Л. М. Зюбин отвечал: «С того момента, как он начинает подвергаться воспитательному воздействию, а точнее, осознавать его».

### **Задание 6**

Подумайте, существует ли связь между стилем семейного воспитания, согласно Э. Г. Эйдемиллеру, и формированием акцентуаций характера в подростковом возрасте. Какие рекомендации можно дать родителям по организации взаимодействия с подростками с различными типами акцентуаций?

### **Задание 7**

Проведите самодиагностику свойств характера с помощью методики Шмишека «Акцентуации характера».

## **Задание 8**

Проведите самодиагностику с помощью методики «Карта оценки готовности к семейной жизни».

Оценка готовности к семейной жизни и на этой основе прогноз благополучия супружества нацелены как на создание прочного брака, так и на совершенствование взаимоотношений молодых супругов в период становления их совместной жизни. Тест будет полезен при выработке индивидуальных программ такого совершенствования, а также при подготовке юношей и девушек к семейной жизни.

В тест-карте приведены типичные ситуации, возникающие между супругами в рамках десяти функций семьи (обозначены римскими цифрами: I – создание положительного психоэмоционального фона; II – поддержание уважительных, доброжелательных отношений с родственниками, близкими и друзьями; III – хозяйственно-экономическая функция; IV – производственно-трудовая деятельность; V – налаживание здорового семейно-бытового режима; VI – интимная жизнь, VII – деторождение, VIII – воспитание детей; IX – социальное самосовершенствование; X – постоянное обновление, развитие коммуникабельности).

Чтобы определить свою готовность к семейной жизни, юноше и девушке нужно порознь выбрать в каждой из десяти предложенных ситуаций по одному из трех вариантов ответа и подсчитать результаты в баллах по шкале оценок (см. ниже) для каждого из трех вариантов поведения (во всех десяти ситуациях).

### **Типичные ситуации, варианты поведения.**

#### *I. У мужа (жены) неприятности на работе.*

1. Недовольство, упреки в нерасторопности, неумении ладить с начальством, решать производственные вопросы.
2. Спокойно-дружеское отношение, иногда с утешением и разделением огорчения.
3. Сопереживание, проявление нежности, стремление успокоить, поддерживать уверенность в правоте, восстановлении справедливости.

#### *II. Встреча гостей – родителей, родственников и друзей.*

1. Прием простой, без особого энтузиазма, чайный стол с обсуждением семейных проблем и новостей.

2. Прием без всякого энтузиазма, без проявлений знаков должного уважения, в разговоре порой проскальзывает недовольство.

3. Прием в торжественной обстановке, с празднично накрытым столом, любимыми кушаньями гостей, культурно-развлекательной программой.

### *III. Совместные покупки, заготовка продуктов.*

1. Дружное обсуждение планов, в реализации которых все члены семьи принимают посильное, но активное участие.

2. Единоличное принятие решения, один из супругов отдает распоряжения, другой выполняет их.

3. Безучастное отношение к предстоящему, отрицательные высказывания по поводу планов с последующей критикой сделанного, ссорами по этому поводу.

### *IV. «Мне некогда, я работаю».*

1. Рассуждения типа: «Работа – на работе, а дома время – семье, личной жизни», отрицательная порой раздражительная реакция на производственные проблемы.

2. Отношение к занятости супруга (супруги) понимающее, хотя и без особого интереса к его (ее) профессии.

3. Уважительное отношение к профессиональной занятости, успехам, живой интерес к работе супруга (супруги) и трудовым проблемам.

*V. Забота об уюте, эстетике быта, чистоте одежды; белья, постели; уборка квартиры, приготовление пищи с учетом различия вкусов.*

1. Рассуждения типа: «Идеальный порядок в доме – моя мечта, но одна (один) я не в состоянии справиться, нужны помощник, стимул».

2. Предпочитаются самостоятельные занятия домоводством с адекватным восприятием доброжелательной критики и пожеланий, без отказов от полезной помощи.

3. «Признаю, что порядок в доме – хорошо, но заниматься им нет никакого желания. Если бы кто-то взял уборку, стирку и приготовление пищи на себя, была (был) бы очень рада (рад)».

### *VI. Сексуальные отношения.*

1. Сдержанность и умеренность в достижении сексуального удовлетворения.

2. Сексуальные отношения занимают доминирующее место в семейной жизни, все остальные вопросы имеют соподчиненное значение.

3. Половая жизнь отодвигается на задний план, главные интересы сосредоточены на материальном обеспечении, социальном престиже, трудовой деятельности.

#### *VII. Забота о потомстве.*

1. Рассуждения типа: «Поживем для себя, подумать о ребенке не поздно и через несколько лет», «Ребенок в семье нужен, но хочу не более одного».

2. Желание иметь как можно больше детей.

3. Желание иметь двоих-троих детей.

#### *VIII. Забота о воспитании детей.*

1. Предоставление ребенку возможности самовоспитания, свободы выбора и действий.

2. Стремление к разностороннему (интеллектуальному, психоэмоциональному и физическому) развитию ребенка.

3. Противопоставление интеллектуальных и спортивно-физических наклонностей; курс на одностороннее (специальное) развитие способностей.

#### *IX. Самосовершенствование в рамках семьи.*

1. Забота о всестороннем развитии каждого, индивидуальное овладение мастерством, ремеслами, выработка активной жизненной позиции.

2. Развитие в спарринге (все только вдвоем, вместе), взаимное ограничение социальной активности.

3. Досуг без целевых устремлений, поощрение свободного времяпровождения.

#### *X. Выбор и развитие коммуникабельности.*

1. Импонирует скромное поведение в обществе, добросовестный труд не связан со стремлением завоевать всеобщее внимание, но ценится умение отстаивать свои позиции.

2. Главным считается умение «не высовываться», быть незаметным в общении вне семьи, а порой и дома.

3. Стремление совершенствовать манеры поведения и формы общения, утверждать и с достоинством представлять свою семью и себя лично.

## Шкала оценок вариантов

Типичные ситуации	Выбранный вариант поведения, баллы		
	1	2	3
I	-5	10	15
II	5	-3	10
III	10	5	-3
IV	-3	5	10
V	10	15	-5
VI	10	5	-3
VII	-5	15	10
VIII	-5	15	10
IX	10	5	-3
X	5	-3	10

Оценка результатов:

Сумма баллов от 70 до 120 свидетельствует о достаточной подготовленности к семейной жизни, 22–70 баллов – об удовлетворительной и ниже 22 баллов – о недостаточной подготовленности.

Положительные результаты отнюдь не являются абсолютными для прогноза семейного благополучия, но они в существенной мере отражают наличие основы для построения дружной, крепкой семьи.

## РАЗДЕЛ 2. АКМЕОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЛИЧНОСТНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

- 2.1. Акмеологические основы самосовершенствования личности.
- 2.2. Эффективные способы построения профессиональной карьеры.
- 2.3. Основные принципы и техники тайм-менеджмента.
- 2.4. Творческий потенциал личности и его развитие.

### **2.1. Акмеологические основы самосовершенствования личности.**

Предметом акмеологии (от греч. *акме* – вершина) является феномен зрелости личности, или процесс и результат достижения человеком вершин как индивидом, личностью, субъектом деятельности (в том числе и профессиональной) и индивидуальностью.

Акмеологической основой самосовершенствования личности выступают потребности в активном саморазвитии, продуктивной самореализации, продвижении к собственным вершинам совершенства. В основе процесса самосовершенствования лежит внутренний механизм преодоления противоречий между наличным уровнем личностного роста «Я-реальное» и некоторым воображаемым его состоянием «Я-идеальное». Его источники находятся в социальном окружении, а движущими силами являются мотивы личностного развития. Самосовершенствование может осуществляться на протяжении всего жизненного пути. С. Л. Рубинштейн трактовал жизненный путь не только как движение человека вперед, но и движение вверх, к высшим, более совершенным формам и лучшим проявлениям человеческой сущности, завершение жизни – это достижение не старости, упадка и смерти, а достижение личностного совершенства.

*Самосовершенствование* – это сознательный процесс повышения уровня своей компетентности и развития значимых качеств в соответствии с социальными требованиями и личной программой развития. Достигнув определенного уровня саморазвития, человек приобретает возможность управлять текущими событиями, формировать оптимальные отношения с другими, достигать успеха в профессиональной деятельности, быть компетентной и конкурентоспособной личностью, а также воспринимать жизнь во всей ее полноте.

Процесс самосовершенствования включает в себя следующие компоненты:

- самопознание;
- самопобуждение (использование приемов внутреннего стимулирования к профессиональному и личностному саморазвитию);
- программирование профессионального и личностного роста (формулирование целей самосовершенствования, определение путей, средств и методов этой деятельности);
- самореализация (осуществление программы самосовершенствования; самореализация как способ жизнедеятельности) [13].

На всех этапах совершенствования своей личности важно поддерживать устойчивую положительную мотивацию и постараться избавиться от когнитивных ограничений в отношении своих личностных возможностей (например, неверие в собственные способности или инерция). Важна также социальная поддержка личности в процессе ее саморазвития и анализ достигнутых результатов.

## **2.2. Эффективные способы построения профессиональной карьеры.**

*Профессиональное становление личности* – это формирование профессиональной направленности, компетентности, социально значимых и профессионально важных качеств и их интеграции, готовность к постоянному профессиональному росту, поиск оптимальных приемов качественного и творческого выполнения деятельности в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями личности. Профессиональное становление личности представляет собой процесс развития, который заключается в последовательной смене определенных стадий.

Э. Ф. Зеер и Э. Э. Сыманюк выделяют пять стадий профессионального становления личности:

1. Оптация (формирования профессиональных намерений, профессиональное самоопределение, осознанный выбор профессии на основе учета индивидуально-психологических особенностей).
2. Профессиональная подготовка (формирование профессиональной направленности и системы социально и профессионально ориентированных знаний, умений, навыков, приобретение опыта решения типовых профессиональных задач).
3. Профессиональная адаптация (вхождение в профессию, освоение новой социальной роли, усвоение новых технологий профессии,

приобретение опыта самостоятельного выполнения профессиональной деятельности).

5. Первичная и вторичная профессионализация (формирование профессионального менталитета, интеграция социально и профессионально важных качеств и умений в относительно устойчивые профессионально значимые конstellляции, высококачественное выполнение профессиональной деятельности).

6. Профессиональное мастерство (полная реализация, самоосуществление личности в творческой профессиональной деятельности на основе подвижных интегративных психологических новообразований («акме») профессионального развития) [6].

*Карьера* – это результат осознанной позиции и поведения человека в области трудовой деятельности, связанный с должностным или профессиональным ростом. Профессиональная карьера характеризуется, в первую очередь, расширением набора специальных знаний и умений, ростом профессионализма, профессионального мастерства, достижения высот искусства в избранной профессии. Профессиональная карьера может идти по линии *специализации* (углубление в одной, выбранной в начале профессионального пути, линии движения) или *транспрофессионализации* (овладение другими областями человеческого опыта, связанное, скорее, с расширением инструментария и областей деятельности). Внутриорганизационная карьера охватывает последовательную смену стадий развития работника в рамках одной организации и реализуется в трех основных направлениях:

1. Вертикальное – подъем на более высокую ступень структурной иерархии.

2. Горизонтальное – перемещение в другую функциональную область деятельности либо выполнение определенной служебной роли на ступени, не имеющей жесткого формального закрепления в организационной структуре (например, роли руководителя временной целевой группы, программы и т. п.). К горизонтальной карьере можно отнести также расширение или усложнение задач на прежней ступени.

3. Центростремительное – данное направление наименее очевидно. Под центростремительной карьерой понимается движение к ядру, руководству организации. Это, например, приглашение работника на недоступные ему ранее совещания как формального, так и

неформального характера, предоставление ему доступа к неформальным источникам информации, выполнение им отдельных важных поручений руководства [2].

В зависимости от объективных условий внутриорганизационная карьера может быть *перспективной* или *тупиковой* – у сотрудника может быть либо длинная карьерная линия, либо очень короткая.

Перечень профессиональных и должностных позиций в организации (и вне ее), фиксирующий оптимальное развитие профессионала для занятия им определенной позиции в организации, представляет собой *карьерограмму*, формализованное представление о том, какой путь должен пройти специалист для того, чтобы получить необходимые знания и овладеть нужными навыками для эффективной работы на конкретном месте. Главной задачей планирования и реализации деловой карьеры является обеспечение взаимодействия профессиональной и внутриорганизационной карьер.

Построение карьеры включает в себя несколько этапов.

*Предварительный этап* длится до 25 лет, включая учебу в школе и получение среднего и высшего образования. За этот период человек может сменить несколько различных работ в поисках вида деятельности, удовлетворяющего его потребности и отвечающего его возможностям.

*Этап становления* длится примерно пять лет, охватывая возраст от 25 до 30 лет. В этот период человек осваивает выбранную профессию, приобретает необходимые навыки, квалификацию, появляется стремление к независимости.

*Этап продвижения* протекает в возрасте от 30 до 45 лет и характеризуется повышением квалификации сотрудника в выбранной трудовой области. Он активно продвигается по служебной лестнице, накапливая богатый практический опыт и приобретая навыки. У него растет потребность в самоутверждении, достижении более высокого статуса и еще большей независимости.

*Этап сохранения* характеризуется действиями сотрудника по закреплению достигнутых результатов и протекает у него в возрасте от 45 до 60 лет. В этот период уровень квалификации сотрудника достигает пика совершенствования. Возможен подъем на новые служебные ступени. Сотрудник заинтересован передать свои знания молодежи. Данный период характеризуется творческим самовыражением и независимостью сотрудника.

*Этап завершения* протекает в возрасте от 60 до 65 лет. Сотрудник начинает готовиться к уходу на пенсию, идут активные поиски достойной замены и обучение кандидата на освобождающуюся должность. В этот период может наблюдаться кризис карьеры, который проявляется в том, что сотрудник все меньше получает удовлетворения от работы и испытывает состояние психологического и физиологического дискомфорта. Однако на этапе завершения самовыражение, уважение к себе и другим людям из его окружения достигают апогея. Сотрудник заинтересован в сохранении уровня оплаты труда, но вместе с тем стремится увеличить и другие источники дохода, которые бы компенсировали отсутствие заработной платы при уходе на пенсию.

*Пенсионный этап* карьеры наступает после ухода человека из профессиональной жизни. Появляется возможность для самовыражения в других видах деятельности, которые были невозможны в период работы или выступали в форме хобби (живопись, садоводство, работа в общественных организациях и др.) [2].

Обучение основам планирования и развития карьеры преследует две основные цели:

- 1) сформировать заинтересованность сотрудников в развитии карьеры;
- 2) предоставить им инструменты для начала управления собственной карьерой.

Следующим этапом является разработка плана развития карьеры. Сотрудник должен определить собственные профессиональные интересы и методы их реализации, то есть должность, которую бы он хотел занять в будущем. После этого ему нужно сопоставить собственные возможности с требованиями к интересующей его должности и определить является ли данный план развития карьеры реалистичным и, если да, то продумать, что ему необходимо для реализации этого плана.

К факторам, способствующим карьерному росту относят:

- образованность;
- системность и аналитичность мышления, умение прогнозировать развитие ситуации, предвидеть результат решений;
- коммуникативные умения, навыки эффективного межличностного взаимодействия, проницательность, умение оказывать психологическое воздействие и влияние на других людей;

- высокий уровень саморегуляции: умение управлять своим состоянием, развитость самоконтроля, гибкость, стрессоустойчивость;
- деловая направленность: активность, настойчивость, целеустремленность, направленность на принятие решений, умение решать нестандартные проблемы и задачи, стремление к постоянному повышению профессионализма;

- ясная Я-концепция, реалистическое восприятие своих способностей и возможностей, высокое (адекватное) самоуважение, упорное утверждение своей личности, творческая активность;

- физическая выносливость.

К факторам, сдерживающим карьерный рост, относят: неуверенность в себе; боязнь уязвимости; боязнь новых ситуаций; незнание самого себя; недостаточные умения и навыки; отсутствие поддержки со стороны руководителей [18].

### **2.3. Основные принципы и техники тайм-менеджмента.**

Научиться рационально и эффективно действовать и добиваться успеха можно правильно используя ресурс времени, планируя свою деятельность, управляя своими задачами и делами (как долгосрочными, так и краткосрочными), расставляя приоритеты. И чем раньше это удастся освоить, тем быстрее и легче будет добиться профессионального мастерства и успеха.

Тайм-менеджмент включает следующие этапы:

- информацию и коммуникацию, постановку целей (анализ и формирование целей);

- планирование (разработка планов и альтернативных вариантов своей деятельности);

- принятие решений (принятие решений по предстоящим делам);

- реализацию и организацию (составление расписания дня и организация личного трудового процесса для осуществления поставленных задач);

- контроль (самоконтроль и контроль итогов).

Раскроем основные приемы тайм-менеджмента.

Прием первый: *планирование* – один из важнейших элементов управления временем. Суть состоит в том, что время, потраченное на планирование, сокращает время, необходимое на работу в целом. Любое планирование современные специалисты рекомендуют проводить в два этапа: составить список и определить приоритеты. При

определении приоритетов нужно основываться на популярном правиле Парето: 20 % всех дел дают 80 % всех результатов, и наоборот, то есть нужно направлять свои основные усилия на важные дела, которые находятся в рамках этих 20 %. К тому же специалисты рекомендуют планировать лишь 60 % своего рабочего времени, 20 % оставлять для решения непредвиденных вопросов, а оставшиеся 20 % вообще предполагают свободную творческую деятельность.

Прием второй заключается в *эффективной работе с информацией*. На основе собранной информации принимается то или иное решение. Принятие решения не должно становиться трудным и затратным процессом. Специалисты по тайм-менеджменту говорят: «Лучше грамотно претворить в жизнь не самое лучшее решение, чем долго и нудно метаться в поисках самого оптимального».

Прием третий: *готовность выполнять неприятные дела*. Каждому из нас время от времени приходится сталкиваться с вопросами, которые неинтересны. Многие стараются дела эти отодвинуть как можно дальше, отложить в дальний ящик, что еще больше увеличивает затраты времени на их исполнение. Кроме того, если возникшая проблема не исчезнет сама собой, объем работы, который необходимо выполнить, может увеличиться с течением времени.

Прием четвертый: *изменение общения с окружающими*. Имеется в виду следующая ситуация: у людей определенного склада характера может появиться желание, а потом и привычка обращаться с просьбой выполнить те или иные дела. Всегда нужно высказывать собственное мнение, соглашаясь с теми аргументами, которые признаешь, и отвергать те, которые не признаешь. После разговор сам подойдет к своему логическому завершению.

Прием пятый: *умелое чередование работы и отдыха*. Чем сильнее загружен, тем больше нужно отдыхать. К началу нового рабочего периода организм должен восстановить силы, поэтому не стоит пропускать полноценные перерывы, сон и отдых, даже если очень много дел. Каждому человеку присущи в течение суток подъемы и спады энергии, жизненного тонуса и умственной активности, то есть суточные биоритмы. В периоды подъема следует заниматься творческой работой, требующей умственного напряжения, внимания. Периоды спада активности лучше посвятить рутинным задачам [18].

Кроме всех перечисленных приемов, можно и нужно использовать важнейший принцип тайм-менеджмента: «Все может быть ус-

вершенствовано», отталкиваясь от того, что резервы эффективности и развития ничем не ограничены.

#### **2.4. Творческий потенциал личности и его развитие.**

Проблема творчества является одной из наиболее актуальных в современной психологии и педагогике. В основном выполненные учеными работы касаются естественно-философского осмысления творчества, либо научного и технического творчества. Анализ множества существующих определений творчества показывает, что авторы опираются на разные подходы: в одном случае это результативный подход (производство нового), в другом – психологический (вдохновение, инсайт); в третьих – операциональный (деятельность с определенной структурой); онтологический (творчество как механизм развития). И все же в современной научной литературе преобладает деятельностный подход к пониманию творчества: «создание с помощью действия нового продукта (К. Роджерс); «деятельность человека по преобразованию действительности» (А. Бергсон, В. И. Вернадский); «взаимодействие субъекта с объектом, в ходе которого субъект изменяет окружающий мир, создает нечто новое, социально значимое в соответствии с требованиями объективных закономерностей» (Е. П. Ильин).

Сложность феномена творчества наталкивает исследователей на поиск критериев его оценивания. В зарубежных источниках указаны следующие критерии творческой деятельности: продуктивность, популярность, степень новизны идей, решений, общественная ценность, широта влияния деятельности ученого на различные области научных знаний и др. В отечественных исследованиях критерием творчества чаще всего признаются материальные и духовные ценности, обладающие общественной значимостью.

Творчество при различных степенях его выраженности может проявляться в любом виде деятельности. Выделяют творчество научное, музыкальное, поэтическое, техническое, педагогическое, творчество полководца. В научном творчестве открываются новые факты и законы, то, что существует, но что не было известно. Творчество техническое изобретает то, чего не было, новые устройства. В искусстве открываются новые духовные, эстетические ценности и создаются, «изобретаются» новые художественные образы, новые художественные формы. Философское творчество соединяет в себе

черты научного и художественного творчества. Различные виды творчества отличаются по результатам, продуктам творчества, но подчиняются единым психологическим законам. Любой процесс творчества предполагает наличие субъекта творчества, творца, побуждаемого к творчеству определенными потребностями, мотивами, стимулами, обладающего известными знаниями, умениями, творческими способностями. По А. Маслоу, творчество – универсальная функция человека, которая ведет ко всем формам самовыражения; способность к творчеству является врожденной, она заложена в каждом и не требует специальных талантов.

Процессуальные характеристики творчества включают в себя интерес, замысел, состояние предрешения, подготовку к реализации решения, озарение, решение, проверку [9].

С понятием творчества связано понятие креативности. Креативность (англ. *create* – создавать, творить) – творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к принятию и созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от традиционных или принятых схем мышления и входящие в структуру одаренности в качестве независимого фактора, а также способность решать проблемы, возникающие внутри статичных систем. Креативность вне творчества невозможна. На бытовом уровне креативность проявляется как смекалка – способность достигать цели, находить выход из кажущейся безвыходной ситуации, используя обстановку, предметы и обстоятельства необычным образом.

Критерии креативности:

- беглость – количество идей, возникающих в единицу времени;
- оригинальность – способность производить необычные идеи, отличающиеся от общепринятых;
- гибкость (данный параметр позволяет отличать индивидов, которые проявляют гибкость в процессе решения проблемы, от тех, кто проявляет ригидность в их решении, и во-вторых, позволяет отличать индивидов, которые оригинально решают проблемы, от тех, кто демонстрирует ложную оригинальность);
- восприимчивость – чувствительность к необычным деталям, противоречиям и неопределенности, готовность быстро переключаться с одной идеи на другую;

– метафоричность – готовность работать в необычном контексте, склонность к символическому, ассоциативному мышлению, умение увидеть в простом сложное, а в сложном – простое [9].

Словосочетание «творческий потенциал» как понятие в научных источниках стало использоваться с 90-х гг. XX в. В словарном значении термин «потенциал» (лат. *potentia* – сила) толкуется как открытые возможности в каком-либо отношении. Применительно к творчеству потенциал предполагает наличие личностных качеств, обеспечивающих как развитие личности, так и создание новых социально значимых предметов духовной и материальной культуры. Творческий потенциал – это внутренняя готовность личности к самореализации в творческой деятельности. Качественными особенностями творческого потенциала личности являются умения и навыки, определяющие уровень ее развития, интенсивность реализации потенциала в деятельности, созидательный его характер. Особое внимание исследователи уделяют наличию и динамике развития способностей к творчеству. Среди последних ведущую роль играют способности интеллекта (динамичность и ассоциативность мышления, умственная активность, способность ставить и решать проблемы, осуществлять перенос и комбинирование знаний) и эмоционально-волевые проявления (вдохновение, интуиция, богатство воображения, настойчивость и целеустремленность). Наличие таких личностных особенностей обуславливает творческое начало, творческий поиск, творческую продуктивность в деятельности человека.

Креативность выступает ядром творческого потенциала, она отражает возможности личности актуализировать свои сущностные, творческие силы в реальной преобразовательной практике, характеризует способность личности к творчеству. Таким образом, если творчество понимается как процесс, приводящий к созданию нового, то креативность должна рассматриваться как творческий потенциал, внутренний ресурс человека, позволяющий ему отказываться от стереотипов мышления и деятельности.

В исследованиях В. А. Моляко структура творческого потенциала представлена множеством компонентов, среди которых: задатки и склонности личности, как правило, обнаруживающие себя в повышенной чувствительности ко всему новому; интересы и их направленность; любознательность, стремление к созиданию, склонность к поиску и решению проблем, образование ассоциативных

массивов; достаточно высокий уровень развития общего интеллекта; настойчивость, систематичность в работе, смелость в принятии решений; склонность к комбинированию, смене вариантов, аналогиям, реконструированию; рациональное использование времени; интуитивизм [14].

Итак, творческий потенциал способствует творческой самореализации, которая может быть разной: экспрессивной, продуктивной, изобретательной, инновационной, непредвиденной. Обращение к понятию «творческая активность» показывает, что она характеризует актуализацию творческого потенциала личности на основе осознания ею ценности феномена творчества.

Творческие способности, как и любые другие, поддаются развитию. Эффективность данного процесса зависит не только от его интенсивности и последовательности, но и от условий реализации творческого потенциала, который, в свою очередь, предполагает развитие. Это развитие может осуществляться по-разному:

1) экстенсивный путь (осуществляется в процессе социобиологического развития, обучения, целенаправленной тренировки и т. п.);

2) интенсивный путь (осуществляется в процессе мобилизации всех задатков и способностей к творческой деятельности).

Как свидетельствует практика, оба пути имеют значение для развития творческого потенциала, однако второй наиболее предпочтителен.

В развитии творческого потенциала несомненную роль играет мотивация. В отношении того, что побуждает человека к творческой деятельности, имеются разные точки зрения. Одни исследователи считают, что все гениальное создается инстинктивно (Ч. Ломброзо). Другие отмечают, что мотивация к творчеству самовозникает и саморазвивается (М. Рорбах). Некоторые ученые решающую роль отводят мотиву достижения, стремлению к успеху.

Под внешней мотивацией творчества понимается реакция социального окружения, как положительная (поощрение вниманием, признание, одобрение, а также материальное вознаграждение), так и отрицательная (резкая критика, наказание). Существенность влияния внешней мотивации напрямую зависит от уровня внутренней мотивации, то есть чем меньше уровень внутренней мотивации, тем существеннее сказывается мотивация внешняя.

Важную роль в стремлении человека к творчеству играет интерес. Интерес – это познавательная потребность, которая побуждает

личность проявлять творчество для ее удовлетворения. Г. Мелхорн описывает интерес как врожденное стремление к творчеству, как творческий импульс. Разнообразие интересов создает условие накопления материала для творческих преобразований.

Несмотря на предрасположенности каждого человека к творчеству, тем не менее, не каждый может считаться творческой личностью. Причина состоит в том, что кроме факторов, стимулирующих творческую деятельность, есть факторы, тормозящие творческие усилия. К их числу относятся страх, склонность к конформизму, моральные запреты, чрезвычайная самокритичность, низкий уровень образования и интеллектуального развития, однообразие решаемых задач, неумение планировать и организовывать свою деятельность, лень.

Для развития креативности необходимо минимизировать отрицательное влияние моральных и культурных запретов через расширение круга интересов личности (например, через обучение), самоидентификацию с другой личностью (позволяет взглянуть на проблему «другими глазами»), смену деятельности. Необходимо развивать внутреннюю мотивацию творческой деятельности, повышать внешнюю положительную и минимизировать внешнюю отрицательную мотивацию. Переживаемые эмоции также могут стимулировать творческую активность, например, сильный всплеск творчества может вызвать положительный стресс (например, переживание эйфории влюбленности) или посттравматический стресс.

Развитию творческих способностей содействуют эвристические методы учебно-познавательной деятельности.

Цель метода «*мозгового штурма*», разработанного А. Ф. Осборном, заключается в сборе как можно большего количества идей, освобождении от инерции мышления, преодолении привычного хода мысли при решении творческой задачи. Основным принцип и правило этого метода – запрет всякой критики высказанных идей, поощрение реплик и шуток. Оптимальное количество участников – от 4 до 15 человек. Отбор идей производят специалисты-эксперты.

*Метод эвристических вопросов (метод «ключевых вопросов»)* используется для сбора дополнительной информации или систематизации уже имеющейся в процессе решения творческой задачи.

*Метод аналогий.* В решении творческих задач используются различные аналогии: конкретные (материальные) и абстрактные, живой

природы с неживой и т. д. Например, в ситуациях мысленного построения аналога хорошие результаты дает такой прием, как гиперболлизация (значительное увеличение чего-либо).

*Метод синектики* предлагает избегать преждевременной четкой формулировки проблемы, так как это сковывает дальнейший поиск ее решения. Обсуждение целесообразно начинать не с самой задачи, а с анализа некоторых общих признаков, которые как бы вводят в ситуацию постановки проблемы, неоднократно уточняя ее смысл. Критический отбор и оценку идей и решений, как и в ранее описанных методах, лучше осуществлять поэтапно.

*Латеральное (направленное в сторону) мышление* основывается на нестандартном подходе к известным вещам, на умении и готовности смотреть на вещи разными способами, направлено на устранение инерции мышления [15].

Необходимо также учитывать индивидуальный стиль творческого мышления. А. Роу выделил следующие стили:

– *интуитивный стиль мышления* характерен для харизматичных личностей, концентрирующихся на действии и считающих, что каждая личность имеет огромный творческий потенциал, который просто надо раскрыть;

– *новаторский стиль мышления* характерен для людей, готовых к тяжелой работе и настаивающих на точных и аккуратных экспериментах. Стиль типичен для ученых, инженеров, изобретателей;

– *образный стиль мышления* присущ артистичным людям, которые получают удовольствие от сочинительства, являются лидерами по натуре, имеют отличное образное мышление и без труда могут выявлять благоприятные возможности;

– *воодушевляющий стиль мышления* характерен для людей, проводящих в жизнь социальные изменения и всецело посвящающих себя делу.

Большинство людей обладает более чем одним креативным стилем.

## **Практические задания**

### **Задание 1**

Представьте, что Вы в поисках вакансии и прочитали объявление о наборе в организацию специалистов своего профиля. Необходимо составить резюме и представить его работодателю.

*Методические указания:* резюме – информация о себе, представляемая соискателем работодателю. Удачное резюме может стать поводом для интервью, то есть личной встречи с работодателем или его представителем. Резюме должно соответствовать определенным требованиям: резюме должно быть кратким, но при этом максимально информативным, в нем не должно быть длинных предложений, пассивных форм. Приведем примерную форму резюме.

Ф.И.О., адрес, телефон	
Личные сведения	Возраст Семейное положение
Цель	Опишите, на какую должность вы претендуете, ваши пожелания по поводу будущей работы
Образование в обратном хронологическом порядке	20xx–20xx гг. (укажите год выпуска) Факультет, основные дисциплины Укажите также любое дополнительное образование
Опыт работы в обратном хронологическом порядке	20xx–20xx гг. Название организации Должность, основные обязанности, укажите иностранные языки, которыми вы владеете, и уровень их знания
Навыки работы на компьютере	Укажите программное обеспечение, которым вы владеете
Дополнительные сведения	Наличие водительских прав Общественная деятельность
Интересы	

## Задание 2

Определите «фрейм времени».

Есть понятие стратегического планирования (блочно, большими интервалами), есть понятие оперативного планирования (шаги). На какой этап вы ставите себе долгосрочные цели? Фрейм – субъективная категория, временной отрезок, на который строятся планы. Например, через 5 лет я куплю квартиру, через год я поеду на море. То есть на этот срок вы четко знаете, сколько вам надо денег, на какой срок нужен отпуск. Вы уже планируете детально. Подумайте о том, каков ваш фрейм времени. То, какой срок вы планируете

блочно и с какого срока вы начинаете прописывать детально. Укажите эти сроки:

фрейм времени стратегический \_\_\_\_\_

фрейм времени оперативный \_\_\_\_\_

### **Задание 3**

С помощью методики А. Мехрабиана «Измерение мотивации достижения» (женской или мужской формы) проведите самодиагностику мотивов стремления к успеху и избегания неудач.

### **Задание 4**

Выявите доминирующие мотивы трудовой деятельности с помощью методики «Иерархия мотивов труда» (Г. В. Резапкина).

### **Задание 5**

Проанализируйте свои карьерные ориентации с помощью методики «Якоря карьеры» (Э. Шейн).

### **Задание 6**

Проанализируйте предложенные ниже упражнения для развития креативности и выберите те из них, которые считаете наиболее эффективными для себя. Свой ответ обоснуйте.

*Упражнение «Два случайных слова».* Возьмите с полки толковый словарь или любую книгу. Выберите наугад любые два слова. А теперь проанализируйте эти слова, поищите взаимосвязи, постарайтесь между ними найти что-нибудь общее, придумайте историю с этими словами, которая их связала бы воедино.

*Упражнение «Безумства архитектора».* Вам предстоит построить очень удивительный дом. Возьмите листок бумаги и запишите 10 самых разнообразных существительных. Эти слова – пожелания вашего заказчика к проектировке и постройке его дома. Например, вы записали помидор, рыба, подсолнух и т. п. Как эти слова соотносятся с проектом и строительством дома? Возможно, «помидор» – это красная крыша дома, «рыба» – это пруд около дома, «подсолнух» – это стиль кантри в оформлении интерьера или занавески с этими цветами. Придумайте как можно больше ассоциаций.

*Упражнение «Презентация мира».* Пусть каждый напишет на карточке название предмета. Это могут быть такие слова, как «стол»,

«письмо», «кисть» и т. п. Затем все карточки собираются и перетасовываются и выдаются участникам. Каждому игроку дается несколько минут на то, чтобы он составил презентацию или описание этого предмета, не называя его напрямую, то есть составить загадку о том предмете, который записан на карточке. Например, со словом «кисть» можно придумать такую загадку: этот предмет помогает гениальным людям передать красоту мира.

*Упражнение «Перевертыши».* По дороге домой вам встречается масса вывесок, объявлений, и наши глаза их невольно читают. А попробуйте прочесть эти вывески задом наперед. Например, «Салон красоты» – «ытосарк нолаС», «Универмаг» – «гамревинУ» и тому подобное. Так вы избавитесь от стереотипного мышления.

*Упражнение «Утро начинается вечером».* Попробуйте прочесть книгу с последних страниц. Читая книгу таким способом, вы привыкаете к мысли, что в жизни бывают абсолютно невероятные решения, что все может быть совершенно не так, как вы привыкли.

*Упражнение «Необычное в обычном».* Нас окружают сотни предметов, и у каждого есть свое предназначение. Вот стул – на нем сидят, вот стол – за ним едят, а попробуйте этим обычным предметам найти другое применение. Например, возьмите стул и придумайте 10 способов его использования, но это вовсе не значит, что на стуле можно стоять или им бороться, кидать. Подумайте креативнее. Например, стул можно разобрать, сделать прикроватный столик, табурет и тому подобное. Таким образом, поищите применение всем окружающим вас предметам.

*Упражнение «Стимуляция потока мыслей».* Возьмите какой-нибудь предмет, например, яблоко. С чем или с кем его можно ассоциировать? С яблоней, с партией «Яблоко», с мячом, с Евой и т. п. Уделите такому занятию хотя бы несколько минут в день.

*Упражнение «Слова вовсе не такие, как нам кажутся».*

Возьмите лист бумаги и запишите на него любое слово, какое придет на ум. Представьте, что это слово – аббревиатура, и расшифруйте каждую ее букву, но так, чтобы расшифровка была логичной и имела смысл. Например: слово «сила». Расшифровываем его так: самый интригующий лабиринт Африки.

## Список использованных источников

1. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.
2. Базавлуцкая, Л. М. Управление карьерой : учебное пособие / Л. М. Базавлуцкая, Е. А. Гнатышина, Ю. В. Лысенко. – Челябинск : Изд-во ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2019. – 81 с.
3. Бордовская, Н. В. Педагогика : учебник для вузов / Н. В. Бордовская, А. А. Реан. – СПб. : Питер, 2006. – 268 с.
4. Гершунский, Б. С. Философия образования для XXI века : в поисках практико-ориентированных образовательных концепций / Б. С. Гершунский. – М. : Совершенство, 1998. – 697 с.
5. Жук, О. Л. Педагогика : учебно-метод. комплекс для студентов пед. специальностей / О. Л. Жук. – Минск : БГУ, 2003. – 465 с.
6. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального образования : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Э. Ф. Зеер. – М. : Издательский центр «Академия», 2013. – 416 с.
7. Иващенко, Ф. И. Психология воспитания / Ф. И. Иващенко. – Минск : Вышэйшая школа, 2006. – 189 с.
8. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 960 с.
9. Ильин, Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 434 с.
10. Куликова Т. А. Семейная педагогика и домашнее воспитание / Т. А. Куликова. – М. : Издательский центр «Академия», 1999. – 232 с.
11. Лингарт, Й. Процесс и структура человеческого учения / Й. Лингарт. – М. : Прогресс, 1970. – 686 с.
12. Маркова, А. К. Формирование мотивации учения : книга для учителя / А. К. Маркова, Т. А. Матис, Б. А. Орлов. – М. : Просвещение, 1990. – 192 с.
13. Минюрова, С. А. Психология самопознания и саморазвития / С. А. Минюрова. – Екатеринбург: [б. и.], 2013. – 316 с.
14. Моляко, В. А. Психология творческой деятельности / В. А. Моляко. – Киев : Знание, 1978. – 45 с.
15. Оганесян, Н. Т. Практикум по психологии творчества / Н. Т. Оганесян. – М. : Флинта: МПСИ, 2007. – 528 с.
16. Психология человека от рождения до смерти / под общ. ред. А. А. Реана. – М. : Издательство АСТ, 2015. – 656 с.

17. Реан, А. А. Психология личности / А. А. Реан. – СПб. : Питер, 2017. – 286 с.
18. Сотникова, С. И. Управление персоналом: деловая карьера / С. И. Сотникова. – М. : РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 328 с.
19. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология / Н. Ф. Талызина. – М. : Издательский центр «Академия», 1998. – 288 с.
20. Хьел, Л. Теории личности / Л. Хьел, Д. Зиглер. – СПб. : Питер, 2014. – 608 с.
21. Шершнёва, Т. В. Мотивы учебно-профессиональной деятельности студентов / Т. В. Шершнёва // Современные технологии в образовании : материалы научно-практической конференции, г. Минск, 24–25 ноября 2016 г. : в 2 ч. / БНТУ; редкол. : Б. М. Хрусталева (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БНТУ, 2016. – Ч. 1. – С. 167–173.
22. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 2015. – 672 с.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Введение</b> .....	3
<b>Раздел 1. Развитие, обучение и воспитание личности</b> .....	4
1.1. Понятие личности в психологии. Психологическая структура личности .....	4
1.2. Развитие личности .....	12
1.3. Учебная деятельность как особый вид деятельности, направленный на самоизменение и саморазвитие личности .....	16
1.4. Воспитание как социальное явление, реализующее функцию подготовки подрастающего поколения к самостоятельной жизни и труду в современном обществе .....	21
1.5. Семейное воспитание .....	30
Практические задания .....	35
<b>Раздел 2. Акмеолого-педагогические основы личностного и профессионального развития</b> .....	43
2.1. Акмеологические основы самосовершенствования личности .....	43
2.2. Эффективные способы построения профессиональной карьеры .....	44
2.3. Основные принципы и техники тайм-менеджмента .....	48
2.4. Творческий потенциал личности и его развитие .....	50
Практические задания .....	55
Список использованных источников .....	59

Учебное издание

**ШЕРШНЁВА** Татьяна Викторовна  
**ОСТРОВСКИЙ** Сергей Николаевич  
**ГАУРИЛЮС** Анастасия Игнатьевна [и др.]

## **ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

Пособие

для студентов специальностей 1-27 01 01  
«Экономика и организация производства (по направлениям)»,  
1-70 01 01 «Производство строительных изделий и конструкций»,  
1-70 02 01 «Промышленное и гражданское строительство»,  
1-69 01 02 «Архитектурный дизайн»

Редактор *В. И. Акулёнок*  
Компьютерная верстка *Н. А. Школьниковой*

Подписано в печать 10.12.2020. Формат 60×84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Бумага офсетная. Ризография.  
Усл. печ. л. 3,60. Уч.-изд. л. 2,82. Тираж 100. Заказ 384.

Издатель и полиграфическое исполнение: Белорусский национальный технический университет.  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя, распространителя  
печатных изданий № 1/173 от 12.02.2014. Пр. Независимости, 65. 220013, г. Минск.