

*Для родителей учащихся 9-11 классов*  
**в рамках программы Родительского университета**  
**«Мой ребенок - старшеклассник»**

**Самовоспитание старшеклассников  
как условие нравственного воспитания**

Процесс самовоспитания наиболее активно протекает в подростковом, старшем школьном возрасте. Основную роль в организации самовоспитания подростка играет педагогическое воспитание в школе и семье.

Невозможно оторвать друг от друга понятия воспитание и самовоспитание, это две стороны одного и того же процесса, имеющий одни и те же цели. Как воспитание невозможно организовать без самовоспитания объекта воспитательного процесса, так и самовоспитание школьника - подростка было бы проблематично без педагогического воспитания.

**Можно выделить следующие параметры самовоспитания:**

- направленность, т.е. мотивы работы над собой.
- содержание (умственное, физическое, нравственное, трудовое, эстетическое, волевое, профессиональное, комплексное).
- устойчивость (случайное, эпизодическое, постоянное).
- эффективность в формировании личности (выполняет функции главные и вспомогательные).

Рассматривая самовоспитание как фактор развития творческих способностей личности подростка, старшеклассника следует отметить, что все известные личности в области науки, политики, шоу-бизнеса, придерживаются мнения, что своему успеху они обязаны упорством и стремлением к результату лучшему, чем у соперника или конкурента.

Как известно, человек подвергается воспитанию с самого рождения и практически до самой смерти. Хотя сила этого воспитательного воздействия, естественно, изменяется в зависимости от возраста, социального положения и статуса и так далее. В педагогике наряду с воспитанием значимое место выделяется и самовоспитанию. Считается, что воспитание без самовоспитания не возможно. Поэтому для определения роли самовоспитания в развитии личности мы начинаем именно с воспитания, как неотъемлемой части человеческой жизни.

Говоря описательно, воспитание в развитии личности выступает важным фактором наряду с наследственностью и средой. Оно обеспечивает социализацию личности, программирует параметры ее развития с учетом многогранности воздействия различных факторов. Воспитание — спланированный, долгосрочный процесс специально организованной жизни детей в условиях обучения и воспитания. Ему присущи такие функции:

- диагностика природных задатков, теоретическая разработка и практическое создание условий их проявления и развития;

- организация учебно-воспитательной деятельности детей;
- использование положительных факторов в развитии качеств личности;
- содержания воспитания, средств и условий социальной среды;
- воздействие на социальные условия, устранение и преобразование негативных средовых влияний;
- формирование специальных способностей, обеспечивающих приложение сил в разных сферах деятельности: научной, профессиональной, творческо-эстетической, конструктивно-технической и т.д.

Воспитание и самовоспитание личности во многом сводится к постепенному формированию готовности реагировать на что-либо должным образом, иными словами, к формированию установок, полезных для человека и для общества. Уже в раннем детстве родители сознательно и бессознательно формируют образцы поведения, установки: «Не плачь — ты мужчина», «Не пачкайся — ведь ты девочка» и т.п., т.е. ребенок получает эталоны «хорошего — плохого». И к тому возрасту, когда мы начинаем себя осознавать, мы находим у себя в психике массу закрепившихся чувств, мнений, взглядов, установок, которые оказывают влияние и на усвоение новой информации, и на отношение к окружающему. Эти часто неосознаваемые установки действуют на человека с огромной силой, заставляя воспринимать и реагировать на мир в духе установок, усвоенных с детства.

**Самовоспитание** — деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями. Самовоспитание предполагает определенный уровень развития личности, ее самосознания, способности к ее анализу при сознательном сопоставлении своих поступков с поступками других людей. Отношение человека к своим потенциальным возможностям, правильность самооценки, умение видеть свои недостатки характеризуют зрелость человека и являются предпосылками организации самовоспитания. Самовоспитание предполагает использование таких приемов, как самообязательство; самоотчет; осмысление собственной деятельности и поведения; самоконтроль.

Самовоспитание осуществляется в процессе самоуправления, которое строится на основе сформулированных человеком целей, программы действий, контроля за выполнением программы, оценки полученных результатов, самокоррекции.

### **К методам самовоспитания относятся:**

- 1) самопознание;
- 2) самообладание;
- 3) самостимулирование.

**Самопознание включает:** самонаблюдение, самоанализ, самооценивание, самосравнение.

**Самообладание** опирается на: самоубеждение, самоконтроль, самоприказ, самовнушение, самоподкрепление, самоисповедь, самопринуждение.

**Самостимулирование** предполагает: самоутверждение, самоободрение, самопоощрение, самонаказание, самоограничение.

Подросток не выступает в качестве пассивного объекта воспитательных воздействий. У него формируется внутренняя позиция к этим воздействиям, в зависимости от которой он может или активно работать над своим совершенствованием (саморазвитием) или оставаться пассивным.

Работа по нравственному самовоспитанию результативна при системном подходе, предполагающем педагогическую диагностику; использование разнообразных методов самовоспитания; включение самого себя в социальные и внутри коллективные отношения; интенсивное привлечение к деятельности с учетом имеющихся у себя положительных качеств и способностей; формирование объективной самооценки; обучение методике самостимуляции положительного поведения (самовнушение, самоодобрение, самоосуждение).

### **Правила, способствующие самовоспитанию для подростков:**

#### **Пять «надо»:**

1. Всегда помогать родителям.
2. Выполнять требования учителей учиться добросовестно.
3. Быть честным.
4. Подчинять личные интересы коллективным.
5. Всегда и всюду проявлять добросовестность.

#### **Пять «можно»:**

1. Веселиться и играть, когда работа сделана на «отлично».
2. Забывать обиды, но помнить, кого и за что ты обидел сам.
3. Не унывать при неудачах; если упорен, все равно получится !
4. Учиться у других, если они лучше тебя трудятся.
5. Спрашивать, если не знаешь, просить помочь, если не справляешься сам.

#### **Это нужно тебе самому!**

1. Быть честным! Сила человека в правде, слабость его — ложь.
2. Быть трудолюбивым! Не бояться неудач в новом деле. Кто упорен, тот из неудач создаст успех, из поражений выкует победу.
3. Быть чутким и заботливым! Помни, к тебе будут хорошо относиться, если ты к другим хорошо относишься.
4. Быть здоровым и чистоплотным! Занимайся утренней гимнастикой, закаляйся, мойся до пояса холодной водой каждый день, следи за чистотой рук, час в день выделяй на прогулки и еще час отдай труду или спорту.
5. Быть внимательным, тренировать внимание! Хорошее внимание оберегает от ошибок в учении и неудач в игре, труде, спорте.

#### **Этого делать нельзя!**

1. Учиться без старания, лениво и безответственно.
2. Грубить и драться со сверстниками, обижать младших.
3. Терпеть у себя недостатки, иначе они тебя самого уничтожат. Будь сильнее своих слабостей.

4. Проходить мимо, когда рядом обижают малыша, издеваются над товарищем, нагло лгут в глаза честным людям.
5. Критиковать других, если сам страдаешь подобным же недостатком.

### **Пять «хорошо»:**

1. Уметь владеть собой (не теряться, не трусить, не выходить из себя по пустякам)
2. Планировать каждый свой день.
3. Оценивать свои поступки.
4. Сначала думать, а потом делать.
5. Браться вначале за самые трудные дела.

*В.Гете утверждал: «Умный человек не тот, кто много знает, а кто знает самого себя».*

### **Что дает человеку знание самого себя?**

1. Объективно оценить себя, свои возможности и способности. Исходя из этого, определить цели жизни.
2. Не допускать ошибок, разочарований, необоснованных претензий, крушения жизненных планов.
3. Определить свое призвание, безошибочно выбрать профессию.
4. Не претендовать на особое внимание к себе со стороны окружающих; скромность и достоинство — показатели объективной самооценки.
5. Искать причины неприятности в себе, а не в других.

### **Пути самопознания:**

1. Судите о себе по делам. Успех в работе — это показатель ваших достоинств, неудачи — характеризуют ваши слабости и недостатки.
2. Сравнивайте себя с другими, но не с теми, кто хуже, а с теми, кто лучше вас.
3. Прислушайтесь к критике в свой адрес:  
если критикует один — задумайтесь,  
если два — проанализируйте свое поведение,  
если три — переделывайте себя.
4. Сравнивайте свое мнение с мнением о вас со стороны. Относитесь к себе требовательнее, чем к другим. Враг ваших недостатков — ваш друг.

Цель самовоспитания исходит из мотивов, побуждающих к работе над собой и желаний, стремлений человека. Без цели не может быть начато ни одно дело, в том числе и самовоспитание. Но надо иметь, конечно, достаточно здравого смысла, чтобы ставить себе задачи по силам. Иначе, неосуществимые, нереальные надежды могут привести к обратному эффекту, к неуверенности в своих силах.

Самовоспитание человека состоит в том, что человек есть самоценность. В природе человека заложен потенциал к непрерывному развитию, стремление к самоактуализации. Главное в любой личности — устремленность ее в будущее. С этой точки зрения прошлое не является основанием для окончательной оценки человека как личности. Внутренний феноменальный мир человека влияет на его поведение не в меньшей (а иногда и в большей) мере, чем внешний мир и внешние воздействия.