

## ПІЗНАВАЛЬНО-ВИХОВНА ІНФОРМАЦІЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ САМОСВІДОМОСТІ УЧНІВ ПТНЗ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Марія Карп'юк  
(Київ, Україна)

*У статті розглядається питання щодо необхідності вводити в навчально-виховні форми роботи з професійною молоддю ПТНЗ різноманітну інноваційну інформацію, що спрямована на самоактуалізацію, самопізнання та розвиток самосвідомості майбутніх кваліфікованих робітників – девізи, афірмації, медитації, молитви, спрямовані на гармонізацію внутрішнього світу майбутнього кваліфікованого робітника.*

**Ключові слова:** само актуалізація, самопізнання, самосвідомість, гармонізація, багатомірність, афірмація, візуалізація, медитація, молитва, релаксація, саморегуляція, заклики, девізи.

*В статье рассматривается вопрос о необходимости вводить в учебно-воспитательные формы работы с профессиональной молодежью ПТУЗ разностороннюю инновационную информацию, направленную на самоактуализацию, самопознание и развитие самосознания будущих квалифицированных работников – девизы, афирмации, медитации, молитвы, направленные на гармонизацию внутреннего мира будущего квалифицированного работника.*

**Ключевые слова:** самоактуализация, самопознание, самосознание, гармонизация, многомерность, афирмации, визуализация, медитация, молитва, релаксация, саморегуляция, призывы, девизы.

### **Cognitive educate information as mean of development of consciousness of students of PTV in the process of professional communicative co-operation**

*The problem of the necessity to introduce into educational forms of work with professional youth of PTV different innovative information directed to the self-actualization, self-knowledge and development of self-consciousness of the future qualified workers – mottoes, affirmations, meditations, prayers, directed to the harmonization of the inner world of the future qualified worker is considered in this article.*

**Key words:** self-actualization, self-knowledge, self-consciousness, harmonization, multi-measuring, affirmation, visibility, meditation, prayer, relaxation, self-regulation, appeals, mottoes.

**Постановка проблеми.** Серед багатьох проблем, які висуває перед нами сьогодення з перспективою врахування вимог майбутнього, професійна освіта є необхідною умовою, щоб дати людству шанс і можливість еволюціонувати до миру, гармонії, толерантності, свободи, творчої самореалізації в умовах соціальної справедливості [4, с. 12-13]. У період становлення інформаційного суспільства доцільно поглиблювати знання учнівської молоді про інноваційну інформацію, формувати в кожній особистості вміння користуватися новими даними, нагромаджувати їх, інтегрувати, впорядковувати, класифікувати, ефективно користуватися ними в конкретних життєвих ситуаціях. Усе очевиднішим стає розуміння того, що освітянський продукт – конкретна особистість – має бути належно підготовленою не лише до активної високопрофесійної діяльності: вона має бути готовою розвивати свій духовно-екологічний, морально-етичний, культурно-ціннісний, ментально-

гендерний і професійний потенціал протягом всього життя. Інакше кажучи, основи безперервного розвитку потенціалу «людського капіталу» мають бути ефективно закладені професійною освітою на кількох рівнях, перш за все: **особистісному, мікроекономічному та макроекономічному.**

На **особистому рівні** майбутній кваліфікований робітник, отримавши знання та навички, професійну підготовку й певний практичний досвід, має бути здатним не лише надавати виробничі послуги іншим людям, але й бути здатним допомагати самому собі в різних складних життєвих ситуаціях: виводити себе без надмірної затрати власної енергії з стресового стану; **нейтралізувати** соціально-професійні та родинні конфлікти; **гармонізувати** взаємовідносини в сім'ї та на виробництві; **надавати допомогу** власному здоров'ю; знати техніки профілактичного самооздоровлення та релаксації; ефективно співпрацювати в суспільстві та з колегами по професії на основі законів синергії; **домагатися успішної самореалізації в усіх сферах життєдіяльності** з найменшою затратою власних психоенергетичних ресурсів тощо.

**Актуальність задекларованої теми дослідження** мотивується цілим рядом факторів, зокрема: а) кризовим станом розвитку планетарного людства; б) переважно звужено-фрагментарним розумінням природи особистості, що традиційно продукується в антропологічній, філософській, соціологічній та психолого-педагогічній літературі; в) вульгарно-меркантильною й агресивно-споживацькою психологією нашого сучасника; г) знеціненням та ігноруванням етнокультурних цінностей і традицій; д) фрустрацією масової свідомості; е) фізично-психологічна деградація молодого населення, що проявляється в самогубствах, душевних захворюваннях, пияцтвах, знеціненні морально-етичних норм поведінки в суспільстві й родині, зростанні наркозалежності, різноманітних маніакальних насильствах, збоченнях, звірствах; є) криміналізацією соціально-економічних відносин у соціумі; ж) антагонізацією соціально-правових структур, організацій, інституцій; з) створенням людством смертельної загрози своєму існуванню тощо.

**Аналіз науково-методичної літератури засвідчує**, що проблема вивчення особистості учня в умовах професійного становлення постійно вивчалася й вивчається в різних аспектах філософами, психологами, педагогами, соціологами, культурологами, майстрами виробничого навчання (А.С.Макаренко, В.О.Сухомлинський, С.Я.Батищев, Г.Ващенко, Г.Васянович, Ш.О. Амонашвілі, І.А. Зязюн, Г.С.Костюк, В.П. Казначеев, Н.Г. Ничкало, В.П. Андрущенко, В.М. Галузинський, А.І. Кузьмінський, О.В.Чалий, О.А.Донченко, В.В.Крижко, В.О.Радкевич, В.С.Лутай, Л.Д.Бевзенко, І.В.Єршова-Бабенко, І.С.Добронравова, В.С.Крисаченко, Г.І.Шипов, М.М.Моїсеев, І.Д.Бех, О.В.Скрипч, Д.О.Закатнов, Н.В.Маслова, І.З.Цехмістро, Б.О.Астафьев, Л.Л.Сушенцева, І.Р.Пригожин, О.О.Наумкін, М.В.Савчин, В.О.Моляко, В.Г.Кремень, В.А.Роменець, В.В.Ягупов, С.Д.Максименко, В.Ф.Моргун, М.Б.Євтух, В.А.Мосіяшенко, Т.Г. Тюріна, Т.В.Черкашина, С.Г.Карпенчук, А.М.Алексюк, С.У.Гончаренко, В.Ф.Калошин, М.Г.Стельмахович, В.Л.Омеляненко, І.М.Цимбалюк, М.Д.Ярмаченко, Л.Л.Карамушка, Е.О.Помиткін, Л.Е.Орбан-Лембрик, В.В.Москаленко, М.М.Філоненко, І.Т.Кучерявий, О.Г.Куцел та ін.).

Психолінгвістичні, психолінгвосинергетичні, психолінгвосугестивні, сугестопедагогічні аспекти, виділившись у прошарок когнітивно-інформаційних міждисциплінарних знань, сприяють, на базі теоретично-діагностичних узагальнень дослідників (О.О.Потебня, Л.С.Виготський, С.Л.Рубінштейн, О.О.Леонтьєв, Б.Г.Ананьєв, П.К.Анохін, Т.В.Ахутіна, М.М.Бахтін, М.Ф.Алефіренко, О.М.Леонтьєв, Б.І.Білий, В.П.Белянін, Г.І.Богін, В.В.Волков, О.Ф.Бондаренко, П.Я.Гальперін, І.М.Горелов, К.Ф.Сєдов, К.І.Горошко, Т.М.Дрідзе, М.І.Жинкін, О.О.Залевська, Ю.М.Караулов, С.Д.Кацнельсон, О.П.Клименко, М.М.Копиленко, В.В.Красних, Д.Б.Ельконін, Л.І.Божович, В.О.Запорожець, В.В.Давидов, В.І.Зінченко, О.Р.Лурія, І.О.Зимня, О.О.Селіванова, Н.П.Бехтерєв, Ф.С.Бацевич, В.П.Мусієнко, В.В.Жайворонок, Н.Ф.Непийвода, В.Ф.Петренко, В.М.Русанівський, О.М.Шахнарович, Д.І.Терехова, Т.М.Ушакова, Г.О.Балл,

С.І.Болтівець, О.Ф.Бондаренко, Л.В.Засекіна, О.М.Корніяка, О.М.Лозова, Н.Д.Павлова, І.М.Румянцева, Н.В.Чепелева, Ю.М.Швалб, Т.В.Радзієвська, С.Н.Цейтлін, Л.О.Ставицька, Л.О.Калмикова, О.М.Холод, Л.С.Піхтовнікова, О.В.Тарасова, В.О.Пищальникова, С.С.Пальчевський, Г.К.Лозанов, В.Ф.Моргун, К.Р.Роджерс та ін.), формуванню в мовної особистості цілісного (холістичного, ноосферного) світогляду, що надзвичайно актуально з огляду на потребу поглиблювати якість самосвідомості членів планетарного соціуму, бо не можна конструктивно еволюціонувати, керуючись застарілими стереотипами.

**Мета статті.** 1. Обґрунтувати необхідність більш послідовно й системно вводити у виховні форми роботи з професійною молоддю ПТНЗ різноманітну пізнавально-креативну інформацію, що спрямовується на розвиток самоконтролю, саморегулювання, саморелаксації, само оздоровлення, на розширення й поглиблення самосвідомості майбутніх кваліфікованих робітників. 2. Подати різні типи розвивально-пізнавальної інформації, що здатні виконувати креативну функцію стосовно оновлення самосвідомості професійної молоді в трансформаційних умовах сьогодення.

**Виклад основного матеріалу.** Час, у який ми живемо, – це час переходу від однієї еволюційної сходинки до іншої, вищої – від людини розумної до людини духовної, Такі переходи відбуваються при зміні людських рас. Кожна така зміна супроводжується космопланетарними катаклізмами. Це очищення від догматизму, застарілих стереотипів, штампів, рутини, егоїстичних і меркантильних «розумувань» міщансько-побутового рівня необхідне, щоб нова молода раса могла ефективно розвиватися. Найголовнішою й невід’ємною частиною (крім, звичайно, збереження планети та життя на ній) цього складного багатомірного процесу **закладки зерна** щасливого майбутнього людства є молоде покоління, Завдання педагогів, батьків, методистів, вихователів – обачно й мудро, турботливо й толерантно формувати це майбутнє в особі дитини, учня, студента. Особливої уваги потребує питання щодо розвитку самосвідомості підростаючого покоління. Адже не можна не помічати, що в сучасній цивілізації – **головне це мати, чимось володіти, а в новій – це віддавати, співпрацювати, колективно творити простір радості, вдячності, любові.** Лозунг сучасної людини – **змагання, поборовання** один одного аж до ворожнечі, прокльонів, агресії, війни; логіка **людини** завтрашнього дня – це взаємодопомога, мудрість, доброзичливість, **любов**, розуміння власного призначення в земному житті, знання Законів Всесвіту та своєї природи. На жаль, треба визнати, що сучасне планетарне людство – **руйнівник**, а нове – **творець**, що орієнтується на реальні закони світу. Теперішня раса земних людей управляється **інтелектом**, що реалізований всього від 2% – до 8% – 10%, – а майбутня цивілізація буде управлятися **інтуїцією**, що приносить необмежене істинне пізнання й розуміння себе, свого потенціалу. Сучасне людство має багато релігій, що постійно не просто дискутують між собою, а запекло ворогують (чи стають заручниками політичних маніпуляцій, смаків чи «розборок»), нова ж генерація людей сформує нову світоглядну ідеологію, єдину систему вірування, яка буде виконувати єдину істинну функцію: **спосіб зв’язку з вищими світами, з першопричиною виникнення життя. І цей зв’язок буде проявлений у кожній особистості індивідуально й безпосередньо.** Поступово відпаде потреба в догматах, доктринах, обрядах, ритуалах, вульгарно-спрощених віруваннях: діти (а згодом, – і дорослі) нестимуть цей зв’язок з Вищими Рівнями Універсаму в собі як природну й закономірну норму життя. Сучасна раса людей Землі характеризується роз’єднаністю, агресивністю (війни, насилля, каліцтва, знецінення й визискування людини людиною стали нормою соціально-політичних та міждержавних стосунків). Нова раса громадян нашої планети будуть відзначатися толерантністю, прозорливістю, мудрістю, єдиноклітністю: людина врешті-решт буде не просто декларувати високі ідеали, а **жити відповідно до них**, усвідомлюючи Закон Всеєдності, взаємозв’язаності, все цінності творчого потенціалу, який різноманітно представлений в кожній особистості від народження, в кожній неповторній монаді. Уільям Тіллер зазначає, що більшість сучасних учених настільки загрузли в загальноприйнятій спрощено-

матеріалістичній світоглядній парадигмі й усталеному погляді на Природу, на стан справ у Всесвіті, що, фактично, вибудували собі тюрму з власних упередженостей, з власних забобонів. І якщо ти подаєш експериментальні дані, що суперечать їх уявленням, таким ученим хочеться, щоб таких даних не стало, і вони кладуть їх під сукно. Вони не дозволяють тобі друкуватися й стараються перекрити всі засоби комунікації: так їм спокійніше. На жаль, так було завжди. Людині затишніше в атмосфері світосприйняття, яке узвичаїлося, набрало статусу норми. Усе нове викликає відчуття дискомфорту: адже приходится змінювати образ мислення. Уільям Тіллер на одну дуже важливу причину, чому необхідно змінити існуючу парадигму мислення в сучасній науці: « У сьогоdnшній парадигмі зовсім нема місця для свідомості, намірів, емоцій чи духу. Одначе наші досліди показують, що свідомість може дуже суттєво впливати на фізичну реальність, і це означає, що необхідна кардинальна зміна усталеної парадигми мислення, яка повинна буде включити в себе свідомість. А для того, щоб для неї знайшлося місце, сучасні уявлення про структуру Всесвіту мають бути суттєво розширені» (1, с. 43. Однією з найважливіших істин про парадигми знань полягає в тому, що **вони змінюються**. Особливо це стосується науки, яка становить собою один неперервний проект інтелектуальних поглядів, теорій, припущень, узагальнень, де кожне покоління користується плодами праці попередників. Тут парадигма знань еволюціонує по мірі того, як старі знання виявляються помилковими чи неповними. Наука безперестанку змінюється, формуючи нові моделі й конструкції на фундаменті старих. Та сила й велич науки саме в тому, що вона рухається, еволюціонує, трансформується. Біда в тому, що інколи науковці збиваються на нетерпимо-ортодоксальну позицію щодо «інакомислячих», піддаючи обструкції їх аргументи й логіку світобачення. Отже, в кожній епохи є свій характерний світогляд, своя парадигма знань, і кожна в кінці кінців породжує наступну, що наближає нас до більш точної істини про те, що наше уявлення стосовно реальності залежить лише від нас, від нашого рівня розвитку власного інтелектуально-креативного потенціалу.

Перед сучасним інтелектом науковців (як і людства в цілому) стоїть завдання усвідомлювати, що корені усіх форм розумово-пізнавальної діяльності людини знаходяться в Світобудові й космопланетарній природі самої людини та включені в єдиний космічний розум – Логос. Показовим є й те, що прогресивна наука ХХ століття завершилася визнанням тонких світів і Вищих Сил, які виконують управлінську функцію щодо всіх процесів, які відбуваються на планеті Земля, в тому числі й щодо походження звукової мови того чи іншого етносу. Прийшов час усвідомлювати не лише фізичний рівень реальності, але й невидимі, енергоінформаційні, щоб, нарешті, діяти, жити, творити, розвиватися, пізнавати самих себе та світ, враховуючи Закони Світобудови. Згадаймо й те, як ще А.Ейнштейн підкреслював, що відкриття в науці здійснюються зовсім не логічним шляхом, бо в логічну форму вони оформляються тільки протягом викладу. Відкриття, навіть найменше, – це завжди осяяння. Потужний аналітик В.А.Нюхтілін також послідовно й аргументовано доводить думку про те, що а) « ... знання даються Ним, а не народжуються нашими головами...»; б) «... нас цікавить ... підкидання ідей Богом людству з якоюсь метою...»; в) «По замовленню нічого нового придумати не вдається... уся узагальнена історія науки не дає нам ніякого приводу говорити про те, що помимо моментів привнесення знань Зверху є ще яка-небудь логіка їх появи...» [6, с.20]. Ці міркування наведені з тою метою, щоб привернути увагу до того факту, що наші далекі прашури також отримували знання Зверху, як і ми отримуємо зараз ченнеленгові інформації на рубежі ХХ – ХХІ століття, коли настав час збагачувати свої знання новою інформацією; коли Вищий Розум відкриває людству нові істини про будову надтонких світів; про Закони, за якими вони побудовані й функціонують; про людину як космопланетарну сутність. Стає зрозуміло, що людина й середовище, яке її оточує, знаходиться в розумному інформаційному просторі, в спільній колективній свідомості. Це поле навколо людини та всередині неї. Воно наповнене думками й словами, звуками й буквами, знаками й числами,

світлом і кольором, вібраціями й імпульсами, емоціями й бажаннями, пристрастями й мріями, намірами й конкретними енергорухами, енергопоштовхами, енергозбуреннями, енерготрансформаціями.

Отже, ми стоїмо перед необхідністю формувати, розвивати якісно нову колективну свідомість з урахуванням інноваційних знань, які передаються землянам Вищим Розумом. Суть будь-якої істинної науки – це вміння вивчати, аналізувати, включаючи в науковий обіг й інформацію з надтонких світів. Це допоможе нам, з одного боку. Не абсолютизувати власні здобутки, а з другого, – вчитися співпраці, співтворчості з представниками Вищого Розуму – Учителями земного людства, бо така специфіка перехідного моменту. Суть справжньої науки і в тому, щоб, озброївши людей (особливо учнівського віку, що перебувають у процесі професійно-особистісного становлення) найбільш прогресивними знаннями, допомагати їм учитися **успішно управляти власним життям** відповідно до реально існуючих Законів у Природі, а також само реалізовуватися за тими генетично-інформаційними програмами, що наявні в кожній мовній особистості на клітинному рівні. Така синкретизація різновекторних, але існуючих **цілісно** знань допоможе зрозуміти, що: 1. Інформація стає головним ресурсом науково-технічного, соціально-економічного й духовно-екологічного розвитку планетарного суспільства. 2. Інформація є першоосновою світу, бо в основі всього – вона. 3. Те, що ми відчуваємо, бачимо, чуємо, сприймаємо, промовляємо, створюємо, – усе це конкретні форми, інформаційно-кодові структури й види матеріалізованої та дематеріалізованої інформації, а наше життя є її феноменом. 4. Інформація (в тому числі і в формах різних етномов) – це загальний єдиний законопроцес фундаментальних **відношень, відносин, зв'язків, взаємодій та взаємозв'язків енергії, руху, маси** (та антимаси) мікро- й макроструктур Всесвіту. 5. Світ – інформаційний, Всесвіт – інформаційний; первинне – інформація, вторинне – матерія. Не буття визначає свідомість, а **інформація визначає буття матерії**. 6. Об'єктом інформації є єдиний розподілений інформаційно-сотовий простір Всесвіту з мікро- та макромірними процесами й технологіями, що в ньому відбуваються, на взаємодію з якими має вийти людина ХХІ століття. 7. Першоосновою Природи є фундаментальний мікро- та макромірний автоінформгенезис [5; 7], що потребує від науковців виходити за межі вузькопредметної спеціалізації, оволодіваючи інтегрально-синергетично методологією, що сприяє формуванню цілісного міждисциплінарного світобачення – холістичного, лінгвоантропокосмологічного. Це допомагає в кінцевому результаті трансформації фрагментарної логіки дискретного мислення в логіку багатомірної всеєдності, детермінованої Законами Всесвіту. Щоб не плутатися в людських домислах приймемо **важливу позицію визнання Вищих Учителів земного людства, Вищого Космічного Розуму (Першопричина Буття, Творець, Абсолют, Бог), а також надтонкого світу, який залишається за межами сприйняття більшої кількості землян. Людина багатомірна.** Створена за фрактальною подібністю до Вищих Сутей. Природа людини дуальна, тобто в багатомірній структурі людини є духовне начало, або душа, й матеріальне начало, або тваринне, низьковібраційне начало. Розум людини є полем битви цих двох начал, і їх знаряддям є наша думка. Як розрізнити, які думки від якого начала? **Духовне начало – це думки, народжені силою любові, в широкому розумінні цього слова. А тваринне начало – це думки про наші інстинкти, рефлексії, це манія величч, гординя, егоїзм, зарозумілість, чванство, жорстокість, жадність, владолюбство,** тобто бажання, переважно скеровані на задоволення матеріальних інтересів і амбіцій. Робити накопичення матеріальних благ смыслом свого життя на Землі – це примітивно й протиприродно щодо духовного начала особистості. Набування все більшої кількості матеріальних благ – це і є показник переважання в людині низьковібраційної енергії, тобто тваринного начала. При ослабленні контролю над собою – людину дуже легко може перетягувати тваринне начало, причому непомітно для нас самих – нашими улюбленими егоїстичними думками, прагненнями, бажаннями, устремліннями. Тому так важливо, щоб підрастаюча особистість

максимально розуміла сама себе, навчилася контролювати свій внутрішній світ – думки, емоції, почуття, реакції, оцінки, бажання, дії; нести відповідальність за свій вибір, що завжди дає той чи інший наслідок для життєдіяльності конкретної особистості. Професійна молодь має свідомо культивувати в собі якості духовного начала, що латентно є в кожного. Важливо з підсвідомого рівня перевести цей особистісний потенціал у свідомий, тобто самоусвідомлюваний.

Педагоги й психологи добре знають, що виховна комунікативна взаємодія з учнями ПТНЗ – це, по суті, зовнішній цілеспрямований вплив психіки, логіки, досвіду, системи цінностей (як і усталених світоглядних стереотипів, шаблонів, оцінок) однієї людини на іншу. Саме зовнішність впливу досить часто, як засвідчує практика роботи, залишає учнів внутрішньо пасивними, інертними, байдужими, а інколи й агресивно-недовірливими, цинічними чи зухвалими, що, зрозуміло, консервує чи пригнічує розвиток і стабілізацію глибинних душевних якостей – правдивість, доброта, умиротворення, щирість, урівноваженість, милосердя, самоволодіння, мужність, мудрість, добродійність, прагнення до духовних знань, скромність, витривалість, наполегливість, працьовитість, делікатність, чуйність, цілеспрямованість, невибагливість, чистота свідомості, альтруїзм, безкорисливість, шанобливість, толерантність, аскетизм, безстрашність та ін. З огляду на таку особливість у системі взаємовпливів « людина -- людина » В.О.Сухомлинський зазначав: « Чому людина не повинна знати, що її виховують? Тому, що справжнє виховання – це **самовиховання**. Треба створювати таке спілкування вихователя й вихованців, щоб кожне слово, звернене до юного серця й розуму, пробуджувало внутрішні духовні сили, викликало внутрішню роботу розуму й серця, спрямовану на самопізнання й самовдосконалення. Якщо ж людина на кожному кроці відчуває й розуміє, що її виховують, – здатність до самопізнання й самовдосконалення притупляється. У неї зароджується думка: якою мені бути й що мені робити – про це подумують дорослі. А моя справа – чекати порад і вказівок » [8, с. 654]. В.О. Сухомлинський окремо виділяє питання про те, як спонукати учня до самовиховання в моральній сфері, в праці й навчанні, як виховувати самодисципліну в розумовій діяльності та в фізичній культурі. На жаль, при наявності потужних розробок у цьому аспекті сучасною професійною педагогікою не досягнуто практичного втілення в соціокультурну дійсність цього підходу; ще не має в психолого-педагогічному середовищі на рівні реалізації масового розуміння того, що самовиховання – це не щось допоміжне, надумане, другорядне в складному й багатовекторному процесі вихованні професійної молоді, а його міцний фундамент. Самовиховання – це особливий індивідуальний інтелектуально-вольовий вид діяльності, що стає можливим лише при умові активного усвідомлення учнем власного «Я» (самосвідомість), стосунків з інформаційно-комунікативним навколишнім Світом (світогляд, система морально-етичних установок, система цінностей, принципів, устремлень). Самовиховання – це саморозвиток, самоконтроль, саморегуляція, самоуправління особистості учня, спрямовані на вироблення, удосконалення або зміну нею своїх характерологічних (кармічних) якостей з метою гармонізувати їх і привести у відповідність з соціально-етичними, етнокультурними, професійними, родинними, загальнолюдськими та індивідуальними цінностями. Усвідомлене самовиховання здійснюється перш за все в трьох основних напрямках: а) розвиток моральних і емоційно-вольових рис і якостей; б) вдосконалення інтелектуально-креативних здібностей і процесів; в) нарощення фізично-екологічної культури з метою загартування й зміцнення власного здоров'я, що є важливою умовою успішної професійної самореалізації.

Система комунікативного спрямовування учнів до формування в собі стресостійкості, самоконтролю, самовпливу, самоаналізу, саморегуляції, самоуправління та самооцінки включає перш за все такі тактичні й стратегічні комунікативні дії: 1. Пробудження в учнів – майбутніх кваліфікованих робітників – прагнення й палкого бажання до самопізнання та самовдосконалення. 2. Визнання індивідуальних пріоритетів

стосовно ідеалів та системи життєвих цінностей.3. Створення через систему діалогів та полілогів у колективі учнів ПТНЗ атмосфери довіри, відкритості, творчості, а також серйозного ставлення до методики самовиховання, адже ніхто ні за кого не проживає чуже життя з його випробуваннями, складними ситуаціями, болями і втратами чи здобутками: кожний проживає індивідуально, а отже, треба бути спроможним організувати себе й свою життєдіяльність якісно, успішно, щасливо, що, фактично, не можливо без самовихованості, самодисциплінованості, самоаналізу, самозвіту, самоспостереження, самоконтролю в кожній конкретній соціально-професійній чи інтимно-особистісній ситуації. 4.Роз'яснення на поточних і відомих класичних прикладах можливостей та результатів самовиховання. 5.Складання учнями особистої програми самовиховання та психосоціальної підтримки зусиль майбутніх кваліфікованих робітників, спрямованих на реалізацію запланованих самозобов'язань. 6. Постійна делікатна увага до того, як здійснюється індивідуально-вольовий процес самовдосконалення, запланований учнем. Націлюючи учнів на самопізнання, саморозвиток, самоконтроль, самоаналіз, самозвітність та самоуправління, важливо не забувати настанови К.Д.Ушинського про те, що надмірними вимогами можна надірвати і волю, й наміри, й м'язи та загальмувати (чи навіть зупинити) їх розвиток. З іншого боку, не даючи їм навантаження, не тренуючи власні м'язи, волю, інтелект особистість неодмінно буде мати й слабкі м'язи, й слабку ( інфантильно-споживацьку, спрощено-примітивну) волю, й слабку, непереконливу логіку мислення, що не здатна якісно аналізувати процеси власної життєдіяльності особистості та робити з них своєчасні й конструктивні висновки, спираючись на причинно-наслідковий закон ( чи на інші закони реальної дійсності). Великий мислитель, психолог і педагог не випадково зазначав, що є тільки підготовка до самовиховання, і якщо виховання буде добрим, якісним, то самовиховання триватиме все життя. Беручи в свої руки керування людською природою, що постійно розвивається, будь-яке виховання треба завершувати передачею його в руки самого вихованця [9, с.37].

З метою розвитку й підвищення в учнів ПТНЗ механізмів соціально-професійної стресостійкості та психологічної захищеності доречно використовувати таку креативно-пізнавальну інформацію, що активізує увагу майбутніх кваліфікованих робітників до питання оволодіння індивідуальними техніками самопізнання власного потенціалу, зокрема:

**I. Ознайомлення з життєвими девізами відомих людей** [Наприклад. 1. Хай покинуть мене всі, тільки б не покинула мене мужність ( Йоган Фіхте, німецький філософ). 2. Відвага наша – ось ціна, що платять за спокій (Амелія Ерхарт, перша жінка-пілот).3. Роби, що треба, і хай буде, що буде (Лев Толстий). 4. Ніколи не здавайся! (Уїнстон Черчилль). 5. Наполегливість, а не натхнення! (Томас Едісон). 6. Щоб неможливе стало можливим, треба в це тільки повіри (Говард Хед, американський мільйонер). 7. Зобов'язаний – значить можу! (Олександр Суворов, російський полководець). 8. Не слухай нікого, крім себе! (Марсель Біч, французький мільйонер). 9.Життя – це або пригода, що вимагає мужності, або ніщо (Елен Келлер, американська письменниця). 10. Поки дихаєш – надійся! (Альфонс де Ламартін, французький поет). 11. Робити й переробляти! (Віктор Гюго, французький письменник). 12. Живи так, як ніби ти завтра помреш. Учись так, як ніби ти будеш жити вічно ( Махатма Ганді, індійський духовний лідер). 13. Не важливо, що вам говорять, прийміть це з посмішкою й робіть свою роботу (мати Тереза, знаменита духовна сподвижниця, що прославилася своїм альтруїзмом). 14. У рай приходять той, хто після кожного падіння підводиться та йде далі (Іоан Златоуст, давньоруський богослов і філософ)].

**II Крилаті вирази з досвіду українського народу щодо самовиховання підростаючого покоління** [Наприклад. 1. Батьки дали тобі життя – волю виховуй сам. 2. Гарну праву роби в міру, погану не роби зовсім. 3. Ввічливості вчись у неввічливого. 3. Не будь дуже солодким, бо з'їдять, не будь дуже гірким – тебе викинуть. 4. Сто разів відмірай, а

один раз відріж. 5. Поводься з іншими так, як ти хотів би, щоб поводитися з тобою. 6. Не спіши язиком – спіши ділом. 7. Якщо пригощають, – пий навіть воду. 8. Хто рано встає – тому Бог дає. 9. Добре діло роби сміло. 10. Береженого Бог береже. 11. Не вчись ніжностей, а вчись труднощів. 12. Скінчив діло – гуляй сміло. 13. Людина виховується в праці, через працю і для праці. 14. Вік живи, вік учись, і вік трудись. 15. Краще догана розумного, ніж похвала дурного. свинєю, то вона й захрюкає. 18. Учи дітей не страхом, а ласкою. 19. Жорстокість породжує тупість і дурість. 20. Найкращий контроль – власна совість. 21. Шануй батька й матір – і тебе шануватимуть.]

**Ш. Для сором'язливих, невпевнених, закомплексованих чи педагогічно занедбаних учнів подати систематизовану абетку їхніх прав** [Наприклад. 1. **Право на унікальність.** Для цього ніколи не порівнюйте себе з іншими. У вас є місія, яку можете виконати тільки ви. Ви – і більш ніхто. 2. **Право на незнання чогось. Це нормально.** Сократ не боявся говорити: «Я знаю, що нічого не знаю». Не енциклопедичні знання й ерудиція роблять людину мудрою й успішною, а розуміння того, що необхідно саме вам у вашій діяльності, і ваші особистісні якості душі. 3. **Право не розуміти що-небудь. Не бійтесь перепитати, уточнити, якщо ви чогось не зрозуміли.** Народна мудрість говорить, що краще двічі запитати, ніж один раз заблукати. До речі доведеним є той факт, що в світі процвітають і є успішними ті, хто не соромиться запитувати, спілкуватися, вести діалог, тобто комунікувати]. 3. **Право змінювати свою думку.** Якщо на початку розмови ви мали одні міркування, а на її кінець інші, то в цьому немає нічого страшного. Це ваше право реагувати й оцінювати почуте творчо. 4. **Право відмовити.** Пам'ятайте, якщо ви відмовляєте комусь виконати прохання його, то ви не стаєте від цього поганим. Усім догодити не можливо. На смирну конячку, говорить народна мудрість, кладуть подвійну ношу. Наша свобода починається зі слова «Ні». Кажучи «Ні» іншим, ми не дозволяємо занадто впевненим, нахабним, зухвалим чи зарозумілим одягати на себе ярмо раба. 5. **Право на помилку.** Ніколи не сваріть себе за свої промахи, недогляди чи невдачі. Не помиляється тільки той, хто нічого не робить. Постарайтесь просто проаналізувати спокійно (з холодним серцем) ситуацію, яка вас не задовольняє. Не зациклюйтесь, а зробіть для себе конструктивний висновок. Упасти не соромно, соромно не знайти в собі сили піднятися й рухатися далі. 6. **Право не виправдуватися, не пояснювати ситуацію:** досвід, який ви пережили, він ваш і тільки ваш. Шануйте його навіть тоді, коли він вас чомусь не влаштовує. Виправдування (а тим більше перед людьми недобррозичливими до вас чи зухвалими) досить часто тільки збільшує почуття провини. 7. **Право подобатися не всім.** Ви зовсім не зобов'язані всім подобатися. Як говорили колись у Київській Русі, «я не червінець, щоб усім подобатися». У кожного свої смаки, уподобання, погляди. Це нормально. Ви не гірший (не гірша), ви просто інший, з іншою програмою світосприйняття, світовідчуття, з іншою системою набутого життєвого досвіду.

**ІV. Подати систему рекомендацій для набуття корисних звичок** [Наприклад. 1. Будьте соціально активними: це розвиває відповідальність, збагачує досвід та вміння спілкуватися з різними типами людей. 2. Дійте в своєму колі впливу й не заспокоюйтесь на досягнутому, пам'ятайте про інші сходинки професійного та особистісного утвердження й зростання. Не обтяжуйте себе непосильними обіцянками. Не захоплюйтесь критикою інших людей, особливо коли не знаєте суті справи. Критикуючи, – ви розтрачуєте себе й свою енергію даремно. Поменше проявляйте свої «проблеми» в соціумі, бо вас будуть сприймати не як цілісну й потужну особистість, яка здатна долати перешкоди, а як проблемну. 3. Завжди спочатку робіть те, що вам треба робити першим для реалізації своїх власних потреб. 4. Прагніть до максимальної результативності своїх зусиль завжди й в усьому. Для цього доречно скласти список наявних та можливих перепон: що саме заважає вам домогтися максимально можливої віддачі при мінімальній затраті енергії? Аналізуйте свої взаєностосунки з людьми, що входять у коло вашого спілкування. Оцініть необхідність кожного контакту та його цінність для вас. 5. Прагніть до взаєморозуміння. Найважливіше в



оволодінні цією звичкою – це вміння слухати й співпереживати. Ваші взаємовідносини з членами соціуму будуть продуктивними та конструктивними тільки в тому випадку, коли ви навчитеся розуміти, що важливо для кожної конкретної людини. 6. Оволодівайте енергією творчості. Це найвищий прояв життєвої активності: дякуючи їй ми створюємо те, що раніше не існувало. Ми даємо життя новому. Крім того, творчість забезпечує нам сильний потік енергії. 7. Потрібно регулярно оновлювати себе, свої знання, свій організм, свій емоційний стан та соціально-професійний статус.]

**V. Подати систему порад і рекомендацій відносно того, як удосконалювати самого себе.** Це важливо з огляду на те, що в професійно-технічних навчальних закладах не викладаються основи психотехніки. В такій ситуації доречно подати такі настанови: 1. Аналізувати свої емоції, думки, оцінювання дій інших, почуття, бажання, прагнення, вчинки. 2. Успіх, задоволення, щастя, визнання, харизма, самореалізованість – усе це залежить лише від тебе самого. 3. Відповідальність за кожний свій вибір не перекладати на інших. 4. Дотримуватися таких морально-етичних правил поведінки з собі подібними: а). Гарне відношення до людей (в цілому). б) Гарне відношення до партнера й повага до його вибору. в). Сім'я (родина, рідні, родичі, близькі) – **твій дім і фортеця**. г). Правильно обрана професія – запорука щастя. д). Пізнання культури й мистецтва – це емоційне й духовне збагачення. е). Постійний інтерес до пізнання світу в собі й навколо себе. є). Постійний психофізичний розвиток і загартування. ж). Любов до Природи. Постійне нарощування в собі духовно-екологічної культури й чутливості до живого простору, його надтонких вимірів. з). Розвивати творче хобі, гармонійне до потреб внутрішнього світу. и). Жити для інших, безкорисливо даруючи їм кращі якості своєї душі.

**VI. Свідомо розвивати базові інтелектуальні-комунікативні уміння:** 1. Уміти визначити головну мету власного життя. 2. Робити все для того, щоб робота викликала задоволення. 3. Виховувати в собі позитивні риси характеру. 4. Тренувати наполегливість, дисциплінованість, силу волі. 5. Оволодівати принципами організації роботи. 6. Доброзичливо відноситися до всіх форм життя на Землі. 7. Правильно, лаконічно й красиво висловлювати думки. 8. Наполегливо долати труднощі. 9. Займатися різними видами фізичної роботи. 10. Навчитися все робити в установлені терміни, своєчасно. 11. Раціонально використовувати час. 12. Створювати всі умови, щоб відчувати себе постійно задоволеним життям і результатами своїх власних зусиль. 13. Головний учитель – всередині нас. 14. Пристрасне бажання рано чи пізно приводить до мети. 15. Завищена турбота про те, що має відбутися, не змінює плин подій, але ослаблює вас. 16. Світлі думки приносять людині везіння, а темні – біду. 17. Щоб отримати повну відповідь, задавай завжди повне запитання: Де? Хто? Навіщо? Коли? Для чого? Звідки? Як? Чим? 18. Лише те засвоїв, що зрозумів і виклав коротко. 19. Зрозуміти («розпушити ґрунт») – повірити («загорітися») – діяти! 20. Розум створює майбутнє, пам'ять – минуле. З сучасністю зустрічаєшся лише тоді, коли перестаєш мріяти й згадувати. 21. Не порушуй етапи саморозвитку: глибоко вникай, вивчай, запитуй; старанно продумуй; виразно усвідомлюй; щиро прямуй. 22. Усвідом своє життєве призначення – й роби все для його реалізації. 23. Ми приходимо в це життя діяти, а не плакати. 24. Не можна уникнути небезпеки, тікаючи від неї. Втеча може бути тільки тактичним маневром, відступом, але не звільненням. 25. Турбуватися про своє здоров'я, правильне харчування, естетичну зовнішність. 26. Успіх справи – гарно налагоджена інформація, гарний виконавець і сприятливі умови. 27. Людина сама створює сценарій свого життя, тому кожен знаходиться в своєму оточенні, на своїй соціально-професійній сходинці, з своїм рівнем самосвідомості. 28. Оволодівати майстерністю довербальної комунікації.

**VII. Вербальні формули, що надають впевненості:** 1. Життя – це не що-небудь, це можливість для чого-небудь. Важливо не те, що життя приносить нам, а те, що ви привносите в життя. 2. Життя – це безперервний процес росту й розвитку. Якщо ти будеш так відноситися до нього, ти наповниш його смыслом і цілеспрямованістю. 3. Все і вся

стоїть на твоєму боці, якщо ти вирішиш так дивитися на речі. 4. Шукай добрі наміри за фасадом недоброї поведінки. 5. Приголомшливі події можуть послужити можливістю до перемін, для вироблення більшої міцності духу й більш глибокої здатності любити. 6. Поразка – прекрасна можливість навчитися чому-небудь новому. 7. Успіх починається з готовності присвятити себе чому-небудь. Усе подальше впливає звідси. 8. Тримай свій страх в одній руці, а свою безстрашність – в другій. Один страх – недостатня причина для того, щоб відмовитися від якого-небудь творчого починання чи зважитися на складну справу. 9. Співвіднеси свою енергію з енергією життя, прийми теперішнє для того, щоб уявити собі майбутнє. 10. Починай з того, що є, там, де ти є. Сила народжується з теперішнього. 11. Усе, що відбувається, -- це не репетиція життя, це – саме життя. Люби його й будь завжди пильним!

**VIII. Вербальна пам'ятка про секрети успіху й душевної гармонії:** 1. Відкрий свій розум всьому й ні до чого не прив'язуйся. Будь готовий все втрати. 2. Не дай замовкнути музиці власних мрій і прагнень, а для цього – слухай своє серце, свою інтуїцію. Роби свою справу з пристрастю – а це значить йди на мудрий ризик! 3. Повір в себе – і ти зразу зрозумієш, як треба жити. 4. Учись жити в обіймах тиші. Одна з найкращих нагород, які дарують нам медитація й молитва, – це прекрасне почуття співпричетності до краси й гармонії Всесвіту. 5. Звільніться від своєї особистої біографічної історії. Не ставайте її жертвою. Звільніться від минулого. Живіть «тут і тепер». Пам'ятайте, що Всесвіт – це розумна система, що перебуває в процесі творчості, в ній не буває нічого випадкового. 6. Розум, що створив проблему, не здатний її розв'язати. Будь-яка проблема має духовне вирішення. Піднімісь у країну духовних знань – і всі проблеми зникнуть, бо вони ілюзорні. Породжені нашим емоційним розумом. Трансформуйте його. 7. Оправданих образ не буває. Перестаньте шукати причин для образ, Учійсь прощати. По-перше, це дозволить іншим зрозуміти, що ви не тримаєте на них зла. По-друге, ви самі звільнитесь від образ, що руйнують вас, ваше здоров'я. 8. Відносьтесь до себе так, як ніби ви вже стали тим, ким бажаєте бути. Спочатку скажіть собі, ким ви хочете бути, а потім робіть, що треба. 9. Дорожіть своєю божественністю. Ви – творіння Творця, а тому не можете існувати окремо від Нього та Його потенціалу. Шануйте й розвивайте ці сили 10. Зрікайтесь думок, що вас ослаблюють, роблять безсилим і нікчемним.

**Висновки. Перспективи подальшого вивчення.** 1. Орієнтуючись на здобутки фундаментальних наук, продовжити вивчення засобів, що сприяють поглибленню й розвитку самосвідомості особистості учня. 2. На початку XXI століття – століття становлення нової логіки мислення, потужного етапу оновлення інформації про природу людини, про значення якості індивідуальної свідомості особистості для успішної взаємодії з усіма аспектами й вимірами власного буття, – важливо максимально інтегрувати наявні інноваційні досягнення, домагаючись такого рівня вербальної й довербальної самосвідомості особистості вихованця (учня, студента, магістранта, кваліфікованого працівника та ін.), щоб індивід міг максимально розкрити й реалізувати власний творчий потенціал, розуміючи важливість позитивного мислення, позитивних установок і переконань для якості кінцевого результату. 3. Систематизувати наявні в практиці духовного самовдосконалення методики й психотехніки, спрямовані на розвиток і реалізацію потенціалу вербальної самосвідомості мовної особистості. 4. Адаптовувати теоретичні узагальнення в практику професійної діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Арнц Уильям, Чейс Бетси, Виснете Марк. Что ми вообще знаем? Перев с англ. – М.: «София», 2007. – 288с.
2. Дай ер У.У. Хватит отговорок! Перев. с англ. – М.: Эксмо, 2011.—432с.
3. Мовчан П.М. Мова – ввище космічне. – К.: Просвіта, 1994.—168с.

4. Ничкало Нелля. Підготовка сучасного виробничого персоналу – наукове завдання державної ваги. // Науково-методичне забезпечення професійної освіти і навчання / Інститут професійної освіти НАПН України; за заг.ред. В.О.Радкевич. – К.: ПТО НАПН України, 2011. – 292с. (с. 12 –13 ) .
5. Ноосферогенез і гармонійний розвиток / Шевчук В.Я. та ін. – К.: Геопринт, 2002. – 127с.
6. Нюхтилин В.А. Мельхиседек. Кн.. 2. Человек. –СПб.: Крилов,2006. – 288с.( с. 20).
7. Секлитова А. И., Стрельникова Л.Л. Откровения космоса. Контакты с Высшим Космическим Разумом. – М.: Амрита-Русь, 2006. – 576с.
8. Сухомлинський В.О. Вибрані твори в 5-ти т. – К.: рад. Школа, 1976. – Т.2.—654с.
9. Ушинський К.Д. Про сімейне виховання. – К.: Рад. Школа, 1974. – 150с.