

*Комунальний навчальний заклад
«Черкаський обласний інститут післядипломної освіти
педагогічних працівників Черкаської обласної ради»*

Черкашина Т. В.

**ЦІННІСНО-СМИСЛОВА СФЕРА СУБ'ЄКТА
ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ВИМІРІ
ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО
САМОВДОСКОНАЛЕННЯ**

*Навчально-методичний посібник
для післядипломної освіти
педагогічних працівників*

Черкаси, 2022

УДК 378: 177

ББК 74. 580

*Рекомендовано до друку рішенням вченої ради КНЗ
«Черкаський обласний інститут післядипломної освіти
педагогічних працівників Черкаської обласної ради»
(протокол № 5 від 20 грудня 2021 року)*

АВТОР: Черкашина Т. В., доктор педагогічних наук, професор кафедри педагогіки, психології і освітнього менеджменту комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»

Рецензенти:

Г. А. Назаренко, доктор педагогічних наук, професор, проректор з науково-методичної роботи КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»

С. С. Данилюк, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри іноземних мов Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького

Черкашина Т. В.

Ціннісно-смилова сфера суб'єкта педагогічної діяльності у вимірі особистісно-професійного самовдосконалення: навчально-методичний посібник для післядипломної освіти педагогічних працівників. – Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2022. – 254 с.

ISBN 978-966-920-631-2

ISBN 978-966-920-631-2

© Т. Черкашина, 2022

ЗМІСТ

ВСТУП	6
1. ПРОФІЛЬ ПРОГРАМИ «ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СУБ'ЄКТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДО СЕБЕ, ІНШИХ, ДОВКІЛЛЯ»	10
2. ЗМІСТ ПРОГРАМИ СПЕЦКУРСУ	16
2.1. Навчально-тематичний план спецкурсу «Технологія формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе»	16
2.1.1. Навчально-тематичний план (30 годин, очно-дистанційний формат, 1 кредит ЄКТС)	16
2.1.2. Навчально-тематичний план (30 годин, дистанційний формат, 1 кредит ЄКТС)	18
2.1.3. Навчально-тематичний план (8 годин, очно-дистанційний формат, 0,27 кредиту ЄКТС)	20
2.2. Модульний зміст програми спеціального курсу «Технологія Формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе»	21
2.3. Перелік тем самостійного опрацювання	25
2.4. Індивідуальні науково-дослідницькі завдання	28
2.5. Орієнтовна тематика рефератів, доповідей, виступів	28
2.6. Перелік питань з самоконтролю та контролю знань	30
2.6.1. Перелік питань модульного контролю (самоконтролю)	30
2.6.2. Перелік питань підсумкового контролю знань (залік)	31
3. ДИДАКТИЧНІ РОЗРОБКИ ДЛЯ СЛУХАЧА ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ ЗАСОБАМИ САМОПІЗНАННЯ	32
ТЕМА 1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СУБ'ЄКТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДО СЕБЕ ...	32
1.1. Актуальність теми	32
1.2. Основні поняття та визначення	39

1.3. Алгоритм формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.....	43
ТЕМА 2. КОМУНІКАТИВНА КУЛЬТУРА	
У ВИМІРІ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ	48
2.1. Внутрішня культура суб'єкта самопізнання	48
2.2. Ціннісне ставлення до закону.....	60
2.3. Ціннісне ставлення до праці	63
2.4. Спілкування як ціннісне ставлення до інших	65
2.5. Ціннісне ставлення до сім'ї, родини	68
2.6. Ціннісне ставлення до природи	70
ТЕМА 3. ОСНОВИ МЕНТАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ	73
3.1. Творче мислення у вимірі категорій «добра у злі» та «зла у добрі»	73
3.2. Культура досягнення мети в форматі позитивного, логічного, конструктивного, творчого мислення	78
3.3 Трансформування думок у вимірі позитивних самозмін як засіб набуття чеснот	84
ТЕМА 4. ПОЧУТТЯ МІРИ ЯК ПОКАЗНИК ДОЦІЛЬНИХ ДІЙ	89
4.1. Практика формування помірності бажань у вимірі доцільних дій.....	89
4.2. Практика формування почуття міри в емоціях у вимірі сумірності індивідуальних сил.....	91
4.3. Практика формування розсудливості як вибір головного в діях.....	94
ТЕМА 5. КУЛЬТУРА СПОНУКАНЬ – КУЛЬТУРИ ДІЙ	
У ВИМІРІ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ ТА ІНШИХ	102
5.1. Культура незгоди в форматі комунікативно-партнерської взаємодії.....	102
5.2. Культура згоди як ціннісне ставлення до вибору свідомих дій	107
5.3. Спонування як орієнтир цілеспрямованих дій.....	110
5.4. Уміння перемагати і програвати як засіб набуття чеснот..	116
5.5. Дружелюбність як засіб вирішення проблем	123
ТЕМА 6. КУЛЬТУРА ПРИЙНЯТТЯ РІШЕННЯ:	
СВОБОДА І ВСЕДОЗВОЛЕНІСТЬ	128
6.1. Практика прийняття відповідального рішення	128
6.2. Законослухняність як ознака сформованості морально-духовного імунітету	131

6.3. Свобода і вседозволеність у практиці буденних комунікацій	136
ТЕМА 7. ПРАКТИКА ТРАНСФОРМУВАННЯ МИСЛЕОБРАЗУ	142
7.1. Практика формування культури взаємин за формулою співдружності	142
7.2. Аналіз причин і наслідків як засіб формування комунікативно-партнерських взаємодій.....	151
7.3. Позитивне мислення як засіб трансформації образу ворога	155
7.4. Практика самокерування емоціями у вимірі ціннісного ставлення до інших	158
7.5. Досвід почуттів як відображення свідомих дій.....	162
4. ОПИС ЕЛЕКТРОННОЇ ПЛАТФОРМИ.....	169
5. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ	172
6. ДОДАТКИ.....	175
<i>Додаток А.</i> Структура таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро»	175
<i>Додаток Б.</i> Структура таблиці «Почуттів»	177
<i>Додаток В.</i> Навчально-методичний супровід з педагогічного дослідження «Знання свого роду» (вчителі, учні, їхні батьки)	178
<i>Додаток Г.</i> Навчально-методичний супровід з педагогічного спілкування з учнями «Любов очима молодих».....	182
<i>Додаток Д.</i> Навчально-методичний супровід з педагогічного спілкування з учнями на тему «Правдивість як спосіб мислення»	203
<i>Додаток Е.</i> Навчально-методичний супровід з педагогічного спілкування з учнями «Вчимося дружити».....	216
<i>Додаток Ж.</i> Навчально-методичний супровід з дослідження стану культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, довкілля.....	233

ВСТУП

Закономірно обумовлений розвиток самосвідомості розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності передбачає індивідуальну програму суттєвих внутрішніх трансформацій, зокрема формування ціннісного ставлення до себе із загальною тенденцією гуманізації всіх сфер своєї життєдіяльності. Унікальну можливість зі свідомого формування особистісно-професійного самовизначення, життєстверджуючого цілепокладання, творчої самореалізації, зміцнення волевого, емоційного, ментального імунітету надає педагогічна система самопізнання та самовдосконалення, адаптована до реалій буденності, зокрема освітнього середовища.

Свідома потреба інтеграції сили розуму, сили волі, сили духу як безумовна особистісна цінність стає в період епохальних і світоглядних змін чи не головною ознакою успішного досягнення програмних цілей і завдань.

Сукупний продукт доцільної взаємодії сил розуму, волі, духу складає внутрішню культуру, індивідуальний ресурс сил розумно мислячого суб'єкта самопізнання, його інтелект, душевні якості та духовні надбання, проявляючись у повсякденних комунікаціях культурою спонукань, культурою думки, культурою слова, культурою дії.

Сила розуму як здатність розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до цілеспрямованого розвитку інтелекту обумовлюється професіоналізмом, компетентністю, загальною ерудицією, законодавчою та відповідає низькому рівню сформованості внутрішньої культури (низький рівень з самокерування індивідуальним ресурсом сил). Розвинена сила волі як моральна складова поєднує в собі культуру бажань, культуру емоцій, культуру прагнень, відповідає середньому рівню сформованості внутрішньої культури (середній рівень з самокерування індивідуальним ресурсом сил). Проявлена сила духу, яка міцнішає, зокрема, за умови розвитку та самокеруванню попередніми двома силами (розумом та волею), розглядається як його вміння позитивно, логічно, конструктивно, проєктно мислити, аналізувати та коректувати наслідки своїх свідомих дій, формувати стійкий ментальний імунітет у надскладних комунікативних ситуаціях і подіях, приймати важливі рішення та відповідально реалізовувати їх, прощати ворога, «любити ближнього як самого себе», відповідає високому рівню сформованості внутрішньої культури (високий рівень з самокерування індивідуальним ресурсом сил). Отже, вміння розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності свідомо керувати своїми бажаннями, емоціями, почуттями, думками, зберігати в пам'яті доцільні та корисні настанови, правила, рекомендації, спогади засвідчує про оволодіння технологіями системного самопізнання та самовдосконалення складників внутрішньої культури, підвищення рівня культури взаємин із собою, законом, працею, оточенням, довкіллям тощо.

В період соціокультурних змін особливо виразними постають недосконалості в системі міжособистісних, сімейних, професійних комунікацій, зокрема фіксується значне зниження рівня моральності, духовності з усіх напрямків соціальних взаємодій. Зазвичай людина страждає від невдячності, невизнання, нерозуміння, залишається без належної уваги та підтримки ззовні. Отже, запити сьогодення вимагають невідкладного відновлення ієрархії загальноприйнятих цінностей, зокрема справедливого правозахисту, чесною економіки, прозорої політики, безкорисливої науки, гуманної культури, життєстверджуючої філософії та релігії. Освічений і вихований на кращих загальнолюдських традиціях, спрямований до свідомого самовдосконалення розумно мислячий педагог стає носієм культурних цінностей нації, народу, людства, доцільної необхідності з постійного ступенево-поступового розвитку та саморозвитку.

За тематикою проблеми «Ціннісно-сміслова сфера суб'єкта педагогічної діяльності у вимірі особистісно-професійного самовдосконалення» розроблено зміст та програму спецкурсу «Технологія формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе, інших, довкілля». Навчально-методичне забезпечення спецкурсу складено у відповідності до положення Наказу Міністерства соціальної політики України «Про затвердження професійного стандарту “Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти”» (№ 1143 від 10.08.2018 р.), представлено підручником «Культура взаємин» (авторів М. Б. Євтух, Т. В. Черкашина), посібником для педагогічних працівників «Сучасні

педагогічні практики: педагогічна система самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення» (автор Т. В. Черкашина), матеріалами для самостійної роботи здобувачів освіти за темами, списком рекомендованих інформаційних і літературних джерел відповідно тематики навчальних модулів програми за посиланням <http://sops.com.ua> та <http://oipropp.ed-sp.net/> Навчально-практичний центр самопізнання та особистісно-професійного самовдосконалення.

1. ПРОФІЛЬ ПРОГРАМИ «ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СУБ'ЄКТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДО СЕБЕ, ІНШИХ, ДОВКІЛЛЯ»

Профіль програми

<i>Обсяг навчального навантаження</i>		1 кредит ЄКТС (30 академічних годин).
<i>Заклад освіти</i>		Комунальний навчальний заклад «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради».
<i>Рівень програми</i>		Підвищення кваліфікації педагогічних працівників, керівних кадрів закладів загальної середньої освіти, закладів дошкільної освіти.
<i>A</i>	Мета програми	
	Формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе, закону, праці, оточення, довкілля.	
<i>B</i>	Характеристика програми	
1.	<i>Функціональна спрямованість</i>	Саморозвиток та особистісно-професійне самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності засобами самопізнання.

2.	<i>Фокус програми</i>	Опанування методиками системного самоаналізу та об'єктивної самооцінки особистісно-професійних досягнень з реалізації освітніх цілей і завдань.
3.	<i>Орієнтація програми</i>	Професійна орієнтація на свідомий особистісно-професійний саморозвиток та самовдосконалення, утвердження засад педагогіки партнерства.
4.	<i>Особливості та відмінності</i>	Програма передбачає очну (дистанційну) форму навчання. Спрямована на розбудову індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе (оточення, закону, праці, довкілля тощо) за узагальненими критеріями та показниками діагностичних таблиць, інтегративних рівневих характеристик та комплексу спеціальних тестів.
5.	<i>Цільова група</i>	Всі категорії педагогічних працівників та керівних кадрів закладів загальної середньої освіти, закладів дошкільної освіти.
С	Професійні вимоги та продовження навчання	
1.	<i>Професійні вимоги (компетенції)</i>	Визначає посадова інструкція.
2.	<i>Продовження навчання</i>	Програма передбачає подальший розвиток професійних знань та умінь керівних кадрів, педагогічних працівників закладів освіти у системі неформальної та інформальної освіти.

D	Стиль та методика навчання	
1.	<i>Підходи до викладання та навчання</i>	Комбінований підхід з опанування методиками системного самоаналізу та об'єктивної самооцінки особистісних якостей та професійної діяльності з реалізації освітніх цілей і завдань у вигляді лекцій, семінарів, тренінгів, індивідуалізованих підходів, консультацій у поєднанні з мультимедійними технологіями.
2.	<i>Система оцінювання</i>	Об'єктивація самооцінки за узагальненими формулами, таблицями, схемами, показниками інтегративних характеристик професійного самовдосконалення, професійної компетентності, комунікативної культури. Узагальнення результатів особистісно-професійних досягнень за рівневими характеристиками (низький, середній, високий рівень особистісно-професійних досягнень).
E	Програмні компетентності	
1.	<i>Загальні</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Навички критичності та самокритичності</i> у самооцінці ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе, оточення, закону, праці, довкілля тощо. • <i>Працювати самостійно, керувати часом.</i> Здатність до самостійного, виваженого прийняття рішень та особиста відповідальність за їх реалізацію, вміння проводити цілеспрямований самоаналіз особистісних якостей та результатів професійної діяльності з реалізації освітніх цілей і завдань під час комунікативних подій.

1.	<i>Загальні</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Абстрактне обґрунтування та моделювання задачі.</i> Вміти обирати головне з другорядного у вирішенні доцільних та сумірних власними силами педагогічно значущих завдань. • <i>Комунікації.</i> Вміння слухати, розуміти співрозмовника, виважено сприймати позицію інших, пробачати образи, спрямовувати особисті зусилля на гуманізацію партнерських взаємин суб'єктів педагогічної діяльності. • <i>Якість та етичні зобов'язання.</i> Досягнення більш високого рівня саморозвитку та самовдосконалення, зміцнення вольового, емоційного, ментального імунітету, психічного та фізичного здоров'я.
2.	<i>Фахові (предметно-орієнтовані)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Базові загальні знання з розбудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе (оточення, природи, праці тощо) за узагальненими критеріями та показниками інтегративних рівневих характеристик, діагностичних таблиць, та комплексу спеціальних тестів.</i> • <i>Застосування знань у педагогічній практиці:</i> <ul style="list-style-type: none"> – опанування методикою системного самоаналізу ціннісного ставлення до себе, оточення, закону, праці, довкілля тощо; – оволодіння методиками об'єктивації самооцінки особистісних якостей та професійної діяльності з реалізації освітніх цілей і завдань, гуманізації партнерських взаємин.

F	Зміст та навчальні елементи Програми
	<p>Загальні положення технології ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе. Узагальнені правила ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе засобами самопізнання. Технологія розбудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе. Методика самоаналізу та об'єктивної самооцінки особистісних якостей та професійної діяльності з реалізації освітніх цілей і завдань з використанням таблиці «Почуття».</p> <p>Методика побудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе та інших з використанням таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро». Культура незгоди. Здивування і образа. Уміння перемагати і програвати. Складові співдружності. Природа успіху та поразки. Свобода і всюдозволеність. Культура прийняття рішень. Формула співдружності. Поняття «друг-ворог» та «ворог-друг». Трансформування образу ворога. Прощення як моральна категорія. Повага і невдячність. Співдружність розуму і почуттів.</p>
F	Програмні результати навчання
	<ul style="list-style-type: none"> • Підвищення рівня ментальної працездатності (генерація нових ідей, цілеспрямованість свідомих дій), гуманізації партнерських взаємин (підвищення рівня культури міжособистісних комунікацій). • Вміння обирати головне від другорядного у вирішенні доцільних педагогічних завдань, об'єктивно оцінювати особистісні якості та професійну діяльність з реалізації освітніх цілей і завдань. • Досягнення більш високого рівня особистісно-професійного самовдосконалення, професійного саморозвитку, професійної компетентності, комунікативної культури, зміцнення психічного та фізичного здоров'я, вольового, емоційного, ментального імунітету.

Навчальні заняття за навчальною програмою «Технологія формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе, інших, довкілля» проходять у формі навчальних тренінгів, семінарів, робочих зустрічей, круглих столів, конференцій з обміну досвідом та дискусій.

2. ЗМІСТ ПРОГРАМИ СПЕЦКУРСУ

2.1. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН СПЕЦКУРСУ «ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СУБ'ЄКТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДО СЕБЕ»

*2.1.1. Навчально-тематичний план (30 годин,
очно-дистанційний формат, 1 кредит ЄКТС)*

Модуль, тема	Форма проведення	Кількість годин			
		Всього	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота
Модуль 1. Теоретичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе					
Тема 1. Загальні положення технології формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе	Очна	2	2		
Тема 2. Узагальнені правила ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе засобами самопізнання		2		2	

Модуль, тема	Форма проведення	Кількість годин			
		Всього	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота
Тема 3. Самооцінка ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе	Очна	2		2	
Всього годин за модулем 1		6	2	4	
Модуль 2. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе					
Тема 4. Технологія розбудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе	Очна	4	2	2	
Тема 5. Методика самооцінки ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до оточення (сім'ї, родини, колег)		2		2	
Тема 6. Методика самооцінки ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до закону, праці, довкілля		2	2		
Всього годин за модулем 2		8	4	4	
Модуль 3. Практика реалізації технології формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе					
Тема 7. Педагогічне дослідження «Знання свого роду» (вчителі, учні, їхні батьки). Педагогічне спілкування з учнями «Любов очима молодих» (профілактика суїциду, 10–11 класи)	Дистанційна	4			4
Тема 8. Педагогічне спілкування з учнями на тему «Правдивість як спосіб мислення» (8–9 класи)		4			4
Тема 9. Педагогічне спілкування з учнями «Вчимося дружити» (5–7 класи)		2			2

Модуль, тема	Форма проведення	Кількість годин			
		Всього	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота
Інтернет-конференція «Особистісно-професійний саморозвиток педагога у вимірі ціннісного ставлення до себе, закону, праці, оточення, довкілля»	Дистанційна	2		2	
Педагогічні дискусії «Ціннісне ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе та оточення в період соціокультурних змін: практичний аспект»	Очна (дистанційна)	4		4	
Всього годин		30	6	14	10

2.1.2. Навчально-тематичний план (30 годин, дистанційний формат, 1 кредит ЄКТС)

№	Назва та зміст навчального модуля	Кількість годин			
		Онлайн-лекція	Онлайн-форум	Онлайн-практикум	Усього
Модуль 1. Теоретичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе					
1.1.	Тема 1. Загальні положення. Основні терміни та визначення. Базові показники	4	-		4
1.2.	Тема 2. Алгоритм формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе. Творче мислення у вимірі категорій «добра у злі» та «зла у добрі»	4	-		4

№	Назва та зміст навчального модуля	Кількість годин			
		Онлайн-лекція	Онлайн-форум	Онлайн-практикум	Усього
1.3.	Тема 3. Комунікативна культура засобами самопізнання у вимірі ціннісного ставлення до себе. Образ мислення як образ життя	2	-	2	4
1.4.	Технологічний інструментарій з проведення анкетування «Дослідження стану культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, довкілля»	-		2	2
Модуль 2. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе					
2.1.	Тема 4. Технологія формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе	2	-	2	4
2.2.	Тема 5. Технологія формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до інших (сім'ї, родини, колег). Аналіз з дослідження стану культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, довкілля	2	-	2	4
Модуль 3. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до закону, праці, довкілля					
3.1.	Тема 7. Практика формування почуття міри в бажаннях та емоціях у вимірі сумірності індивідуальних сил	2	-	2	4
3.2.	Підсумковий форум	-	2	2	4
Усього годин за програмою спецкурсу:		16	2	12	30

**2.1.3. Навчально-тематичний план (8 годин,
очно-дистанційний формат, 0,27 кредиту ЄКТС)**

з/з	Назва та зміст навчального модуля	Кількість годин			
		Онлайн- лекція	Онлайн- практикум	Онлайн- форум	Усього
Модуль 1. Теоретичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе					
1.1.	Тема 1. Загальні положення. Основні терміни та визначення. Базові показники.	2	-	-	2
1.2	Тема 2. Алгоритм формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе. Творче мислення у вимірі категорій «добра у злі» та «зла у добрі»		2		2
Модуль 2. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе					
2.1	Тема 4. Технологія формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе.	-	1		1
2.2	Підсумковий форум			1	1
Усього годин за програмою спецкурсу:		4	3	1	8

2.2. МОДУЛЬНИЙ ЗМІСТ ПРОГРАМИ СПЕЦІАЛЬНОГО КУРСУ «ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СУБ'ЄКТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДО СЕБЕ»

Модуль 1. Теоретичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.

Тема 1. Загальні положення технології формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.

Методологічні параметри: мета, завдання, предмет. Основні визначення. Мотивація та напрямки формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе. Інтегративний показник свідомого вдосконалення думок (зосередженість на головному). Узагальнені правила свідомого вдосконалення думок.

Література [4; 7; 19; 28].

Тема 2. Узагальнені правила ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе засобами самопізнання.

Алгоритм причинно-наслідкового зв'язку (зосередженість на головному). Критерії та функціональні обов'язки ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе. Алгоритм самооцінки ціннісного ставлення до себе.

Література [4; 6; 7; 19; 28].

Тема 3. Самооцінка ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе.

Самооцінка якості думок. Самооцінка ментальної працездатності: шлях до себе. Самооцінка ціннісного ставлення до нової справи. Самооцінка миролюбності

у думках. Самооцінка рівня сформованості справедливості. Самооцінка поваги до себе.

Література [4; 5; 7; 19; 28].

Модуль 2. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.

Тема 4. Технологія побудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.

Методика побудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе та інших з використанням таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро». Методика самоаналізу та об'єктивації самооцінки особистісних якостей та професійної діяльності з реалізації освітніх цілей і завдань з використанням таблиці «Почуття». Правила ціннісного ставлення до себе з досягнення життєвого успіху. Алгоритм самоаналізу ціннісного ставлення до себе з реалізації освітніх цілей і завдань.

Література [4; 6; 7; 19; 28].

Тема 5. Методика самооцінки ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до оточення (сім'ї, родини, колег).

Інтегративний показник культури дій. Методика побудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до оточення з використанням таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро». Культура незгоди. Здивування і образа. Уміння перемагати і програвати. Складові співдружності. Природа успіху та поразки.

Література [4; 6; 7; 19; 28].

Тема 6. Методика самооцінки ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до закону, праці, довкілля.

Узагальнені правила формування культури дій. Культура взаємодії з законом. Свобода і всездозволеність. Культура прийняття рішень. Формула співдружності. Поняття «друг-ворог» та «ворог-друг». Трансформування образу ворога. Прощення як моральна категорія. Повага і невдячність. Співдружність розуму і почуттів.

Література [4; 6; 7; 15; 19; 28].

Модуль 3. Практичний аспект реалізації технології формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.

Тема 7. Педагогічне дослідження «Знання свого роду» (вчителі, учні, їхні батьки). Педагогічне спілкування з учнями «Любов очима молодих» (профілактика суїциду, 10–11 класи).

Робота з учнями з педагогічного дослідження «Історія роду».

Узагальнені показники сформованості рівня культури родинних взаємин за знанням свого родоводу. Педагогічне спілкування з учнями на тему «Любов очима молодих» за оповіданням Ії Сапіної «Та що вона, жартів не розуміє?». Анкета для учнів.

Література [6; 7; 19; 20; 21; 22; 28].

Тема 8. Педагогічне спілкування з учнями на тему «Правдивість як спосіб мислення» (8–9 класи).

Активізація учнів до відвертого діалогу з проблем моралі у міжособистісній взаємодії. Обговорення морально-етичних проблем міжособистісної взаємодії в родині, в соціально однорідній групі, в колективі

на базі оповідань Ії Сапіної «Не збреши». Загальні висновки. Розробка та планування педагогічних заходів з підвищення рівня комунікативної культури в освітньому закладі.

Література [6; 7; 19; 20; 21; 22; 28].

Тема 9. Педагогічне спілкування з учнями «Вчимося дружити» (5–7 класи).

Формування культури взаємин у міжособистісних комунікаціях «учні–учні», «учні–вчителі», «учні–батьки. Обговорення оповідання Ії Сапіної «Курка». Загальні висновки. Розробка та планування педагогічних заходів з підвищення рівня комунікативної культури в освітньому закладі.

Література [6; 7; 19; 20; 21; 22; 28].

Інтернет-конференція «Особистісно-професійне самовдосконалення педагога у вимірі ціннісного ставлення до себе, закону, праці, оточення, довкілля».

Напрями роботи інтернет-конференції:

1. Образ вчителя, вихователя у вимірі соціокультурного запиту сучасності.
2. Педагогічне партнерство з провадження засад педагогіки гуманізму.
3. Свобода як міра особистої відповідальності суб'єкта педагогічної діяльності.
4. Культура особистісно-професійних досягнень з реалізації освітніх цілей і завдань.
5. Культура незгоди в ієрархії педагогічних комунікацій.

Педагогічні дискусії «Ціннісне ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе та оточення в період соціокультурних змін: практичний аспект».

Перелік питань до обговорення:

1. Напрямки формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.
2. Правила ціннісного ставлення до себе з досягнення життєвого успіху.
3. Алгоритм самоаналізу ціннісного ставлення до себе з реалізації освітніх цілей і завдань.
4. Узагальнені правила формування культури дій. Культура взаємодії з законом.
5. Культура прийняття рішень. Формула співдружності.

2.3. ПЕРЕЛІК ТЕМ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

Самостійна робота передбачає вивчення базової й додаткової літератури та виконання індивідуальних завдань: підбір і систематизація інформації, опанування методикою самопостереження з використанням ментально-часових характеристик («після», «під час», «до» комунікативної педагогічної події) в ході міжособистісних педагогічних комунікацій, проведення системного самоконтролю, самоаналізу, самодіагностики, самокорекції індивідуального ресурсу сил, розробка методичних рекомендацій з окремих напрямків професійного стандарту педагогічних працівників з реалізації функції рефлексії та професійного саморозвитку. Перелік тем і питань, винесених на самостійне вивчення, надано в таблиці 3.

Перелік напрямків, тем, питань самостійного опрацювання

Тема спеціального курсу	Напрямки, теми, питання самостійного опрацювання	Форми самостійної роботи	К-ть год.
<i>Модуль 1. Теоретичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.</i>			
Тема 1. Загальні положення технології формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.	2. Рівні об'єктивації самооцінки особистісно-професійних якостей. 3. Ментально-часові характеристики самоаналізу.	Складання тез конспектів, рефератів, методичних розробок тощо.	2
Тема 2. Узагальнені правила ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе засобами самопізнання.	1. Характеристика етапів ментальної працездатності суб'єкта педагогічної діяльності. 2. Кульгура праці. 3. Кульгура спілкування. 4. Кульгура взаємин у сім'ї.	Складання тез конспектів, рефератів, методичних розробок тощо.	2
<i>Модуль 2. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.</i>			
Тема 4. Технологія розбудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.	1. Структура діагностичної таблиці «Леонардо». 2. Структурно-змістові компоненти таблиці «Почуття». 3. Структурно-змістові компоненти таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро».	Складання тез конспектів, рефератів, методичних розробок, технологічних схем, таблиць тощо.	2

Тема спеціального курсу	Напрямки, теми, питання самостійного опрацювання	Форми самостійної роботи	К-ть год.
Тема 5. Методика самооцінки ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до оточення (сім'ї, родини, колег).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Узагальнена характеристика рівнів педагогічної свідомості. 2. Професійна компетентність у функції самокерування індивідуальним ресурсом сил. 3. Етапи і процедура самодіагностики і трансформування особистісно-професійних якостей за допомогою діагностичних таблиць. 	Складання тез конспектів, рефератів, методичних розробок, тощо.	2
Педагогічні дискусії «Ціннісне ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе та оточення в період соціокультурних змін: практичний аспект».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Напрямки формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе. 2. Правила ціннісного ставлення до себе з досягнення життєвого успіху. 3. Алгоритм самоаналізу ціннісного ставлення до себе з реалізації освітніх цілей і завдань. 4. Узагальнені правила формування культури дій. Культура взаємодії з законом. 5. Культура прийняття рішень. Формула співдружності. 		2
<i>Всього:</i>			

10 годин

2.4. ІНДИВІДУАЛЬНІ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЦЬКІ ЗАВДАННЯ

Індивідуальне науково-дослідне завдання виконується у вигляді творчої роботи (проєкту) за узгодженням з керівником. Науково-дослідна робота (проєкт), як творча самостійна діяльність здійснюється відповідно до наукового напрямку «Теоретичні й методичні засади особистісно-професійного самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності засобами самопізнання».

Творча робота оформлюється на одному боці аркуша формату А4 (210x297), з дотриманням встановлених вимог (кегель 14, інтервал 1.5, відступи: 20, 20, 20, 15 мм), обсягом 1 авторський аркуш (приблизно 24 друковані сторінки).

Творча робота виконується за такою структурою: титульна сторінка, зміст роботи, вступ (актуальність, практична значущість, мета, завдання, предмет), основна частина (розділ 1: теоретичне дослідження теми з посиланням на наукові праці; розділ 2: практичний аспект означеної проблеми, застосування наукових положень в педагогічній практиці, з посиланням на додатки), висновок (відповідно до означених у вступі мети та завдань), список літератури, додатки.

2.5. ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА РЕФЕРАТІВ, ДОПОВІДЕЙ, ВИСТУПІВ

1. Образ вчителя, вихователя у вимірі соціокультурного запиту сучасності.

2. Формування культури мислення як педагогічна проблема сучасності.

3. Педагогічне партнерство з провадження засад педагогіки гуманізму.

4. Свобода як міра особистої відповідальності суб'єкта педагогічної діяльності.

5. Культура особистісно-професійних досягнень з реалізації освітніх цілей і завдань.

6. Сутнісна характеристика концепту «добро у злі» та «зло у добрі» в контексті самовиховання та професійного саморозвитку.

7. Культура незгоди в ієрархії педагогічних комунікацій.

8. Прощення як моральна категорія в контексті особистісно-професійного самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності.

9. Повага як ознака педагогіки партнерства в освітній діяльності.

10. Самопізнання як інноваційна педагогічна технологія з формування ціннісного ставлення до себе.

11. Правдивість як спосіб мислення вчителя-новатора.

12. Самопізнання і самовдосконалення особистості як педагогічна проблема.

13. Комунікативна культура в педагогічній практиці. Спілкування і діяльність.

14. Моральна складова комунікативної культури у вимірі ціннісного ставлення до інших.

15. Здоровий спосіб життя як ціннісне ставлення до себе.

2.6. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ З САМОКОНТРОЛЮ ТА КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

2.6.1. Перелік питань модульного контролю (самоконтролю)

Модуль 1. Теоретичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе».

1. Охарактеризуйте напрямки формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.
2. Наведіть узагальнені правила свідомого вдосконалення думок. Обґрунтуйте доцільність їх застосування в педагогічній практиці.
3. Опишіть алгоритм причинно-наслідкового зв'язку ціннісного ставлення до себе (зосередженість на головному).
4. Критерії та функціональні обов'язки ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе.
5. Надайте алгоритм самооцінки ціннісного ставлення до нової справи.

Модуль 2. Методичні засади формування ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе.

1. Охарактеризуйте етапи системного самоаналізу особистісних якостей та професійної діяльності з реалізації освітніх цілей і завдань з використанням таблиці «Почуттів».
2. Наведіть алгоритм розбудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення суб'єкта освітньої діяльності до себе та інших з використанням таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро».
3. Охарактеризуйте етапи формування культури незгоди.

2.6.2. Перелік питань підсумкового контролю знань (залік)

1. Проаналізуйте своє вміння надавати об'єктивну самооцінку особистісно-професійних досягнень (низький, середній, високий рівень). Складіть індивідуальний план з формування ціннісного ставлення до себе, закону, праці, оточення, довкілля.

2. Використовуючи таблицю «Уміння думати логічно, позитивно, мудро», визначте свій рівень ціннісного ставлення до інших у конфліктних педагогічних ситуаціях. Складіть індивідуальну траєкторію з досягнення більш високого рівня комунікативної культури.

3. Охарактеризуйте специфічні ознаки культури незгоди, використовуючи правила ієрархічних педагогічних комунікацій. Наведіть приклади з педагогічної практики, де ви проявили високий рівень культури незгоди.

4. Обґрунтуйте необхідність застосування (або обмеження в застосуванні) технологій формування ціннісного ставлення до закону, праці, оточення в сучасній педагогічній практиці.

5. Проаналізуйте результати педагогічного спілкування з учнями за матеріалами навчального кейсу.

3. ДИДАКТИЧНІ РОЗРОБКИ ДЛЯ СЛУХАЧА. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ ЗАСОБАМИ САМОПІЗНАННЯ

ТЕМА 1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ СУБ'ЄКТА ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДО СЕБЕ

1.1. Актуальність теми

Еволюція самосвідомості та досвід практичної діяльності свідчать про необмежені можливості розумно мислячої людини, здатної до системного самопізнання та самовдосконалення.

Інноваційні підходи з повсюдного використання цифрових технологій, поновлюваних та нетрадиційних джерел енергії з забезпечення основних сфер життєдіяльності засвідчують істотну потребу розумно мислячої людини до нових знання та вмінь, спонукають до формування більш високого рівня комунікативної культури із собою, оточенням, довіллям. Непорушними та дієвими в системі комунікативних взаємодій залишаються фундаментальні категорії: віра, надія, любов як вічні духовно-моральні вказівники до самопізнання, саморозвитку, самовдосконалення.

Розумне врегулювання потрясінь соціокультурної сфери, притаманних періоду змін, доцільне державне керування економічною та політичною галузями державного устрою, значущі наукові відкриття, зокрема в області психічних досліджень, філософське бачення буття, усвідомлення засад віри і, зазвичай, недогматичне ставлення до релігії – все це ознаки розумового розвитку сучасної людини.

На фоні глобальних соціокультурних змін, набуття характерних для нової епохи знань, особливо сумним виступає факт зневажливого ставлення людини до людини, порушення загальноприйнятих комунікативних норм і правил. Відомо, що той, хто має знання, але не володіє загальнолюдськими нормами моралі, небезпечний для самого себе і соціуму, в якому він перебуває. Однак, і той, у кого сформовані моральні якості, але не в повній мірі за сучасними вимогами розвинений інтелект, якщо є і безпечним, та некорисним, соціально незатребуваним. Тому однією з головних постає проблема усвідомленого виховання, зокрема самовиховання, яка потребує невідкладного розв'язання на рівні державного освітнього законодавства.

Врегулювання дедалі зростаючого протиріччя між опануванням новими знаннями і застосуванням їх в практиці повсякденних комунікацій з дотриманням духовних, моральних, громадянських законів залежить від самої людини, її здібностей до системного пізнання себе і неухильного прагнення до самовдосконалення.

Спонукальний мотив «стати сьогодні кращим, ніж був учора», керуючись настановою «не нашкодь» є рушійною силою, здатною спрямовувати розумно

мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до подальшого саморозвитку, досягнення більш високого рівня ціннісного ставлення до себе та комунікативної педагогічної культури.

Науковці, просвітники, громадські діячі, об'єднані метою збереження загальнолюдських цінностей, акцентують увагу на пізнанні особистих можливостей кожним, хто не втратив здатності до свідомого самовдосконалення розумно-душевно-духовних сил. Унаслідок цього ідея ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе, подальшого особистісно-професійного самовдосконалення засобами самопізнання в непростих умовах сьогодення набуває практичного значення, сприяє утвердженню засад педагогіки гуманізму.

Аналіз наукової літератури виявив значний доробок у галузі проблеми ціннісного ставлення, самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності, що розглядається в міждисциплінарному контексті філософського, психолого-педагогічного знання. Філософське бачення ціннісного ставлення до професійного саморозвитку особистості представлено в працях В. Андрущенка, О. Базулука, І. Бондаревич, Б. Гершунського, М. Євтуха, І. Зязюна, В. Кременя, В. Тертичної, Г. Шевченко та ін. Психологічний аспект ціннісного ставлення особистості до саморозвитку та самовдосконалення обґрунтовано в розвідках багатьох учених. Зокрема, аналіз проблеми людини як суб'єкта особистісного розвитку, здатного до творчої реалізації програми власного життєвого шляху, репрезентовано в студіях К. Абульханової-Славської, М. Боришевського, А. Брушлинського, В. Моляко та ін.

Ціннісне ставлення особистості до себе в контексті подальшого розвитку духовності представлено в трудах І. Беха, О. Вишневецького, М. Євтуха, Е. Помиткіна, О. Семенов, Г. Шевченко. Фундаментальними з дослідження проблеми ціннісного ставлення особистості до себе як психологічного феномену є ідеї представників гуманістичної психології (А. Адлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл); класичного психоаналізу (Е. Еріксон, З. Фройд, К. Юнг). Поняття «розвиток», «саморозвиток» розглянуто науковцями з позицій уродженої тенденції особистості до реалізації своїх потенційних можливостей, прагнення людини до найбільш повного виявлення й розвитку власних можливостей і здібностей. Психологічні, аксіологічні, естетичні аспекти педагогічної майстерності проаналізовано в наукових дослідженнях С. Гончаренка, І. Зязюна, О. Лавріненка, Н. Ничкало, Ю. Пелех, В. Рибалки, В. Сластьоніна, Т. Усатенко, Л. Хомич та ін.

У контексті ціннісного ставлення досліджуються питання з ефективного вирішення міжособистісних проблем, взаємодії і спілкування з дотриманням норм комунікативної культури (М. Бахтін, І. Бех, І. Глікман, К. Гнезділова, Є. Головаха, В. Грехньов, В. Гріньова, М. Євтух, Л. Кунаковська, В. Маралов, В. Семиченко, О. Соколова, Г. Шевченко).

Питанням теорії розвитку особистості педагога в умовах неперервної педагогічної освіти присвячено праці Н. Волкової, С. Гончаренка, О. Дубасенюк, О. Савченко, С. Сисоєвої, О. Сухомлинської, Г. Троцько та ін. На думку дослідників, найголовнішим мотивом професійного саморозвитку, самовдосконалення

є можливість реалізуватися через професію. Підґрунтям ціннісного ставлення педагога до себе як компетентного професіонала є також ідеї психолого-педагогічної акмеології К. Абульханової-Славської, Б. Ананьєва, О. Бодальова, В. Вакуленко, Г. Данилової, А. Деркача, В. Зазикіна, О. Кириченко, Н. Кузьміної, В. Пальчевського, Я. Петровського, Л. Рибалко, Є. Степанова, яку фахівці розглядають як багатовимірний процес розвитку особистісних і професійних якостей, досягнення «акме», сходження до вищого рівня професійного розвитку.

Сутнісні положення самопізнання і самовдосконалення у вимірі ціннісного ставлення особистості до себе відображені в дослідженнях Б. Ананьєва, І. Беха, М. Євтуха, Л. Кунаковської, В. Маралова, Е. Піньковської, Е. Помиткіна, Г. Шевченко. Завдячуючи науковим підходам, ідея самопізнання й особистісно-професійного самовдосконалення стає керівництвом до дії суб'єктів педагогічної діяльності, сприяє утвердженню основ професіоналізму й гуманізму в освітньому середовищі.

Гуманістичне розуміння світу залишило свої відбитки у Давньому Єгипті, Китаї, Давній Греції, а поспіль і у Римській імперії. Зародження принципу ціннісного ставлення до іншої людини спостерігаємо у філософських ідеях Протагора, Сократа, Демокрита. Принципово новий підхід з усвідомлення сутності людини пов'язаний із зародженням християнства.

Теорія самопізнання та самовдосконалення як напрям ціннісного ставлення до життя у системі виховання особистості представлена у педагогічній спадщині видатних діячів освіти минулого:

Я. Каменського, Й. Песталоцці, А. Дістервега, К. Ушинського, А. Макаренка, В. Сухомлинського. Загальним у цих ідеях виступає віра в людину, у можливість її удосконалення на гуманістичних засадах.

Покладаючись на провідну філософсько-педагогічну думку, безумовно актуальним є твердження, що людина – це особлива цінність, творець духовних і матеріальних скарбів, що передаються з покоління в покоління, створюючи сукупні вселюдські цінності. Найголовнішим серед них є соціокультурне середовище, в якому кожна людина займає своє ієрархічне місце, що відповідає розвитку її самосвідомості та духовним надбанням (І. Бех, М. Євтух, М. Мельников, Е. Піньковська, Г. Шевченко).

Унаслідок вивчення наукових джерел з досвіду особистісно-професійного самовдосконалення, ціннісного ставлення до різних напрямків життєдіяльності зафіксовано суперечності:

– *на соціально-культурному рівні*: між соціально зумовленими зростаючим суспільним запитом до набуття особистісної і професійної компетентності суб'єкта педагогічної діяльності та недостатнім рівнем реалізації ним цих вимог;

– *на науково-методичному рівні*: між вимогами до високого рівня сформованості ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе, оточення, довкілля і недостатністю науково-методичного забезпечення у системі виховання та самовиховання.

Вирішення наявного протиріччя між знаннями та вміннями їх застосувати в педагогічній практиці лежить у площині ментальної культури суб'єкта педагогічної діяльності, його здатності до системного пізнання себе,

стійкого спрямування до особистісно-професійного самовдосконалення, формування внутрішньої культури та культури педагогічних комунікацій.

За таких умов активним суб'єктом може стати людина, яка насамперед керується у своїй суспільно корисній діяльності гуманістичними цінностями, має сформований рівень самосвідомості миротворця, правдолюбця, відповідальної і вдячної особи.

На загальнонауковому методологічному рівні конкретизовано наукові підходи до проблеми розгляду, що уможливорює:

- розуміння ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності як найбільш адекватної форми саморозвитку, що виявляється в самопізнанні, самоствердженні, самоактуалізації та самореалізації особистості як динамічної системи, досягнення нового якісного рівня світосприйняття;

- трактування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе як внутрішнього процесу свідомої цілеспрямованої роботи над собою, свідомого саморуку до самовдосконалення засобами самопізнання, ціннісно-вмотивованої професійної діяльності, здатності самостійно визначати концепцію власного особистісно-професійного зростання на засадах аксіологічного, акмеологічного, компетентнісного, культурологічного, антропологічного, особистісно-орієнтованого, системного, цілісного, діяльнісного, синергетичного підходів;

- інтерпретація ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе як до цілісної нелінійної системи зі сформованою ціннісно-сисловою сферою, ґрунтовно вираженою мотивацією до самопізнання

та професійної самореалізації, спрямованою до подальшого розвитку ментальної працездатності, позитивного логічного конструктивного мислення, набуття педагогічних умінь з цілеспрямованого подолання особистісної недосконалості, надання об'єктивної самооцінки, аналізу педагогічних ситуацій та комунікацій, досягнення оптимального індивідуального стилю.

1.2. Основні поняття та визначення

До базових понять досліджуваної теми можна віднести такі:

– *духовність*, як найбільш вагоме поняття людського існування, визначає здатність людини до творчої і культурної самореалізації в процесі свідомого сприйняття дійсності і взаємодії її з реальними проявами шляхом пізнавальної, креативної, аксеологічної активності. Духовність базується на міцному моральному аспекті, відображаючи процес неухильно зростаючої потреби в знаннях і свідомій необхідності в принциповому оновленні суб'єкт-суб'єктивних стосунків, спрямованих на розуміння і задоволення потреб іншого;

– *культура* – удосконалення тілесно-душевно-духовних сил, нахилів і здібностей людини, а отже, і рівень їх розвитку [10];

– *культурний фон* – це загальні умови, що забезпечують високий рівень розумового і соціального розвитку суб'єкта та відображають рівень його життєвих досягнень;

– *норма культурного фону* – умовно прийнята *нижня межа* внутрішньої культури суб'єкта самопізнання, яка засвідчує відсутність вживання

нецензурних слів у спілкуванні, звички курити, вживати алкоголь, наркотики, хронічних захворювань, а також наявність розвинутого вміння організувати свій відпочинок;

– *самопізнання* – здатність суб'єкта до свідомого входження у свій внутрішній світ, дослідження особистісної ментально-чуттєвої сфери з усвідомлення категорій «зла у добрі» й «добра у злі» та формування стійкого позитивного (негативного) ставлення до пізнаних у собі добродійностей (вад);

– самовдосконалення – здатність до оволодіння майстерністю трансформації негативних рис у позитивні; примноження кращих рис та набуття досвіду їх втілення у різноформатних комунікаціях;

– *ставлення* – той або інший характер поведінки з ким-, чим-небудь [1];

– *мораль* – правила, які визначають поведінку, духовні і душевні риси, необхідні людині в суспільстві, а також виконання цих правил, загальноприйнята поведінка [1];

– *цінності* – особливий соціальний феномен позитивної значущості в системі суспільно-історичної діяльності людей [10].

В контексті проблеми зміст словосполучення «ціннісне ставлення» розглядається в динаміці розвитку ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе та оточення як професійної, законослухняної, гуманної, розумно мислячої людини.

Зазначимо, що словникове тлумачення поняття «цінність» надається ще й як важливість, значимість, користь, корисність чого-небудь [1]. Зростаюча потреба доцільно-значимого ставлення суб'єкта педагогічної

діяльності до закону, праці, оточення, довкілля як необхідного та корисного створює умови для його подальшого саморозвитку та самовдосконалення, підвищення рівня комунікативної культури.

Зовні цінність є властивістю предмета або явища. Однак значимість і корисність притаманні їм не від природи, не просто в силу внутрішньої структури об'єкта самого по собі, а є суб'єктивними оцінками конкретних властивостей, які залучені в сферу суспільного буття людини, людина в них зацікавлена або відчуває потребу [10]. Отже, усвідомлена потреба пізнавати себе, свій внутрішній світ як систему цінностей у вимірі повсякденних орієнтирів в предметній і соціальній дійсності спрямовує до більш глибокого розуміння свого ставлення до різних статусних відносин, предметів і явищ. Відомий довічний поділ цінностей на «матеріальні та духовні» дає змогу суб'єкту педагогічної діяльності визначати пріоритетний напрямок саморозвитку, реалізації своїх програмних цілей та завдань. Особливої уваги, в такому зв'язку, заслуговує поняття «вічні цінності». Перевірені та підтверджені самим життям, такі цінності сповнюють розумно мислячого суб'єкта самопізнання радістю, натхненням націлюють до творчої самореалізації, самоствердження, розвитку гуманних стосунків у міжособистісних, сімейних, професійних, соціальних взаємодіях.

Підкреслимо, що цінності в соціальному значенні об'єднують в собі значущі ідеали, явища, об'єкти з різних областей життєдіяльності (обивательської, правозахисної, економічної, політичної, наукової, культурної, філософської, релігійної), тобто є традиційними цінностями, тим, чим дорожать розумно

мислячі люди. Адекватне сприйняття традиційних цінностей закладає основи з формування культури взаємин в буденних комунікаціях.

Культура, з давньої мови землі – санскриту, означає вшанування світла (Культ – шана, Ур – світло) [8]. Розглядаючи духовний аспект поняття культури в його еволюційному вимірі, можна стверджувати, що поклоніння світлу знань, любові, вірі, мудрості дарує розумно мислячому суб'єкту можливість пізнавати себе, усвідомлювати життєвий простір, у якому він відчуває себе соціально затребуваним, корисним, здатним до позитивних самозмін. Свідоме прагнення до справдження високих надій, бажань, сподівань, подальших звершень призводить до відкриття нових творчих можливостей, які з набуттям особистого практичного досвіду трансформуються в універсальні здібності та вміння, сприяють підвищенню рівня внутрішньої культури, встановленню довірливих взаємин, збагачених розумінням, прощенням, милосердям, співчуттям у зовнішньому середовищі.

Отже, ціннісне ставлення до будь-кого-чого у зовнішніх комунікаціях розглядається як проекція внутрішньої культури розумно мислячого суб'єкта, здатного до самокерування індивідуальним ресурсом сил, цілеспрямовано самовдосконалюватися за духовною настановою «Все у тобі».

Узагальнення змістового наповнення поняття «ціннісне ставлення до себе» дає змогу сформулювати мету, завдання, предмет. *Мета* – формування внутрішньої культури засобами самопізнання як ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе.

Завдання – застосування технологій ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе в практиці повсякденних комунікацій; об'єктивація самооцінки ціннісного ставлення до себе, закону, праці, оточення, довкілля; підвищення рівня комунікативної культури. *Предмет*: ціннісне ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе та інших засобами самопізнання (свідоме самокерування індивідуальним ресурсом сил).

1.3. Алгоритм формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе

Багатовекторність особистих спрямувань суб'єкта педагогічної діяльності у вимірі творчого докладання індивідуальних сил, зокрема в політиці, економіці, науці, культурі, філософії, релігії, сприяє накопиченню особистого досвіду різних почуттів у стані миру і війни, добра і зла, істини і брехні, любові і ненависті тощо. Удосконалення вміння з самокерування індивідуальним ресурсом сил (пам'яттю, бажаннями, емоціями, думками) за схемою «просто, грамотно, цікаво, корисно, зрозуміло, цілеспрямовано, ємно» [15] дає змогу підвищити рівень внутрішньої культури, зміцнити вольовий, емоційний, ментальний імунітет, покращити взаємини з оточенням (рідними, друзями, колегами, сусідами, а також критиками, опонентами, неприємцями, ворогами).

Алгоритм формування ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності до себе представлено на рисунку 1 у вигляді поступово та послідовно змінюваних етапів самовдосконалення засобами самопізнання. За логікою побудови схеми, зрозуміло, що досягнення кожного наступного етапу стає можливим завдяки виникненню стійкої потреби



Рис. 1. Алгоритм формування ціннісного ставлення суб'єкта педагогічної діяльності до себе

до самопізнання і самовдосконалення. Самовідмова від негативних звичок, уподобань, нахилів слугує стимулом до цілеспрямованого підвищення рівня педагогічної комунікативної культури за показниками сформованості законослухняності, професіоналізму, гуманізму у забезпеченні свідомого самокерування індивідуальним ресурсом сил з досягнення значимих освітніх цілей і завдань.

Сформоване почуття міри в бажаннях, самовладання в емоціях створює умови розвитку позитивного, логічного, конструктивного мислення, набуття вміння системного самоаналізу поразок і перемог, об'єктивації самооцінки невдач та особистих подолань.

Законослухняність, професіоналізм, гуманізм як характерні риси розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності стають основами з розбудови індивідуальної траєкторії ціннісного ставлення до себе, регулятором якості комунікацій будь-якого формату: міжособистісного, професійного, соціального у взаємодіях із законом, працею, довкіллям тощо. Посилення громадянської відповідальності, дисципліни і порядку створюють умови для досягнення більш високого рівня культури у соціальних комунікаціях, ґрунтованих на законодавчій базі. Керівництво законодавчими засадами у повсякденні зміцнює статусні позиції суб'єкта педагогічної діяльності як громадянина, професіонала, суспільного діяча, сім'янина тощо. Сформована моральна сила у вигляді розвиненого інтелекту, волі, прагнення досягти мети робить його стійким до перемог і поразок. Розуміння життєвого спрямування за свідомим цілепокладанням, відповідальне ставлення до будь-якої, навіть несуттєвої

справи закладають основи безконфліктного співіснування у зовнішньому середовищі. Набуття рис доброзичливості, правдивості, відповідальності, вдячності, скромності, рішучості сприяє встановленню нової, соціокультурної «норми», створює умови для подальшого підвищення рівня комунікативної культури за алгоритмом ціннісного ставлення до себе та інших.

Запитання і завдання з самоконтролю

1. Розкрийте зміст поняття «ціннісне ставлення до себе».
2. Охарактеризуйте основні етапи з формування культури взаємин із собою та оточенням.
3. *Тест.* Окресліть обов'язки, які має людина перед друзями, сусідами, колегами, і просто зустрічними людьми?

Проаналізуйте свої почуття і дії за схемою у нижче поданій таблиці.

Щаб-лини	Наявні почуття в тобі	Відповідні дії
1.	Почуття рівноправності	Потребує визнання кожного рівним собі в усьому
2.	Почуття розуміння	Формує прощення кожного
3.	Почуття допомоги	Пробуджує прагнення до полегшення ноші тягаря кожному
4.	Почуття турботи	Виявляє намагання попередити тяжкі страждання іншого
5.	Почуття доброти	Виявляє здатність віддавати більше, ніж одержувати
6.	Розвинене співчуття	Навчає брати тягар болю на себе
7.	Почуття любові	Відкриє радість безкорисливого служіння всім, кого полюбив

Кожне почуття і його дієвість, із семи вказаних, є позитивним і робить тебе кращим, якщо ти здатний проявляти це постійно.

Але потрібно взяти до уваги, що кожне наступне почуття і відповідна дія виникає тільки тоді, коли попереднє повністю тобою засвоєне стосовно всіх, а головне, щоб воно було постійним [19].

Тест. Які риси у вас превалюють?

Щаблина	Негативні риси	Позитивні риси
1.	Байдужість	Подяка
2.	Презирство	Вдячність
3.	Хула (ганьба)	Повага
4.	Невизнання	Визнання
5.	Неповага	Пошана
6.	Осуд	Вшанування
7.	Невдячність	Пам'ять

Надайте об'єктивної самооцінки [18]

Тест. Яка ти людина?

– Бачиш красу навколо себе, оцінюєш зусилля для її створення?

– Не висловлюєш незадоволення життям, не злословиш?

– Не рвеш, не ламаєш, не топчеш, не знищуєш, не плюєш, не забруднюєш навколишню природу?

Відповідайте собі правдиво, пізнайте самого себе [18].

ТЕМА 2. КОМУНІКАТИВНА КУЛЬТУРА У ВИМІРІ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ

Характер міжособистісних, сімейно-родинних, професійних, соціальних комунікацій сповна залежить від якісного складу структурно-змістових компонентів індивідуального ресурсу сил (рівня внутрішньої культури) комунікаторів, реалізованих ними суспільно корисних справ (безоплатних, безкорисливих, жертвних), громадянської позиції (захисник, носій, творець миру і порядку), ієрархічного статусу як розумно мислячого суб'єкта самопізнання (ментально працюючого, ментально самостійного, ментально самодостатнього). Зазначимо, що якісне наповнення зовнішніх комунікацій відповідатиме узагальненим характеристикам сформованості рівня внутрішньої культури комунікаторів, зокрема за когнітивним, емоційно-ціннісним, діяльнісним критеріями.

Розглянемо зміст комунікацій в контексті ціннісного ставлення розумно мислячого суб'єкта самопізнання до оточення, закону, праці, сім'ї, довкілля, до життя за духовно-моральними законами.

2.1. Внутрішня культура суб'єкта самопізнання

Ключові слова:

Внутрішній – що складає зміст, розкриває саму глибину, суть, душу кого-, чого-небудь [10].

Мотивація до системного формування внутрішньої культури складається, насамперед, з усвідомленої потреби до самопізнання, з утримання у своїй

пам'яті такого прагнення в буденні. Підкреслюємо словосполучення – *усвідомлена потреба*. Формулюванню важливих питань, що употужнюють моральні основи подальшої життєдіяльності, сприяє переосмислення своїх вчинків і висловлювань, поривань і спонукань, спрямувань і думок. До переліку належать доленосні питання, які без сумніву стали відображенням людської мудрості: «Хто я?», «Навіщо прийшов на Землю?», «Що робити?», «Коли починати?», «До чого докласти своїх зусиль?». Пошуки, доленосних, без перебільшення, відповідей відкривають перед розумно мислячим суб'єктом раніше не знану ним сферу ментально-чуттєвих надбань у відповідності з його індивідуальним ресурсом сил та розвитком особистих можливостей ціннісного ставлення до себе, інших, довкілля.

Слід підкреслити, що самопізнання – процес багатогранний і кропіткий, вимагає від суб'єкта розвинутої волі, зосередженості на меті, а також незворотності спрямувань. Однак, при дотриманні вказаних умов, самопізнання стає усвідомленою необхідністю, приголомшує несподіваністю позитивних результатів і захоплює силою творчих перспектив, які відкриваються розумно мислячому суб'єкту.

Предметність самопізнання визначає логіку досліджень структурно-змістових складників внутрішньої культури (ІРС) як напруженої роботи з пізнання і розмежування в собі позитивних і негативних якостей, звичок, уподобань, прагнень, спонукань за схемою свідомого самовдосконалення пам'яті, бажань, емоцій, думок.

Самоаналіз пам'яті за формулою вибору головного дає змогу з'ясувати, чим сповнена скарбниця особистого досвіду пережитих подій, вражень, що переважно зберігається в ній: якісні, творчі позитивно-повчальні образи з життя (милосердна пам'ять) чи претензії, образи, звинувачення інших в створенні конфліктних ситуацій, немирлюбних контактів, накопичення негативних прикладів (злопам'ятність). Етапи свідомого вдосконалення пам'яті наведені у таблиці 1.

Таблиця 1

Етапи свідомого вдосконалення пам'яті [19]

Етапи	Складники. Показники		
	Само-діагностика (констатація факту)	Самоаналіз (з'ясування причин)	Трансформування
1.	Погана пам'ять (помічаю, що часто про щось забуваю)	Уточнюю, що найгірше запам'ятовую (дати, обличчя, імена, події)	Намагаюсь згадати (що запам'ятовується легко та надовго? Що запам'ятовується складно і чому?)
2.	Раптом проявляю забудькуватість (все частіше таке помічаю у собі)	Уточнюю, що забувається (борги, свої обов'язки, обіцянки, зміст фільмів, книг, розмов)	Намагаюся згадати почуття при виявленні забудькуватості (засмучення, розчарування, докори сумління, страх)

Етапи	Складники. Показники		
	Само-діагностика (констатація факту)	Самоаналіз (з'ясування причин)	Трансформування
3.	Добре пам'ятаю епізоди з далекого минулого (однак забуваю поточні побутові події)	Уточнюю, можливо, забуваю те, що не вважаю за необхідне пам'ятати (не обтяжую свою пам'ять «не своїми справами»)	Намагаюсь не засмучувати близьких і рідних своєю забудькуватістю (слухаю, заглиблююсь у зміст того, про що йдеться, без уточнення подробиць)
4.	Згадую те, що необхідно (лише при сильному напруженні)	Намагаюся повністю зосередити увагу «до події» (на справі, розмові, яку починаю)	Намагаюся пам'ятати про особисту відповідальність за наслідки (у докладанні особистих зусиль до будь-якої справи, розмови)
5.	Нотую необхідну інформацію не покладаючись на пам'ять	Постійно аналізую виконання запланованого	Треную себе у спогадах (за зоровою, слуховою, асоціативною пам'яттю)

Розуміння суті бажань (у відповідності з категоріями «добро у злі» та «зло у добрі»), свідомого ставлення до їх втілення (для чого «потрібно», «коли потрібно», «кому потрібно») сприяє формуванню почуття міри, зміцнює волю, спрямовує до більш високого рівня самовдосконалення. Свідоме самокерування бажаннями ґрунтується на особистій відповідальності

за їх реалізацію за формулою «Не нашкодь» ані собі, ані іншим, надихає суб'єкта самопізнання до більш глибокого розуміння свого внутрішнього світу, поступливість здоровому глузду усупереч мінливим потребам. Зазначимо, що уміння керувати своїми бажаннями забезпечується постійним самоконтролем та самодисципліною, зміцненням волі до перемог, сприйняттям поразок як засобом подолання себе, готовністю розпочати невдалу справу спочатку. Етапи свідомого вдосконалення бажань наведені у таблиці 2.

Таблиця 2

Етапи свідомого вдосконалення бажань [19]

Етапи	Складники. Показники		
	Самодіагностика (констатація факту)	Самоаналіз (з'ясування причин)	Трансформування
1.	Хочу і буду (так чинити, говорити, думати)	Чого хочу отримати (здоров'я, грошей, влади, слави, спокою?)	Чи можу самостійно зрозуміти, як досягти бажаного (чи потрібно просити допомоги, поради, рекомендацій)
2.	Хочу (бути здоровим!)	Хочу зробити себе здоровим (якщо не я, то хто це зробить?)	Розпочати оздоровлення бажань у поступовому режимі (хочу – можу – потрібно!)
3.	Чи можу стримати свої бажання? (щоб не обтяжувати себе та оточення)	Хочу бути бадьорим (щоб уміти починати спочатку будь-яку справу після програшу)	Починаючи спочатку, враховувати, що хід оздоровлення бажань ступеневий (відмова від шкідливих, безневинних звичок, поблагливісті)

Етапи	Складники. Показники		
	Самодіагностика (констатація факту)	Самоаналіз (з'ясування причин)	Трансформування
4.	Чи можу порівнювати свої бажання? (зі своїми можливостями)	Хочу бути радісним (щоб йти уперед, долаючи труднощі)	Продовжити оздоровлення бажань (за індивідуальною методикою, розробленою особисто для себе)
5.	Чи хочу навчитися керувати своїми бажаннями?	Бажаю себе відчувати (бадьорим, активним, радісним постійно)	Розпочати спочатку (з встановлення для себе оптимального режиму праці й відпочинку як оновленого способу життя)

Наступним складником в пізнанні себе є виняткова моральна якість, пов'язана з емоційно-чуттєвою сферою людських проявів: стриманістю, спокоєм, розважливістю, самовладанням, що спрямовує суб'єкта самопізнання до прийняття та реалізації життєво важливих рішень в стані спокою та розважливості.

Вміння володіти собою приходить поступово і свідчить про рівень керованості власними емоціями в будь-яких життєвих, особливо в конфліктних ситуаціях. Нестабільність емоційного стану зумовлюється, зокрема, зовнішніми впливами, випробуваннями, спричиненими напруженими комунікативними контактами. Акцентуємо на тому, що виникнення емоційно-чуттєвих сплесків надмірної

радості чи суму засвідчують наявність специфічних рис, притаманних егоїстичній натурі, таких як: самозахоплення, самовиправдання, самопрощення, гордовитість, пихатість, зарозумілість, які, в свою чергу, активізують відповідні почуття саможально, докорів сумління, розчарування тощо і в собі, і в інших. Синергія позитивних почуттів у більшій мірі залежить від об'єктивації самооцінки генерованих думок та дій. Відкритість, щирість, наївність в проведенні самоаналізу почуттів, думок, спонукань дає можливість суб'єкту самопізнання знайти причину виникнення проблеми в собі, трансформувати виявлені негативні якості та уникнути негативних наслідків.

Хитрість, лестощі, лицемірство як ознаки неправдивості здатні деформувати уявлення про справжні цінності, привести до нерозсудливих компромісів і оманливих ідеалів. Ситуація ускладнюється тим, що у стані внутрішнього неспокою, стурбованості суб'єкт здатний звинуватити в своїх проблемах будь-кого, створити образ ворога з близьких, рідних, колег, опонентів, критиків тощо, обтяжуючи свій непростий емоційний стан.

Вміння зрозуміти причину, знайти джерело роздратування, обдумати план виходу із напруженої ситуації, самостійно розпочати відповідальне його виконання вказує на суттєві досягнення з самокерування емоціями стосовно ціннісного ставлення до себе, засвідчує високорозвинений інтелект і здатність мислити в форматі «вони + я». Етапи свідомого вдосконалення емоцій наведені у таблиці 3.

Таблиця 3

Етапи свідомого вдосконалення емоцій [19]

Етапи	Складники. Показники		
	Самодіагностика (констатація факту)	Самоаналіз (з'ясування причин)	Трансформація
1.	Засмучує частий гнів (почуття сильного обурення, невдоволення собою)	Коли, на що гніваюсь? (якщо гнів на людей і на себе виникає всупереч своєму бажанню)	Усвідомлення: «Хто я?» (миролюбний – борець за мир; мирносець – безконфліктний; миротворець – будівник миру)
2.	Засмучує частий страх (дуже сильний переляк за свої справи, слова, думки)	Який відчуваю страх? (смертельний, до неприємності, паралізуючий)	Усвідомлення: коли, з ким, чому (соромлюся свого вчинку, слів, думок)
3.	Засмучують часті образи (хоча знаю, що ображається той, хто сам ображає людей своєю неправдивістю)	Коли, за що, на кого? (виникає образа, чи це смуток, від викриття потаємної правди про мене)	Усвідомлення афоризму: «Юпітер! Якщо ти сердишся, значить ти не правий»
4.	Набридло засмучення (на самого себе від частого повторення помилок)	Які недоліки (1–3) засмучують частіше? У чому? (у вчинках, словах, думках)	Усвідомлення своїх недоліків («після», «під час» події)
5.	Помічаю часті нарікання до себе (невдоволення, які виражаються тихою промовою, у неясній формі)	Чому виникають нарікання? (невдоволення справами, словами, думками та що з цим треба робити?)	Запорука успіху – конструктивна самокритика («до», «без» ймовірної події)

Синергія розумових досягнень (компетентність, професіоналізм, ерудиція) та чуттєвих проявів (справедливість, милосердя, мужність, мудрість) за логікою особистого цілепокладання (в форматі мислення «вони і я», «вони + я») сприяє створенню образу розумно мислячого суб'єкта самопізнання, здатного до співстраждання, сповненого благородством спонукань та чистотою думок. Дотримання зазначених умов забезпечує формування унікальної здатності до мислетворчості у форматі мислення «ми».

Позитивна наповнюваність спонукального мотиву зумовлюється наявністю духовно-моральних ознак, закладених у цілеспрямованих діях, зокрема: сталою громадянською позицією (законослухняністю), суттєвими професійними здобутками («акмедосягненнями»), свідомим спрямуванням до безкорисливого служіння гуманним цілям (економічним, політичним, науковим), ціннісним світорозумінням цілісного світосприйняття. Наголосимо, що якість генерованих думок, спонукань, поривань спричинює відповідний характер дій.

Етапи свідомого вдосконалення думок, розвиненого уміння думати за логікою добра наведені у таблиці 4.

Таблиця 4

Етапи свідомого вдосконалення думок [19]

Етапи	Складники. Показники		
	Само-діагностика (констатація факту)	Самоаналіз (встановлення причин)	Трансформація
1.	Часто помиляюся в оцінці подій і людей (мислення некритичне)	Прийняття мислення «від добра» (як необхідного, раціонального)	Оволодіння і застосування мислення «від добра» (у спілкуванні з колегами, друзями, рідними)
2.	Ловлю себе на тому, що мислю алогічно (дискретно, непослідовно)	Пізнання законів формальної логіки	Оволодіння логікою мислення (зосередженість, продуманість, розумність, закономірність)
3.	Ловлю себе на демагогії (на навмисному впливі на почуття людей для досягнення своїх цілей)	Уміння розпізнавати у собі (хитрості, применшення і перебільшення в оцінці особистих досягнень)	Пізнання, осмислення, усвідомлення (законів діалектики)
4.	Часто думаю про себе негативно (хоча знаю, що це прихована гордовитість)	Освоєння розумного мислення про себе «від добра» («зате я добре вмію...»)	Культивування в собі думок благородних (милосердних, співчутливих про ворогів, друзів, про себе)

Етапи	Складники. Показники		
	Само-діагностика (констатація факту)	Самоаналіз (встановлення причин)	Трансформація
5.	Ловлю себе на софістиці (вміння всупереч логіці відстояти будь-яку точку зору за оманливих доводів)	Поняття про ментальний імунітету (пам'ятати про закон причин і наслідків)	Зміцнення ментального імунітету (мислення мирне, щире, шанобливе, законослухняне про себе та оточення)

Отже, зазначимо змістове наповнення основних структурно-змістових складників сформованості внутрішньої культури:

- *культура пам'яті*: структурування пам'яті за вибором головного, накопичення та зберігання позитивного досвіду комунікативних ситуацій та контактів;
- *культура бажань*: почуття міри, доцільність у досягненні бажаного, сумірного з власними силами, можливостями та вміннями реалізувати сплановане;
- *культура емоцій*: самовладання, стриманість, розважливність, співстраждання, внутрішній спокій у самостійному прийнятті та втіленні рішень, особиста відповідальність за наслідки думок та дій, розвинена здатність до прощення інших;
- *культура думок*: позитивне, логічне, конструктивне, проектне мислення, свідоме цілепокладання, трансформування мислеобразу ворога, благородство, людинолюбність, віра, самовіддане служіння справі, об'єктивне світорозуміння та світосприйняття.

Внутрішній світ розумно мислячого суб'єкта можна уподібнити до унікальної надскладної самовідновлюваної системи, здатної забезпечувати життєдайну, життєстверджуючу, життєохоронну функції засобами самопізнання, самоорганізації та саморегуляції. Реалізація на практиці зазначених функцій потребує доброї волі, цілепокладання, цілеспрямованості, синергії, при наймі, трьох сил: сили розуму (розвинений інтелект; вольовий імунітет), сили волі (подолання себе, стриманість; емоційний імунітет), сили духу (набуття ресурсу чеснот; ментальний імунітет). Здатність до самокерування емоційно-вольовою та ментально-чуттєвою сферами відображає потенційні можливості з поетапного розвитку самосвідомості відповідно до низького, середнього, високого рівнів, а отже, засвідчує ступінь внутрішньої свободи від шкідливих звичок, уподобань, залежностей, пристрастей.

Підкреслимо, що на кожному рівні особистісного сходження розумно мислячий суб'єкт відчуває нездоланну потребу в подальшому усвідомленні своїх можливостей та розвитку мінь, розумінні та сприйнятті себе таким, яким є насправді. Коректне входження в свій внутрішній світ засобами самопізнання сприяє об'єктивації самооцінки індивідуального ресурсу сил, створює умови для ефективних взаємодій у зовнішніх комунікаціях.

Причинно-наслідкові зв'язки, рівнодіючі у внутрішньому і зовнішньому світі, підпорядковані загальній життєстверджуючій меті, втілення якої відбувається за доволі складним алгоритмом, заснованим на особистому ментально-чуттєвому та

дієвому досвіді спроб і помилок, досягнень і невдач, перемог і поразок. *Доцільне поєднання логіки та інтуїції забезпечує умови з розбудови індивідуальної траєкторії саморозвитку: зміцнення власних сил (розуму, волі, духу), усвідомлення необхідності того, що відбувається, поглиблення віри у вищу справедливість.*

Якісні трансформації, які відбуваються у внутрішньому світі розумно мислячого суб'єкта, сприяють позитивним змінам в його ставленні до будь-яких обставин, об'єктивно діючих в соціальній, економічній, політичній сферах життєдіяльності, потребують постійного самоаналізу та самокорекції на рівні спонукань, думок, почуттів та дій, що природно призводить до подальшого свідомого самовдосконалення.

2.2. Ціннісне ставлення до закону

Ключові слова:

Закон – зв'язок і взаємозалежність яких-небудь явищ об'єктивної дійсності [1].

Ієрархічний взаємозв'язок універсальних законів природи, збереження та охорони довкілля, ефективного використання енергії та доцільного ставлення до праці, державного устрою та суспільного розвитку обумовлюється синергією законів вищого порядку та загальнолюдської моралі.

Продуктивність життєдіяльності забезпечується засвоєнням загальнообов'язкових правил, які обумовлюють соціальні, економічні, політичні, освітні норми суспільних комунікацій. Підвищення рівня взаємин комунікаторів будь-якого масштабу (міжособистісних,

партнерських, сімейних, соціальних, виробничих, міжнаціональних, міждержавних тощо) у динаміці цілеспрямованого самовдосконалення стає можливим за умови, якщо більше ніж 51% з них поряд з законами моральними і громадянськими засвоюють закони вищого порядку (зокрема, ієрархії, свободи вибору, причинно-наслідкових зв'язків, доцільності, сумірності, необхідності, дзеркала, магніту, аналогії). Знання норм, правил, законів забезпечує суб'єктам комунікацій динамічне трансформування особистісних якостей, зростання професійних здобутків, підвищення статусу в їх соціально-культурному життєвому просторі.

Зазначимо, що законослухняність як змістова складова образу мислення створює особливі умови для системного особистісно-професійного самовдосконалення, «акме-досягнень», спрямування до суспільно корисної праці, покращення сімейних стосунків тощо. Повага до закону виховується поступово, в міру зростання відповідальності за думки, слова, дії, за все, що відбувається в особистому житті. Набуття у буденні відзнак дисципліни і порядку (у кожному трудовому дні і дні відпочинку), зокрема організованості, старанності, неухильності засвідчує про зміцнілу волю, сформованість почуття обов'язку перед рідними, близькими, колегами, співгромадянами перелік може бути подовжений. Акцентуємо, що безумовним зобов'язанням розумно мислячого суб'єкта, спрямованого до формування ціннісного ставлення до себе та інших, повстає цілеспрямоване трансформування внутрішнього спонукання у вигляді «хочу» в дієвість «можу» за алгоритмом свідомої потреби «необхідно» з реалізації спланованих дій.

Застосування у повсякденні універсального правила з досягнення бажаного: «хочу тільки те, що можу; можу те, що необхідно; необхідно те, що хочу» засвідчує про сформованість високого рівня законослухняності з застосування довічних духовно-моральних настанов та законодавчих норм, регламентуючих діяльність у професійній і соціокультурній сферах.

Життєвий досвід зазначає суттєві переваги та здобутки тих, хто увійшов у систему підлеглих цивільним, моральним, духовним законам на противагу тим, хто перебуває у світі подвійних стандартів, вигаданих правил, викривлених норм. В умовах свідомого дотримання законів життя стає доцільним, цікавим і корисним, створюється можливість до подальшого підвищення рівня міжособистісних комунікацій, розсудливої взаємодії у родині, колективі, соціумі, формується здатність терплячого ставлення до інших, розуміння ближнього, прощення ворога, ціннісного ставлення до себе, як такого, що спроможний постійно пізнавати свій внутрішній світ та самовдосконалюватися.

Ступенево-поступовий розвиток самосвідомості розумно мислячого суб'єкта за послідовним трансформуванням формату мислення «я + вони» (умовно низький рівень сформованості позитивного мислення), «вони і я» (умовно середній рівень сформованості позитивного, логічного мислення), «вони + я» (умовно високий рівень сформованості позитивного, логічного, конструктивного, проєктного мислення), опанування ним законів, що забезпечують ефективність його життєдіяльності, подальше оволодіння основами моралі і права, сприяють застосуванню набутих знань

в практику повсякдення, вибудовують модель культури взаємодії з законом: мораль робить закони гуманними, а послух законам веде до свідомих моральних дій. «Хто живе за законом Любові (Божим законом), той знає Істину, відкриває для себе істинну філософію і мистецтво, здійснює істинні наукові відкриття, осягає релігію, що несе Любов, Мир, Рівність, Свободу будь-якій душі» [15].

Синергія почуттів громадянського обов'язку, відповідальності, гідності, справедливості, милосердя сприяють формуванню культури спонукань, поривань, думок, висловлювань та дій. Слугуючи вірою і правдою, закон стає провідним маркером творчої самореалізації, самоствердження, саморозвитку, самовдосконалення.

2.3. Ціннісне ставлення до праці

Ключові слова:

Праця – цілеспрямована діяльність людини, спрямована на створення за допомогою засобів виробництва матеріальних і духовних цінностей, необхідних для життя людей [1].

Ефективність результативної праці досягається, зокрема, доцільним поєднанням фактичних здібностей та потенційних можливостей розумно мислячого суб'єкта у відповідності з його рівнем знань, вмінь, уподобань, свідомого докладання зусиль з забезпечення особистих, сімейних та родинних потреб, соціокультурного запиту колективу, міста, країни, міжнародної спільноти. Розширення масштабу діяльності та підвищення статусу виконавця забезпечується його здатністю усвідомлювати актуальність, важливість, глибину

проблем, доцільність їх реалізації та сумірність змісту спланованих завдань з особистими прагненнями, інтересами сім'ї, родини, колективу, міста, країни тощо. Зрозуміло, що для досягнення, приміром, статусу відповідального державного службовця необхідно мати волю до життєвих подолань за умови беззаперечного дотримання законів, розвинений інтелект, сформовані моральні якості, здібності до системного самоаналізу особистих поразок і перемог, а також вивчення позитивного досвіду діяльності інших, визнання їх праці на рівні з собою. Досягнення якісних показників ціннісного ставлення до свідомо обраної професійної діяльності зумовлюється рівнем розвитку самосвідомості, особистою ефективністю, вмінням позитивно, логічно, конструктивно, проектно мислити, самостійно приймати рішення та відповідати за наслідки своєї праці. Прагнення, закладені в свідомі моральні дії, визначають характер та спрямованість їх реалізації за схемою: *чим безкорисливіший спонукальний мотив спланованих справ, тим якісніший і масштабніший їх результат.*

Зазначимо, що потреба в ефективній праці (фізичній, споглядальній, ментальній, душевній, духовній) виховується поступово, в міру усвідомлення свого місця та ролі у суспільно корисній діяльності. Забезпечення такої потреби досягається за свідомо обраним цілепокладанням, дотриманням вимог до якості та результату спланованих дій, спроможністю реалізувати набуті знання, уміння, навички в обґрунтовано зазначені терміни та в обумовлено-визначених місцях.

Отже, ціннісне ставлення до праці передбачає особисту відповідальність і дисципліну, знання своїх

прав та обов'язків, всебічне вивчення програмних завдань, мужність у подоланні труднощів, вміння надавати об'єктивну самооцінку особистої ефективності, своїх вкладень та витрат (чуттєвих, ментальних, часових, фізичних тощо) та неупереджену оцінку діяльності інших, задіяних у виконанні спільної роботи у порівнянні з загальним результатом спланованих справ.

2.4. Спілкування як ціннісне ставлення до інших

Ключові слова:

Спілкування – взаємостосунки, дружні чи ділові зв'язки [1].

Комунікація – це конструктивний процес взаємодії між людьми або їх групами з метою передачі інформації або обміну відомостями [1].

Комунікація – передача повідомлення, свідомий, побудований, адресний та доцільний вплив на погляди і цінності співрозмовника [30].

Втілення в практику спілкування соціокультурного запиту з підвищення рівня міжособистісних комунікацій уможлиблюється за виконання певних умов, зокрема стійкого прагнення комунікаторів до самообмеження у вигляді свідомої відмови від негативних звичок, уподобань, залежностей, готовності до самопізнання, самовиправлення негативних рис (не нижче нижньої межі норми культурного фону), проявлених у комунікативних контактах повсякдення.

За логікою причинно-наслідкових зв'язків якісний рівень спілкування комунікатора розглядається як проекція рівня його внутрішньої культури, який визначається за відповідними узагальненими показ-

никами у напрямку вибору головного, серед них: законослухняність на рівні думок, слів, дій; міра в бажаннях; самовладання в емоціях; благородство спонук та прагнень; позитивне, логічне, конструктивне, проектне мислення.

Законослухняність передбачає знання законів, норм, правил у системі комунікативних взаємодій (сімейних, родинних, професійних, партнерських, соціальних тощо), а також уміння їх застосовувати у будь-яких комунікативних контактах та ситуаціях. Відповідність комунікативних дій законам набувається поступово, в міру усвідомлення розумно мислячим суб'єктом безумовної користі внаслідок їх застосування. Зазначимо, що невміння, або малий практичний досвід, або небажання комунікатора скористатися законами, правилами, духовно-моральними настановами культури спілкування, особливо в складних, напружених комунікаціях провокує внутрішній конфлікт між розумом і совістю, призводить до прийняття необґрунтованих рішень, породжує непорозуміння, нетерпимість, безвідповідальність, вседозволеність, провокує прагнення до створення образу зовнішнього ворога з того, хто нещодавно сприймався ним як справедливий керівник, рівноправний колега, партнер та навіть як друг, близька чи рідна людина.

Вирішення протиріччя між знаннями комунікативних законів та уміннями їх застосовувати на практиці за духовною настановою «теорія без практики є мертвою» уможлиблюється внаслідок сформованості особистісно-професійних якостей, якот: самообмеження, самоорганізації, самодисципліни, самоконтролю особистої відповідальності за наслід-

ки дій. Знання правил і норм, прав і обов'язків і беззаперечне дотримання їх регламенту за умови, коли *почуття обов'язку превалює над особистими уподобаннями, претензіями, амбіціями (формат мислення «вони + я»), сприяє цілеспрямованому та безконфліктному спілкуванню розумно мислячого суб'єкта у будь-якому соціальному вимірі, статусній категорії.* З набуттям особистого досвіду культури спілкування, законослухняність стає показовою рисою характеру, впливає на якість зовнішніх взаємозв'язків, які зазнають кардинальних позитивних змін. Самостійність в прийнятті рішень, впевненість в необхідності їх реалізації, особиста відповідальність за наслідки усвідомлених вчинків, вдячність іншим за надану допомогу закладають основу якісно нової комунікативної норми у відповідності з низьким, середнім, високим рівнем міжособистісних взаємин. Ознаками підвищення комунікативної культури (норми) стають такі моральні якості, як міра, мужність, милосердя, мудрість, співчуття, довіра.

Регулятором подальшого упорядкування ціннісного ставлення до інших у зовнішніх комунікаціях слугує розвинене вміння керувати своєю емоційно-вольовою та ментально-чуттєвою сферами, що дає змогу у складних життєвих обставинах зрозуміти і простити будь-кого: ворога, кривдника, критика, опонента, партнера, колегу, друга, близьку людину, себе самого. Акцентуємо на тому, що за умов професійної та соціальної доцільності, внаслідок підвищення якості міжособистісних взаємодій кількість комунікативних контактів повсякдення неодмінно зменшиться, що забезпечить можливість використання вивільненого

часу до поглибленого пізнання себе, своїх сил та можливостей.

Подальше підвищення рівня культури спілкування обумовлюється, насамперед, генерацією щирого, дружнього спонукального мотиву до іншого, свідомим спрямуванням до розбудови універсальної системи ціннісного ставлення людини до людини за унікальною формулою розумного співіснування «Полюби ближнього як самого себе».

2.5. Ціннісне ставлення до сім'ї, родини

Ключові слова:

Сім'я – єдність, об'єднання людей, згуртованих спільними інтересами [1].

Родина – соціальна група, яка складається з чоловіка та жінки, які зазвичай перебувають у шлюбі, їхніх дітей (власних або прийомних) та інших осіб, поєднаних родинними зв'язками з подружжям, кровних родичів, і здійснює свою життєдіяльність на основі спільного економічного, побутового, морально-психологічного укладу [1].

Ідея гуманізму, краси людських стосунків ментально, чуттєво, вербально, функціонально об'єднує людей протилежної статі, віку, професії, національності, віросповідання. В основі ідеальних сімейних взаємин закладено одвічні загальнолюдські цінності: любов і віра, чесність і справедливість, щирість і благородство, самовідданість і самопожертва.

Єдність на рівні сімейних комунікацій забезпечується, зокрема, спільними інтересами та прагненнями, доцільною взаємодією всіх її членів. Сім'я як міні держава живе та функціонує за законами

мирного співіснування, має свій діючий уряд (традиційно його очолює батько), власну економічну базу, узгоджений бюджет, певний політичний, освітній та культурний рівень, філософські та релігійні погляди. Гармонія сімейних стосунків досягається доброзичливим ставленням членів сім'ї один до одного, визнанням рівних прав кожного, сумірним розподілом обов'язків між ними. Традиційно, головою сім'ї є той, хто забезпечує сталий економічний рівень в родині, відповідно до її потреб, можливостей, соціального статусу, зазвичай це чоловік. Історично-традиційна роль жінки сьогодення як берегині домашнього вогнища дещо знижена, а в деяких сім'ях навіть зведена до мінімуму, що, на жаль, негативно впливає на вихованні дітей, понижує морально-духовну норму сімейних стосунків. Підкреслимо, що трансформування ролі жінки за соціокультурним запитом вносить суттєві корективи до правил сімейного устрою. Зокрема, усталена традиція, за якою в сім'ї головує чоловік, також потерпає змін, насамперед, стосовно забезпечення рівних прав і чоловіка-батька і жінки-матері на виховання своїх дітей, розвиток творчих індивідуальних сил, професійну самореалізацію. Зазначимо, що сучасне уявлення про ідеальний образ успішного чоловіка (жінки) вдало поєднує високопрофесійні здобутки та дбайливе, щире, ставлення до сім'ї, родини, близьких.

Отже, період соціокультурних змін висуває особливі вимоги з самовиховання розумно мислячого суб'єкта сімейних взаємин, як-от: *розбудова основ рівноправного подружжя, особистої відповідальності кожного члена сім'ї за якість спільного життя, їх*

сумірного внеску в суспільно-корисну працю, рівні права з особистісно-професійного зростання, консолідованої взаємодії чоловіка та дружини стосовно виховання нового покоління.

За таких умов, пріоритетним завданням з підвищення рівня міжособистісних комунікацій незалежно від статі, віку, соціального статусу, членства в сім'ї є сформованість духовно-душевних рис комунікаторів на засадах взаєморозуміння, взаємодовіри, взаємоповаги, цілеспрямованості до свідомих дій, творчих пошуків, вирішення якого покладається на соціальні інститути, зокрема сім'ю, родину.

Генерація в соціокультурне середовище кращих сімейних надбань з ціннісного ставлення один до одного сприяє зміцненню взаємозв'язків усієї родини, збереженню та відновленню генофонду нації як стратегічного ресурсу країни, розбудові основ міцної та незалежної держави.

2.6. Ціннісне ставлення до природи

Ключові слова:

Природа – все, що існує у Всесвіті, органічний і неорганічний світ. Основна ознака, сутність [1].

Розуміння взаємозумовленості природних та цивілізаційних форм буття відкриває розумно мислячому суб'єкту самопізнання перспективи доцільної і ефективної взаємодії з довкіллям. Як дослідник, у межах свого світосприйняття, прагне істини, усвідомлення змісту явищ і проявів реальності, та понад усе, природи самого себе, вивчення свого внутрішнього світу (за аналогією з фундаментальними законами буття), спрямування зусиль до пошуку ефективних

засобів з самокерування індивідуальним ресурсом сил та опанування технологіями універсально-ціннісної взаємодії з зовнішнім світом.

Відповідальне ставлення до себе, доцільне використання своїх фізичних, вольових, емоційних, чуттєвих, ментальних здібностей дозволяє запроваджувати ощадливі заходи у всіх сферах життєдіяльності (побуті, професійному, соціальному, культурному середовищах) відповідно до формату мислення, рівня знань, умінь та масштабу вирішуваних статусних завдань.

Підкреслимо, що генеровані доброзичливі спонуки, свідоме прагнення до знань, застосування їх у практику цілеспрямованих дій залежать від якості енергозабезпечення розумно мислячого суб'єкта (сформованості почуття міри, самовладання, поміркованості, розважливості) у повсякденних комунікаціях. Розумне та уміле самокерування індивідуальним ресурсом сил, своїми внутрішніми потребами сприяє ефективному використанню, зокрема, первинних паливно-енергетичних ресурсів, раціональному застосуванню вторинних енергоносіїв, зниженню втрат в системах їх розподілу і передачі та дбайливому ставленню до природи у цілому.

Отже, досягнення більш високого рівня культури спонук, бажань, емоцій, почуттів, думок забезпечує гармонізацію внутрішнього та зовнішнього світу. Від чистоти, порядку, добродійності внутрішнього світу кожного залежить мир і цілісність країни, збереження природних ресурсів, краса нерукотворного світу. *Уміння пізнавати і зберігати себе від бездумності, бездушності та зневіри сприяє розвитку вдумливого, шанобливого, дбайливого ставлення до природи, примноження її*

багатства, збереження життя планети як рідного дому в якому живемо, творимо, діємо. В реальних справах кожного, хто усвідомлює себе будівничим свого життя, вміє свідомо взаємодіяти з довкіллям закладена відповідь на споконвічне питання: «Хто я: руйнівник, охоронець, творець?».

Контрольні запитання і завдання

1. Охарактеризуйте основні структурно-змістові складники внутрішньої культури розумно мислячого суб'єкта.

2. Визначте зміст основних законів, які сприяють підвищенню рівня комунікативної культури (внутрішньої та зовнішньої).

3. Охарактеризуйте взаємозв'язок між внутрішнім світом розумно мислячого суб'єкта та довкіллям.

4. Наведіть критерії, що визначають якість праці.

5. Охарактеризуйте роль сім'ї в формуванні духовно-моральних норм відповідно до соціокультурного запиту сьогодення.

6. Наведіть ознаки доцільної взаємодії з природою.

7. *Тест.* Проаналізуйте наявність безкорисливості в собі (здатність до самопожертви, уміння віддавати):

1) Ти подарував комусь щось за те, що він подарував колись щось тобі?

2) Ти любиш дарувати подарунки більше, ніж отримувати?

3) Ти любиш дарувати несподівано, підносити сюрпризи?

4) Можеш віддати небагато із того, що маєш, іншим, тим, кого вважаєш біднішим від себе, безкорисно, якщо тебе попросять?

5) Можеш віддати частину того, що маєш, але лише тому, кому побажаєш, тобто можеш стати спонсором в будь-якому заході?

6) Ти готовий все, що є, віддати в ім'я когось, чогось безкорисно?

7) Ти готовий віддати життя? [18].

8. *Тест.* Проаналізуйте, як ви розумієте свободу?

1) Вистояти перед спокусою.

2) Не боятися правди про себе.

3) Не привласнити того, що не належить тобі.

4) Не засмучуватися, а радіти успіхам інших.

5) Не перебільшувати особистих успіхів.

6) Не зрадити товариша і справу, якій слугуєш.

7) Не знищити в процесі свого життя і діяльності природу, тваринний світ і людину [18].

ТЕМА 3. ОСНОВИ МЕНТАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ

3.1. Творче мислення у вимірі категорій «добра у злі» та «зла у добрі»

Ключові слова:

Мислення – здатність людини розмірковувати, що є процесом відображення об'єктивної дійсності в уяві, судженнях, поняттях [1].

Ментальна культура як інтегративний продукт самопізнавальної діяльності відображає культуру пам'яті, бажань, емоцій, почуттів, думок; виражається культурою згоди, культурою незгоди і проявляється культурою дій учасників педагогічного партнерства у комунікативних ситуаціях освітнього середовища. Змістовими конструктами ментальної культури залеж-

но від рівня (низький, середній, високий) є ментальна працелюбність, ментальна самостійність, ментальна самодостатність [28].

Творчість – створення нових по задуму культурних, матеріальних цінностей [1].

Відносність категорій «добра» і «зла» зумовлена когнітивним сприйняттям змісту цих понять, що обґрунтовується, зокрема, законами причин і наслідків, свободи вибору, ієрархії, доцільності, сумірності, необхідності, дзеркального відображення, магнітного тяжіння, аналогії, усвідомлення яких відбувається відповідно до рівня сформованості внутрішньої культури розумно мислячого суб'єкта, його вміння керувати своїм індивідуальним ресурсом сил, підвищувати рівень ментальної культури, ціннісним ставлення до себе та інших.

Спираючись на усталені загальнолюдські цінності, розумно мислячий суб'єкт, який прагне досягнути певної висоти поривань, чистоти думок, якості дій визначає особисті граничні межі норми комунікативної культури. Верхня границя норми розглядається як потенційні можливості з розвитку позитивного, логічного, проектного мислення, зміцнення вольового, емоційного, ментального імунітету; нижня границя – як здатність убезпечити себе від вседозволеності та свавілля, спроможність до подолання себе, встояти перед спокусами [5].

Слова та справи як проекція рівня сформованості внутрішньої культури, засвідчують об'єктивне ставлення до категорій «добра» і «зла». Акцентуємо, що розумно мислячий суб'єкт, спрямований до свідомого самовдосконалення, трансформуючи свої негативні

якості, творить «добро у злі», і, навпаки, досягнувши певної висоти ментальної культури, але надовго застиглий у самолюбванні, робить «зло в добрі», понижуючись рівень духовно-моральних накопичень, а отже рівень культури зовнішніх комунікацій у будь-якому напрямку. Схема усвідомлення «добра у злі» та «зла у добрі» представлена на рисунку 2.

Надійними показниками самооцінки свідомих дій (слів, справ, вчинків) стосовно граничних меж комунікативної норми буде внутрішній спокій, стриманість, рівновага, самовладання у напружених контактах та ситуаціях. Почуття радості, як стан особливої мудрості, свідчатиме про доцільність обраного цілепокладання з розвитку ментальної культури, сумірність своїх знань та вмінь стосовно подальших творчих перспектив у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, довкілля тощо.

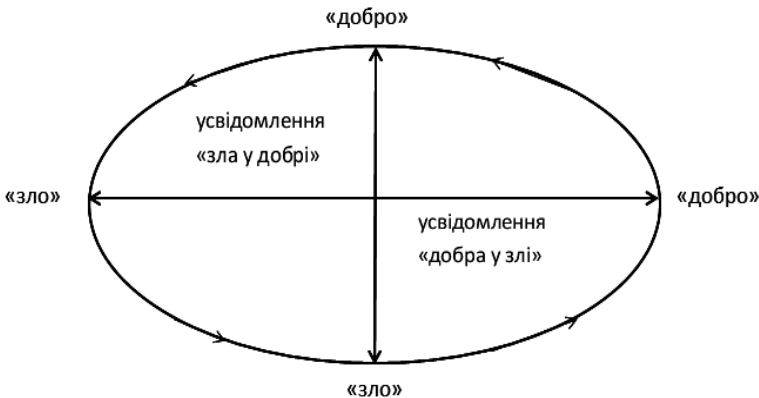


Рисунок 2. Схема усвідомлення «добра у злі» та «зла у добрі» [19].

Почуття незадоволення собою та невдоволення іншими (як потужних руйнівних внутрішніх сил) вказуватиме на неконтрольоване звуження граничних меж (у бік пониження) особистої комунікативної норми. Стан неспокою, сорому, докорів сумління зазначатиме численні порушення комунікативних законів, які розумно мислячий суб'єкт, зважаючи на прийняті ним граничні межі норми, вже не повинен і не має робити. Зазначимо, що такі протилежні чуттєві прояви слугуватимуть показниками рівня культури чи безкультур'я в комунікаціях повсякдення, визначатимуть рівень сформованості ментальної культури комунікаторів.

Отже, особистий досвід дій підсилений знаннями почуттів (інтуїцією) дає змогу зрозуміти логіку причинно-наслідкових зв'язків будь-якої комунікативної взаємодії, усвідомити міру «зла у добрі» та «добра у злі» у конкретній ситуації, події, контакті, що підлягають розгляду.

Цілеспрямована робота розумно мислячого суб'єкта з усвідомлення проявів «добра» і «зла» у повсякденні сприяє підвищенню рівня ціннісного ставлення до себе та інших, доцільному програмуванню та розбудові індивідуальної траєкторії розвитку творчого, позитивного, логічного, конструктивного мислення.

Підкреслимо, що якість творчого мислення залежить від рівня сформованості внутрішньої культури, позитивного наповнювання її структурно-змістових складників. Для прикладу, сформоване почуття міри в бажаннях сприяє розвитку уміння думати в форматі «вони і я» відповідно до певної статусної категорії та масштабу реалізації особистих

сил, як-от: на рівні сім'ї, професійного колективу, соціально-однорідної групи, товариства, нації, народу, співдружності країн, світової спільноти. Уміння поставити інтереси інших перед особистими свідчить про готовність розумно мислячого суб'єкта до безкорисливого служіння справі, піклування про благо тих, з ким вступає у взаємодію, формування рис лідера певного масштабу.

Свідоме керування своїми бажаннями, здатність до обмеження чи відмови від шкідливих звичок сприяє зміцненню вольового імунітету. Уміння програвати, визнавати частину своєї провини в поразках, прощати кривдника, опонента, критика засвідчує появу самовладання у напружених комунікаціях, стійкість емоційного імунітету.

Синергізм сформованості позитивних якостей, зокрема миролюбності, терпіння, розуміння, правдивості, відкритості, щирості забезпечує перехід до якісно нового формату мислення «вони + я = ми», подальший розвиток чуттєвої сфери, сповнює її співчуттям, співстражданням, любов'ю до ближнього свого, як до самого себе.

Ціннісне ставлення до праці інших на рівні із собою, особиста відповідальність кожного за дотримання законів, норм, правил у здобутті спланованих результатів спільної справи, повага до творчих здобутків усіх, з ким розумно мислячий суб'єкт вступає в ієрархічні взаємодії як член сім'ї, родини, колективу, соціуму сприяє підвищенню рівня комунікативної культури, зміцненню ментального імунітету, розкриттю нових можливостей з реалізації творчих прагнень, задумів, програмних завдань з усвідомлення об'єктивної реальності.

3.2. Культура досягнення мети в форматі позитивного, логічного, конструктивного, творчого мислення

Ключові слова:

Міркування – 1. Висновок, ряд думок, висловлених у логічній послідовній формі. 2. Висловлювання, обговорення [1].

Міркувати – 1. Думати, дійти висновку. 2. Послідовно викладати свої судження (міркування) про що-небудь, вести бесіду [1].

Роздумувати – заглиблюватися подумки у що-небудь, передавати думками що-небудь [1].

Міркування за логікою усвідомлення «добра у злі» та «зла у добрі», ґрунтованих на знанні суспільних норм, комунікативних правил, духовно-моральних законів характеризується як значущий умовивід, орієнтований на врегулюванні життєдіяльності як окремого суб'єкта, так і соціокультурної спільноти в цілому. Послідовність логічно пов'язаних між собою думок, реалізована за планом дій, здебільшого має позитивні наслідки. У разі неочікуваних, зазвичай негативних результатів ситуація потребує проведення ґрунтового аналізу за відомою схемою: «Хто винен? Що робити? Коли починати? З чого починати? З ким починати?», що сприяє втіленню проекту, узгодженого з соціокультурним запитом та здійсненню подальших свідомих дій з подолання виявлених на цьому етапі труднощів і перешкод.

Наприклад, роздуми про причини особистих втрат (матеріальних, фізичних, психічних, ментальних, часових тощо), поразок, невдач, пошуки своєї провини в тому, що сталося, та здатність до вибачення іншої

сторони комунікативного контакту є ефективними засобами виходу із будь-якої напруженої ситуації.

Успішному розв'язанню будь-якої проблеми, якою б складною вона не здавалася на перший погляд, сприятиме системний аналіз причин та наслідків ситуативних взаємодій, складання індивідуального плану заходів з зазначенням реальних термінів їх виконання, самостійність у реалізації поточних завдань. Зазначимо, що суттєве покращення очікуваного результату залежатиме, насамперед, від особистісно-професійних якостей комунікаторів-партнерів, задіяних у спільній праці, з урахуванням можливостей, здібностей та сил кожного при виконанні планових дій.

Роздуми про можливі наслідки, п'ять і більше старанно продуманих варіантів виходу із кризи, зможуть або попередити її виникнення, або змінити своє ставлення до того, що відбувається, зменшити ймовірне напруження особистих психічних і фізичних сил. Отже, здавалося б, нездоланна проблема, внаслідок свідомого підходу з її вирішення, втрачає своє вихідне негативне загострення: страх поразки змінюється на рішуче подолання труднощів та перешкод на віру у вищу справедливість, набуття особистого ментально-чуттєвого досвіду невдач, неуспіхів, програшів та перемог.

Своєчасний і всебічний аналіз повсякденних ситуацій та особистої ролі у їх розв'язанні за дієвим напуттям «все у тобі» дозволяє дослідити будь-яку проблему, яка слугує предметом подальших роздумів у логіці загальноприйнятих духовно-моральних норм, надати їй статус вирішуваної власними силами, змінити себе, свій образ думок, прагнень та дій.

Здобутий наполегливою ментальною працею досвід з усвідомлення категорій «добра у злі» та «зла у добрі» у аналізованих явищах, подіях, ситуаціях відкриває нові можливості, глибину і нескінченність непізнаних досі феноменів внутрішнього світу розумно мислячого суб'єкта самопізнання.

Подальшому розвитку ментальної культури, примноженню індивідуального ресурсу сил сприяє свідомо обране цілепокладання з втілення вагомих прагнень, вмотивованих потреб та значущих дій. Цілеспрямованість та масштабність, як показники сформованості позитивного, логічного, конструктивного мислення, відображають якість взаємодії з об'єктивним світом: від вирішення суто особистісних потреб (духовних, душевних, матеріальних) до загальнолюдських запитів (боротьба з пандеміями, природними та техногенними катастрофами); від реалізації завдань, зумовлених егоїстичним спрямуванням (я, мені, моє) до виконання вимог, продиктованих еволюційно-значущою необхідністю (збереження миру, життя на землі, відновлення природних ресурсів, оволодіння новими видами енергій тощо).

Опановуючи технології досягнення мети з усвідомлення реалій оточуючого світу, законів, норм, правил комунікацій суб'єкт самопізнання зазнає характерних внутрішніх трансформацій. Особливість індивідуальних перетворень зумовлюється, насамперед, здатністю до подолання себе, зокрема, таких негативних проявів у собі, як сумніви, страх, лінь, марнославство, а також поборення труднощів та перешкод з реалізації свідомо прийнятих завдань.

Ефективним інструментом у досягненні позитивних самозмін послуговує системний самоаналіз структурно-змістових складників емоційно-вольової та ментально-чуттєвої сфери за критеріальними рівневими показниками ступенево-поступального здолання сумніву у придбанні впевненості, страху у набутті рішучості, гордощів у формуванні скромності, страждання у збереженні активності, послідовному усвідомленні знань про себе (сприйняття себе таким, яким є насправді), ясного бачення себе (критичного ставлення до себе, без перебільшення і применшення особистісних досягнень), з'ясування причин виникнення стану незадоволеності собою (об'єктивність самооцінки) та забезпечення якісного переходу на новий рівень позитивних самозмін (осмислення нових задач у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, довкілля).

На кожному з зазначених етапів, внаслідок всебічного аналізу допущених помилок, невдач, поразок набувається неоцінений власний досвід різнорідних почуттів, формується вміння передбачати напружені ситуації та нестандартні комунікації з метою їх запобігання, що дає змогу створити доцільну за змістом, сумірну за власними силами, необхідну за часом виконання індивідуальну траєкторію подальшого розвитку творчого мислення.

Небезпечним, але передбачуваним «каменем спотикання» в підвищенні рівня ментальної культури, зокрема творчого мислення, як зазначалось вище, є наявність сумнівів, страху, марнославства, страждань. Підкреслимо, що неконтрольоване занурення у сумніви перешкоджає суб'єкту самопізнання усвідом-

лювати поточну та віддалену мету, в таких умовах надзвичайно складно жити, діяти, тим більше досягати. Характерними ознаками цього етапу є невизначеність і неврівноваженість, відсутність віри в свої сили, аномальна, неприродна недовіра до інших, незрозумілі спонукальні мотиви, а отже, карана бездіяльність. Інструментом трансформування сумнівів послуговує цілеспрямована рішучість, і навіть якщо внаслідок прийнятого рішення результат не відповідатиме очікуваному (виявиться некоректним, негативним, хибним), така ментальна дія на цей час вважається доцільною і корисною. Ретельний системний самоаналіз причинно-наслідкового зв'язку з подолання сумнівів в конкретній ситуації сприятиме опануванню технологій самостійного прийняття рішення та особистої відповідальності за вчинені дії, тобто набуттю нових знань про себе та свої можливості. Асимільований негативний досвід слугуватиме неоціненим застереженням щодо реплікації небезпечних помилок при виникненні подібних ситуацій в подальшому.

Трансформування сумнівів забезпечує суб'єкту самопізнання поступовий перехід до етапу подолання страху (перехід від паралізуючого страху до мобілізуючого), зокрема спричиненого невиконаною чи недостатньо професійно виконаною ним справою, безвідповідальним ставленням до своїх слів, дій, думок. Генерований власними негативними (мстивими, засуджуваними, немирними) думками паралізуючий страх, робить його агресивним та недієздатним до корисних справ. Супутні страху прояви ревності, заздрощів, підозрливості, як невід'ємні складники

впертості та образливості, підсилюють стан настороженості, приводять до ілюзорного сприйняття навколишнього, порушення комунікативних норм і правил, неадекватних дій, образливих слів, необґрунтованих демагогічних висновків стосовно інших.

Очікування успіху в досягненні мети у стані самопрощення, самовиправдання та неповаги, засудження інших є передчасним і небезпечним. Дієвим засобом трансформування страху слугує всебічний самоаналіз, детальна ревізія своїх знань і умінь. Нові знання, адекватні розумінню ситуації, набутий досвід особистих подолань проявів страху, зокрема несміливості, сорому, стривоженості, підозрілості, занепокоєння, збентеженості сприятиме проходженню наступного етапу становлення власного характеру, зміцненню вольового та емоційного імунітету. Функціональне перетворення паралізуючого страху у мобілізуючий сприяє накопиченню рішучості, сміливості, хоробрості як ознак мужньої особистості, здатної на героїчні вчинки, одним з найскладнішим з яких є подолання самого себе, своїх негативних залежностей, нахилів, звичок.

Зазначимо, що розуміння сутності подвигу не потребує обов'язкового героїчного вчинку всесвітнього виміру, натомість складається із сумлінного виконання повсякденних обов'язків, маленьких перемог над своїми почуттями, думками, спонуканими за промовистою настановою «Немає дрібниць у житті».

Однією з важливих умов у досягненні мети, здоланні перешкод з подальшого розвитку творчого позитивного мислення є сформованість почуття міри в бажаннях, емоціях, словах, думках та діях. Почуття

міри як універсальний інструмент самокерування індивідуальним ресурсом сил спричинює посилення довіри у партнерських взаємодіях, поваги та ціннісного ставлення до своєї праці та інших, уміння програвати, перемагати гідно та пробачати образника.

3.3 Трансформування думок у вимірі позитивних самозмін як засіб набуття чеснот

Ключові слова:

Свідомість – думка, почуття, зрима розуміння чого-небудь; здатність людини думати, розмірковувати і визначати своє ставлення до дійсності; стан людини при здоровому глузді і при пам'яті, здатність звітувати собі в своїх діях, почуттях [1].

Самосвідомість осмислення суб'єктом самого себе на відміну від інакшого – інших суб'єктів і світу взагалі; це усвідомлення людиною своєї взаємодії з об'єктивним світом і світом суб'єктивним (психікою), своїх життєво важливих потреб, думок, почуттів, мотивів, інстинктів, переживань, дій [1].

Трансформація, в перекладі з латинської, означає перехід в нову форму.

Чеснота – позитивна моральна риса в характері людини, доброчесність [1].

Соціокультурні запити сучасності потребують від розумно мислячого суб'єкта самопізнання певного образумислення, якості думок, поступового, поетапного трансформування внутрішнього світу відповідно з вмотивованою готовністю до позитивних самозмін: від свідомості до поведінки, від самосвідомості до зміни світогляду, цілепокладання, віри як вищої цінності.

Цілеспрямоване пізнання себе, свого індивідуального ресурсу сил, активізує потенційні можливості з трансформування самосвідомості, набуття базових чеснот, підвищення рівня законслухняності, професіоналізму, гуманізму. Здатність усвідомлювати у самому собі та інших прояви «добра у злі» і «зла у добрі» засвідчує уміння використовувати закон дзеркального відображення у міжособистісних комунікаціях як засіб трансформування активізованих в собі негативних якостей в чесноти. Слугуючи дієвим засобом з об'єктивації самооцінки прихованих від себе думок, закон дзеркального відображення дає змогу скоректувати свої негативні спонуки, запобігти конфліктів в аналогічних обставинах у подальшому. Підкреслимо, що результативність самоаналізу думок перебуває в залежності від ритму його проведення (один раз на тиждень, краще на день, цінніше кожного комунікативного контакту) та особистих якостей, як-от: правдивості, відповідальності, рішучості, вдячності, скромності. Правдивість як ознака безстрашного, впевненого в своїх починаннях розумно мислячого суб'єкта забезпечує йому безконфліктне, мирне, рішуче просування до мети. Зазначимо, що примноження моральної риси правдивості є результатом постійної внутрішньої роботи з розпізнання та трансформування в собі лестоців, хитроців, неправдивості відповідно у щиросердне розуміння дій комунікаторів, відкритий діалог, сповнений почуття гідності та терплячого ставлення до недоліків іншого. Показовий перехід самосвідомості з формату «борця за правду» у формат «правдолюб», нетерпимого до проявів в собі роздратування, брехні, марнославства свідчить про

сформованість почуття відповідальності за власні думки, слова, дії в рамках норм, правил, законів сприяє подальшому підвищенню рівня законослухняності. Почуття відповідальності перед своєю совістю, як справедливого судді, сприяє формуванню рис гуманіста, спрямовує до збереження миру і порядку у собі та ціннісного ставлення до праці, довілля, закону, набуття благородності, справедливості, честі, гідності у зовнішніх комунікаціях.

Трансформування самосвідомості у параметрах мислення «я і вони» до «вони і я» (від егоїстичного споживача матеріальних благ до безкорисливого віддавання інших своїх знань, умінь, сил, часу тощо) стає можливим завдяки сформованості почуття вдячності як ознаки сумлінної особи. Наприклад, риси, притаманні егоїстичній особі, особливо такі, як зарозумілість, самовихваляння, самозакоханість, засвідчують втрату почуття міри в бажаннях, безмірне самозвеличення, самопрощення гріхів, помилок і, як наслідок, звинувачення інших у своїх невдачах та поразках. Натомість, суб'єкт, спрямований до самопізнання, внаслідок цілеспрямованого самоконтролю під впливом безкорисних прагнень зазнає суттєвих позитивних самозмін, набуває навичок з трансформування самозакоханості від своїх малозначущих досягнень в визнання здобутків інших, усвідомлення своєї провини у конфліктних комунікаціях, виправдання та прощення образника. Пильна, доброзичлива увага до інших сприяє розвитку турботливості, неупередженої причетності до спільних справ, завдяки чому міжособистісне спілкування стає радісним і необтяжливим для всіх сторін.

Накопичений внаслідок цілеспрямованої трансформації ресурс чеснот сприяє якісному переходу самосвідомості на більш високий рівень, з прогнозованою висотою мислення «вони + я», масштабністю значущих завдань, самостійністю їх вирішення, персональною відповідальністю за наслідки реалізації спланованих дій. Підкреслимо, що системне, цілеспрямоване трансформування думок дає змогу з високою ймовірністю здійснитися позитивним самозмінам в частині розуму та волі, сформулювати доцільне та сумірне за індивідуальними силами цілепокладання, наповнити життєдіяльність універсальною ідеєю, здатною очистити розум, облагородити душу, зміцнити дух, спрямувати до подальших творчих досягнень.

Контрольні запитання і завдання

1. Охарактеризуйте чинники з формування творчого мислення.

2. Зазначте ознаки зміцнення вольового, емоційного, ментального імунітету у повсякденних комунікаціях.

3. Самотестування.

Тест. Визначте свій рівень культури спілкування з незнайомою (або знайомою) людиною, яка має власну думку, що відрізняється з вашою і співрозмовник не збирається її змінювати:

1. Намагаюсь довести, що він зовсім не має рації.

2. Намагаюсь довести, в чому саме він помиляється.

3. Намагаюсь навести приклади, щоб довести його помилку.

4. Намагаюсь навести аргументи своєї правоти.

5. Слухаю його, не перебиваючи і не втручаючись в його монолог, думаючи, як допомогти йому побачити хибність його думок.

6. Переводжу бесіду на іншу тему, менш гостру для обох.
7. Слухаю уважно його монолог, щоб побачити істинну причину наших розбіжностей.

Якщо відповіді «так» припадають на 1–4 пункти, то ви ще не співрозмовник, оскільки не вмієте слухати, але любите поговорити так само, як і опонент.

Якщо відповіді «так» припадають на 5–6 пункти, запропоновані в тесті, то це означає лише початок шляху, де можна стати хорошим співрозмовником.

Якщо відповіді «так» припадають на 7-й пункт, то ви вже опановуєте мистецтво вести розмову.

Оцінивши себе, ще раз перевірте свою неправдивість (лестощі чи хитрість) із самим собою наодинці [18].

Тест. Визнач масштаб свого мислення:

1. Думаю і роблю для себе самого;
2. Думаю і роблю для членів своєї сім'ї;
3. Думаю і роблю для жителів усього міста;
4. Думаю і роблю для своєї країни;
5. Думаю і роблю для співдружності братських країн;
6. Думаю і роблю для блага Планети;

Збільшення масштабу мислення відбувається тоді, коли поперед себе зумієш побачити свою сім'ю, а після – своє місто з його бідами і незгодами тощо. Кожний наступний етап дає змогу думати і робити щось для інших. Така людина здатна дарувати радість, благополуччя і мир не тільки собі, але й іншим, залежно від рівня її свідомості [18].

ТЕМА 4. ПОЧУТТЯ МІРИ ЯК ПОКАЗНИК ДОЦІЛЬНИХ ДІЙ

4.1. Практика формування помірності бажань у вимірі доцільних дій

Ключові слова:

Безкорисливий, який не дбає про користь для себе, не шукає вигоди; *некорисливий* [1].

Безкорисливість – відсутність жаги до користі, особистої вигоди, здатність приносити добро й користь людям, не очікуючи взамін особистих вигоди чи користі. *Безкорисливість* є моральною якістю, оскільки характеризує всі моральні відносини і є їхньою універсальною властивістю [1].

Помірність – міра, золота середина; почуття міри; скромність, цнотливість, економність, стриманість, ощадливість [1].

Формування помірності в бажаннях зумовлюється, насамперед, дослідженням характеру бажань (споживацьких чи спрямованих на віддачу іншим), спонукальних мотивів, що спричинюють їх появу (егоїстичних чи безкорисливих), прагнень (деструктивних чи конструктивних), що активізують їх до реалізації цілепокладання (творчого чи руйнівного), що сприяє їх втіленню .

За відомим алгоритмом причинно-наслідкового зв'язку вибудовується схема реалізації помірного, безкорисливого бажання, як-от: благородні спонуки сприяють формуванню чистоти помислів, як наслідок, породженню творчого цілепокладання та активізації індивідуальних сил до виконання програмних дій.

Керуючись моральною настановою «Не взяти більше, ніж потрібно, але і не менше, ніж необхідно»,

відбуваються корінні зміни в характері бажань, структурованих як низький, середній, високий рівень їх сформованості за умови помірності.

До низького рівня належать несуттєві, дріб'язкові, егоїстичні бажання, в яких апріорі закладено деструктивні наслідки у вигляді страждань, конфліктів, труднощів в буденних справах. Причиною у створенні проблем, за схемою, що зазначалась вище, слугують активізовані (внаслідок слаборозвиненого вміння з самокерування бажаннями) негативні риси жадібності, заздрості, ревнощів, підозрілості, марнославства. Підвищення рівня помірності в бажаннях досягається трансформуванням самосвідомості, переходом з формату мислення «я і вони» у формат «вони і я» з набуттям у конструктивних діях ознак вдячності, відповідальності, впевненості, рішучості, скромності.

Узагальнена характеристика середнього рівня сформованості бажань уміщує специфічні якісні складники, які мають неповноцінність за ознакою помірності, такі як прихильність, старанність, завзяття, подолання, благочестя. Зазначимо, що на даному етапі реалізації бажаного перешкоджає відсутність всебічного розуміння логіки програмних дій, терплячого ставлення до поступово-поступального втілення заходів спланованої справи з дотриманням зазначених термінів. Забезпечення очікуваного результату сприятиме об'єктивація самооцінки особистого вкладу в загальну справу, усвідомлення своєї ролі у вирішенні загальних завдань, що дасть змогу запобігти появі розчарування стосовно обраного цілепокладання, своїх сил та можливостей з реалізації плану дій у досягненні бажаного.

Трансформування нестабільного емоційно-вольового стану, пов'язаного з об'єктивацією самооцінки, передбачає обґрунтований перегляд планових завдань, перевірку доцільності технологій та ефективність засобів з їх розв'язання.

Зазначений алгоритм причинно-наслідкового зв'язку: *вмотивована спонука – конструктивне прагнення – творче цілепокладання* сприяє підвищенню рівня сформованості цілеспрямованих, помірних бажань у вимірі доцільних, ефективних дій, в якому обмежувачем негативних проявів послуговує повага до праці, ретельність та відповідальність у докладанні особистих сил, довірливість у комунікаціях, мужність в подоланні труднощів, дружелюбне ставлення до учасників співпраці, об'єктивність в оцінці досягнень своїх та інших.

В стані гармонії із собою, зумовленого помірністю в бажаннях, почуттях, думках спланована справа буде корисною, необхідною, слугуватиме покажчиком для подальшого вирішення свідомо обраних значущих завдань.

4.2. Практика формування почуття міри в емоціях у вимірі сумірності індивідуальних сил

Ключові слова:

Доцільність – відповідний до поставленої мети, цілком розумний, практично корисний [1].

Сумірний – такий, який можна виміряти однаковою з чим-небудь іншим мірою [1].

Такт (французьке tact, від латинського tactus дотик, почуття, дотик), почуття міри, що підказує правильне

ставлення, підхід до кого- або чого-небудь; вміння тримати себе належним чином [1].

Почуття міри в емоціях визначається у словниках як такт, уміння тримати себе пристойним (порядним), належним чином [1] у неадекватних, напружених комунікаціях, здатність якісно виконувати роботу у нестандартних виробничих чи побутових ситуаціях, послідовно реалізувати заплановане, зокрема за несприятливих умов.

Почуття міри як вираз емоційного стану у вигляді *самовладання* досягається внаслідок розвинених умінь: усвідомлювати зміст того, що відбувається («добро у злі» чи «зло у добрі»), вибирати головне з сукупності супутніх другорядних факторів (необхідне «тут» і «зараз»), формулювати цілепокладання подальших дій (мета та засоби реалізації), здійснювати заплановане (переважно самостійно, за потреби, за підтримки однодумців), проводити системний самоаналіз помилок (набуття досвіду подолань труднощів), своєчасно вносити корекцію у негативні наслідки від особистих дій (системний самоаналіз, об'єктивна самооцінки думок, спонукань, дій), розпочинати заплановану справу спочатку (за умов доцільності, сумірності, необхідності). Дотримання на практиці вимог зазначеного алгоритму засвідчує високий рівень сформованості почуття міри в емоціях як проявів такту та самовладання у надскладних життєвих ситуаціях: *знати що зробити та ефективно виконати сплановане в стані спокою і рівноваги.*

Відповідність вмотивованих переконань та особистих сил з виконання проєктних дій супроводжується генерацією почуття радості (готовність до втілення

нової справи), сприяє досягненню позитивного результату, корисного, своєчасного, очікуваного і для виконавця, і тих, хто добровільно з ним взаємодіють.

Середній рівень сформованості почуття міри в емоціях зазвичай супроводжується незадоволенням своїми знаннями та вміннями, засвідчує недоцільність обраної справи в часі та в даному знанневому діяльнісному просторі, неґрунтовні розрахунки у докладанні індивідуальних сил, несумірних з поставленими завданнями. Поміркований, детальний самоаналіз негативного результату з реалізації спланованого сприяє посиленню вольового та емоційного імунітету, зосередженості на досягненні бажаного, наближеного до його ідеального образу.

Низький рівень сформованості почуття міри в емоціях характеризується емоційною нестабільністю, насамперед, у вигляді розчарування, докорів сумління внаслідок невміння довести справу до логічного завершення, пошуком винних ззовні у черговій поразці. Доцільному вирішенню проблем, створених недосвідченістю, особистісно-професійною некомпетентністю, послуговує неупереджений самоаналіз думок та спонукань, переосмислення наслідків дій, що потребує нових знань, досвіду з подолання труднощів та перешкод, уміння самостійно приймати сумірні за своїми силами та можливостями рішення.

Акцентуємо на тому, що чуттєве сприйняття зовнішнього світу у вимірі закону дзеркального відображення є проекцією внутрішнього світу розумно мислячого суб'єкта самопізнання, стану його індивідуального ресурсу сил, як-от врівноваженість, бадьорість, активність засвідчує гармонійну взаємодію

у зовнішніх комунікаціях; роздратування, засмученість, зневіра, докори сумління розцінюються як ознаки дисгармонії, порушення логіки між «хочу», «можу», «потрібно» у зовнішніх взаємозв'язках. Емоційна реакція на те, що відбувається, зазначає рівень сформованості почуття міри, здатність володіти собою у будь-якій ситуації, особливо конфліктній.

Практика формування почуття міри в емоціях у вимірі сумірності індивідуальних сил підпорядкована простій та зрозумілій схемі: усвідомити наслідки (поточної поразки чи перемоги), проаналізувати свої помилки (конструктивна самокритика думок, слів, дій), знайти доцільне вирішення та ефективні засоби з подальшої реалізації спланованого (усвідомлення «добра у злі»).

Синергія сумірного застосування індивідуальних сил, свідомо обраного цілепокладання, об'єктивної оцінки особистих думок та дій створює вагомий ресурс особистих компетенцій з трансформування уявної поразки в реальну перемогу над собою; досягнення мети за будь-яку ціну в усвідомлену необхідність; відсутність почуття міри в емоціях у самовладання, такт, терпіння, розуміння неадекватних ситуацій та особистої ролі у їх доцільному вирішенні.

4.3. Практика формування розсудливості як вибір головного в діях

Ключові слова:

Вибір – взяти потрібне, що переважає з наявного [1].

Дії – прояв будь-якої енергії, діяльності, а також сама сила, діяльність, функціонування чого-небудь [1].

Думка – 1. Те, що з'явилося в результаті міркування, продукт мислення.

2. Відображення об'єктивної дійсності в поняттях, судженнях, висновках; процес мислення [1].

Розсудливий – здатний мислити, міркувати, діяти правильно й розумно [1].

Цілеспрямована взаємодія з собою і зовнішнім світом уособлює ієрархічну систему продуктивного мислення та функціональність індивідуального ресурсу сил розумно мислячого суб'єкта, складає уявлення про взаємообумовленість внутрішніх та зовнішніх змістових чинників у їх причинно-наслідковому взаємозв'язку.

Синергія взаємопов'язаних внутрішніх і зовнішніх комунікацій зумовлюється усвідомленим вибором головного у часі та просторі з супутніх другорядних факторів (аргументів, обставин). Активізація ментальної діяльності відбувається, насамперед, за умови самостійного прийняття однозначного рішення в надзвичайних ситуаціях: діяти або не діяти «тут і зараз»; прийняти персональні зобов'язання за наслідками вимушених дій чи перекласти відповідальність на інших внаслідок власної бездіяльності; безстрашно просуватися до мети чи втратити нову можливість подолання себе, своїх страхів з набуття досвіду подальших досягнень; стати бадьорим, активним, радісним, дієвим чи залишатися невдахою, лінивим, розчарованим у собі та інших.

Ефективність мислення в параметрах: «хочу, але не можу», «можу, але не хочу» зумовлює логіку свідомого вибору у якості позитивного чи негативного спрямування до дій. Гармонізація вмотивованого

спонукання «хочу» та дієвої настанови «можу» досягається, зокрема, обґрунтованою потребою у вигляді «необхідно», генерованою ідеальним образом бажаного: доцільною для розгортання у знанневому діяльнісному просторі, у зазначеному часі, сумірною за індивідуальними силами і потенційними можливостями.

Вибір цілепокладання у вимірі життєствердної альтернативи зумовлюється понад усе свідомим ставленням до категорій «добра» і «зла» з взаємопов'язаними супутніми загальнолюдськими проявами любові і ненависті, віри і зневіри, свободи і залежності, відданості і зради. Доцільно обраний вектор спрямування у докладанні індивідуальних сил спричинює відповідний образ мислення, уможливорює формування почуття міри в думках та врегульовує діяльність у форматі особистісно-професійної ефективності з вибору головного.

Зазначимо, що зміст вмотивованих прагнень стосовно більш глибокого розуміння понять «добро» і «зло», на кшталт «добра у злі» та «зло у добрі» буде виявляти двоїстий спосіб дій розумно мислячого суб'єкта самопізнання. Логіка послідовної поетапності з реалізації запланованого засвідчить всебічну і старанно продуману дію, яка за певних умов та обставин матиме прогнозований позитивний результат. Невпевненість, безладдя, хаос у діях зазначать відсутність чітко окресленої програми, про недоцільність її реалізації за часом та місцем («тут і зараз») та несумірність програмних завдань з вкладеними в них матеріальними, фізичними, енергетичними, ментальними витратами. У будь-

якому випадку цілепокладання, як керівництво до дії, потребує всебічного аналізу, осмислення існуючих можливостей з його реалізації, насамперед своїми силами, перевіреними технологіями та апробованими засобами. Натомість, невмотивовані, несамостійні дії мають наднизький відсоток щодо очікуваного позитивного результату: сподівання та покладання переважно на сили інших у конкретній справі, несуть в собі значні ризики, тому що задіяні в ній співробітники можуть виявитися або недостатньо компетентними, або не матимуть бажання для її виконання.

Отже, успішна реалізація цілепокладання (вмотивованої дії) передбачає вміння обирати головне з сукупності повсякденних справ, володіння знаннями, професійними компетенціями, а також сумірність витрат, закладених проектом, доцільність умов, реальність встановлених термінів, старанно підбраного складу виконавців, готовність прийняти персональну відповідальність за можливу поразку. Якість спонукань, аналіз причинно-наслідкового зв'язку свідомо обраної справи у докладанні особистих сил сприяють набуттю досвіду з розмежування позитивних та негативних дій, усвідомлення наслідків творення «добра у злі».

В контексті розгляду, особливої уваги заслуговує проблема свідомого вибору з цілеспрямованого самовдосконалення засобами самопізнання, в програмі якої закладено вмотивоване спонукання зрозуміти себе, прийняти себе яким є, вмістити технології системного самоаналізу індивідуального ресурсу сил, оволодіти техніками трансформування активізованих вад у чесноти, накопичувати досвід позитивних самозмін у повсякденній діяльності, забезпечити

природний процес особистісно-професійних досягнень як ціннісного ставлення до себе та інших.

Подальший розвиток інтелекту, душевних якостей як головних ознак сформованості почуття міри у думках розумно мислячий суб'єкт самопізнання набуває можливості значущого вибору з самостійного творчого існування. *За таких умов творчість стає свідомою потребою, мораль – змістом існування, розум – інструментом для нових досягнень з утвердження засад любові, істинних знань, героїчної самовідданості, людинолюбства, віри в справедливість того, що відбувається.*

Контрольні запитання і завдання для самоаналізу

1. Зазначте алгоритм формування помірності бажань.
2. Зазначте чинники сформованості помірності бажань у вимірі доцільних дій.
3. Зазначте алгоритм підвищення рівня почуття міри в емоціях.
4. Проаналізуйте своє вміння виходити з поразки.
5. Завдання з самотестування.

Тест. Проаналізуємо, ти за своєю вдачею правдивий чи брехливий?

Відповіді «так» або «ні» на поставлені запитання давайте швидко, без роздумувань.

1. Чи зумієш дати відсіч тому, хто розкритикував тебе?
2. Чи приховуєш свої пристойні вчинки, щоб про це не дізналися?
3. Чи любиш виправдовувати себе?
4. Чи любиш поплакати, якщо тебе запідозрили в чомусь непристойному?
5. Чи соромишся зауважень, що свідчать про твою недосконалість?

6. У кожному зауваженні бачиш не тільки те, що сказано, але і те, чого не побачили інші? [18].

Тест: Дайте відповіді не роздумуючи «так», «ні», «важко сказати».

1. Ти розчарований життям?
2. Ти розчарований часто повторюваним станом нездоров'я?
3. Ти розчарований матеріальними нестатками?
4. Ти розчарований роботою, яку виконуєш?
5. Ти розчарований в людях, з якими проводиш день (рідні, сусіди, колеги)?
6. Ти розчарований ладом у твоїй країні?
7. Ти розчарований часом, в якому ти живеш?

Якщо відповів «так» на сім запитань, то справа виключно в тобі. Знання, які є, невпорядковані, несистематизовані, а сам неорганізований, відсутнє почуття міри бажаннях, немиролюбний до себе, а тому не співставляєш свої можливості і мрії. У думках – лебідь, в бажаннях – рак або щука. Гармонізуйся, інакше замучиш себе мріями про принца (принцесу), про палац на хмарах, де ви будете жити і думати про золоту рибку, яка повинна буде слугувати вам на побігеньках [18].

Тест. Перевіримо свою реакцію на дуже сильну образу?

1. Кричиш від образи?
2. Плачеш, щоб викликати жаль до себе?
3. Вимагаєш сатисфакції (хочеш відплатити)?
4. Засуджуєш дії кривдника з рідними, друзями і знайомими?
5. Пишеш скаргу на кривдника?
6. Судишся за зганьблену честь із кривдником?
7. Мовчиш, але не прощаєш?

Якщо ти відповів «так» на 1–2 запитання, то необізнаність твоя про можливість розвинути в собі таку добродієність як «пробачення» існує. Можна сказати про духовне твоє

неуцтво, помилки в цьому не буде. До прощення твій шлях неблизький. Учись «підставляти другу щоку».

Якщо відповіді «так», як у запитанні 3, то ти можеш стати лідером страйків і мітингів, коли станеш на захист принижених і ображених, оскільки сам уже прагнеш одержати духовні знання, але запальний і марнославний.

Якщо твої вчинки, як у 4 запитанні, то ти уже дечого досягнув у житті, щось знаєш, але в духовному сходженні, на жаль, лінивий, а тому пробачити кривдникові ти не можеш принципово, і ти цього ще ніколи не пробував зробити. Духовну некомпетентність уже добре видно. Коли рухатися вперед – успіх можливий. Спробуй саме тепер, в думках, знайти виправдання будь-кому із своїх кривдників, щиро пробачити йому ту образу, за яку хотів з ним судитися. Спробуй! Тільки щиро.

Якщо твої вчинки, як у 5 запитанні, то для тебе існує небезпека стати демагогом-правдолюбом, наклепником і навіть анонімником. Не дозволяй собі цього ніколи!

Якщо твої вчинки частіше такі, як у 6 запитанні, ти вже дієва людина. Ти знаєш про законслухняність. Ти вчишся володіти своїми емоціями і бажаннями. Але зосередь зусилля і зроби наступний крок до уміння пробачати своєму кривдникові – зрозуміти його і пробачити. Це велика перемога над своїми емоціями – уміти не відповісти на образу.

Продовження тесту. А далі тест для тих, хто уміє змовчати, для тих, хто знаходиться на 7 сходинці у своїй реакції на образу.

Як ти мовчиш?

1. Стримуючи вигуки образи?
2. Стримуючи сльози?
3. Стримуючи грубість (брутальність) у відповідь?
4. Мовчиш, оскільки «на дурнів не ображаються»?
5. Мовчиш, бо знаєш, що потрібно «підставити другу щоку»?

6. Мовчиш тому, що умієш побачити долю правди у сказаній образі на твою адресу?

7. Мовчиш тому, що знаєш про закон дзеркального відображення?

Принаймні 14 сходинок потрібно подолати, щоб приборкати свої емоції, наблизитися до розуміння теорії прощення кривдника [18].

Тест. Відповіді на запитання тесту дозволять прояснити погляд на оцінку своїх досягнень в житті. Відповідайте одразу, не роздумуючи «так», «ні», «важко сказати».

1. Чи вважаєш ти себе першим спеціалістом у тій справі, якою займаєшся?

2. Чи вважають тебе колеги найбільш знаючим?

3. Якщо починаєш нову справу, то умієш самостійно доводити її до кінця?

4. У суперечках частіше перемагаєш ти?

5. Чи ображаєшся ти, коли чуєш про себе, що ти кращий серед гірших у духовному розвитку?

6. Міг би ти сказати, що ти гірший серед кращих, які прагнуть духовних знань?

7. Ти щаслива людина?

Усі відповіді «так» свідчать про незаперечні риси лідера в тобі, але будь обережним, самозахоплення в тобі іноді затьмарює дійсність, і тоді поразка неминуча.

Усі відповіді «ні» виявляють наявність неповаги. Це може бути свідченням лінощів, байдужості, апатії до життя. Збадьорись!

Усі відповіді «важко сказати» вказують на боязливість, яку сам сприймаєш як скромність у собі. Це оманлива скромність, особливий вид кокетування, властивий демагогам і скептикам. Краще відкинути самолюбство і перестати топтатися на місці під час руху.

Якщо відповіді змішані, то ти «теплий». Ні холодний, ні гарячий. Не думай, що це добре. Краще – ворог хорошого [18].

ТЕМА 5. КУЛЬТУРА СПОНУКАНЬ – КУЛЬТУРИ ДІЙ У ВИМІРІ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ ТА ІНШИХ

5.1. Культура незгоди в форматі комунікативно-партнерської взаємодії

Ключові слова:

Незгода – 1. Відсутність взаєморозуміння, мирних стосунків, злагоди між ким-небудь; чвари, розлад. 2. Розбіжність у поглядах, думках, світогляді і т. ін. 3. Негативна відповідь на що-небудь, заперечення чого-небудь, непогодженість з чимсь; відмова. Нещастя, біда, труднощі в чому-небудь [1].

Партнерство – 1. Положення партнера, того, хто бере участь з ким-небудь у спільній справі, занятті. 2. Узгоджені, злагоджені дії учасників спільної справи. 3. Взаємні відносини, контакти держав, громадських угруповань, підприємств і т. ін., ґрунтовані на взаємовигідності та рівноправності [1].

Внутрішній світ розумно мислячого суб'єкта самопізнання формується на базових знаннях, зокрема системі поглядів на світ та себе, цілей та цінностей (світогляді), розумінні причинно-наслідкового зв'язку природи об'єктивних і суб'єктивних процесів у собі і ззовні (світорозумінні) та особистим досвідом дій, що у поєднанні складає світосприйняття у вимірі «добра у злі» та «зла у добрі».

Набуття неоднозначних почуттів як відображення особистого ставлення до явищ, подій, ситуацій у зовнішніх комунікаціях є своєрідним витоком переживань, закладених у всеохоплюючому сутнісному питанні: «як жити і діяти, коли особиста уява про

«добро» і «зло» суттєво відрізняється від уяви тих, з ким за покликом, обов'язком, необхідністю доводиться взаємодіяти у повсякденні (міжособистісних, сімейних, професійних, соціальних комунікаціях тощо). Відповідь на актуальну, бентежливу спонуку закладена в довічній мудрості: «з добрим чини по-доброму, зі злим – по-справедливості», за умови, що особисте світовідчуття максимально наближено до ціннісних норм духовно-морального загальнолюдського досвіду, перевіреного самим життям.

Вирішення такої проблеми полягає, зокрема, у послідовній реалізації етапів формування культури незгоди: примирення з інакомислячими; набуття терпіння у досягненні спланованих дій; розуміння інтересів учасників спільної справи; подолання засудження та прощення помилок інших; конструктивна самокритика та об'єктивна оцінка сумісної діяльності. Поступовість у набутті особистого ментально-чуттєвого досвіду з подолання себе на кожному етапі дає змогу осмислити особисті помилки, зменшити напругу у взаємодіях внаслідок нерозуміння цілей і завдань, усунути імовірний міжособистісний конфлікт, підвищити загальний рівень комунікативної культури, наблизити стосунки до довірливо-партнерських. Зазначимо, що в залежності від рівня сформованості внутрішньої культури (індивідуального ресурсу сил) вираз незгоди з думкою іншого може варіювати та приймати вигляд «здивування, претензії, бойкоту, плаксивості, сварливості, істерики, образи» [19].

Виходячи зі сформульованих програмних завдань досягнення культури незгоди у зовнішніх комунікаціях уможливорюється внаслідок позитив-

ного змістовного наповнювання складників індивідуального ресурсу сил у стандартному співвідношенні показників «якість-кількість». Наприклад, у відповідності з наведеною класифікацією, вираз незгоди у комунікативному контакті буде мати вигляд образи, істерики, сварливості, плаксивості, за умови наявності в складниках індивідуального ресурсу сил ознак упертості понад 51%. Трансформування упертості у наполегливість, коли кількісний показник останньої перебільшує 51%, характер розбіжностей у поглядах на вирішення спільного завдання набуває вигляду бойкоту, претензії та, нарешті, здивування [19], що засвідчує якісний перехід до виразу культури незгоди.

Акцентуємо, що зовнішня реакція буде також різнитися: у першому випадку, коли переважає упертість, проявиться ревнивість, недовір'я до комунікаторів, які мають іншу думку. У другому випадку, коли переважає наполегливість, позиція, аргументована фактами, виразиться визнанням правоти іншого на рівні з особистими уявленнями з вирішення проблемного питання, що посилить (хоч як це парадоксально) впевненість у доцільності особистих дій. Такий перехід у комунікаціях супроводжується фундаментальними перетворюваннями у структурі індивідуального ресурсу сил, зокрема, підозрілість та сором'язливість до тих, хто більше знає, розуміє та уміє, трансформується у педантичне набуття нових знань, обережність у їх застосуванні та цілеспрямований самоконтроль за думками, спонуками, діями: вимогливе ставлення до себе спричинює подальший роз-

виток уміння пробачати помилки та недосконалості інших. Надмірне самомилування від малозначущих досягнень трансформується у стриманість, сприяє об'єктивзації самооцінки особистісно-професійної діяльності, умінню радіти успіхам інших.

Натхненність усвідомленим цілепокладанням, винахідливість з реалізації спланованого дає змогу краще зрозуміти спрямування інших, виправдати їхні ненавмисні помилки, надати, за зверненням, допомоги у подоланні труднощів, зіставити свої сили і можливості з загальним внеском у спільну справу, набути ментально-чуттєвого досвіду особистих поразок та перемог.

Підкреслимо, що терпляче ставлення до іншого здатне нівелювати упереджені претензії з дотримання умов культури незгоди, сприяє становленню діалогу довірливого партнерства. У більшій мірі, це стосується комунікативних контактів з близькими та рідними, які зазвичай супроводжуються специфічними складнощами внаслідок покладання на легковажне твердження, на кшталт: до них і вимоги вищі, і прав у них менше, і відповідальності більше. Подібне ставлення до тих, з ким існує кровний або духовний взаємозв'язок, розцінюється як помилкове, здатне спотворити уяву про щирі, безумовно-довірливі стосунки. Генерування проявів вдячності, турботливості, чуйності у зовнішніх комунікаціях створює образ ідеальних взаємин, наслідуючи який стає можливим вираз культури незгоди у неадекватних, надскладних обставинах життєдіяльності, зокрема з близькими та рідними.

Дотримання законів, норм, правил з формування комунікативної культури, доцільність спільної діяльності, особистий досвід подолання труднощів безпомилково виводить на більш високий, властивий розсудливому суб'єкту, рівень з самокерування ментально-чуттєвою сферою: поміркована, творча думка спонукає до цілеспрямованих дій, гуманних вчинків, виважених слів. Продумане та своєчасне висловлювання, сповнене знаннєво-дієвим досвідом, сприяє попередженню напружених, конфліктних ситуацій, запобіганню ускладнень у взаєминах, сприйняттю опонента як одnodумця, а критика як уважного слухача. У разі неспівпадіння особистого бачення вирішення проблеми з думкою іншого зазначає, що *суб'єктом або не досягнуто того рівня усвідомлення дійсності, яким оволодів опонент, або опонент недостатньо розуміє світосприйняття того, кому опонує.*

Свідоме формування комунікативної культури у вимірі культури незгоди як ціннісного ставлення до себе та інших підпорядковане простим і зрозумілим правилам, зокрема: «Не нашкодуй ані собі, ані іншим», «Ніколи не приймай участі в тому, що тебе дратує», «Пробач образнику і знайди йому виправдання», «Почніть змінювати в собі те, що ви хочете змінити навколо», «Неможливо жити краще, ніж проводячи життя в прагненні стати досконалішими» тощо. Застосування у практику повсякденних дій такого, далеко не повного переліку відомих промовистих духовно-моральних настанов, спричинює розвиток законослухняності, виховує культуру спілкування,

культуру прийняття рішення, з урахуванням думки комунікаторів.

5.2. Культура згоди як ціннісне ставлення до вибору свідомих дій

Ключові слова:

Гармонізація – перен. Приведення в стан відповідності, злагодженості [1].

Згода – 1. Позитивна відповідь, дозвіл на що-небудь. 2. Взаємна домовленість; порозуміння. 3. Спільність поглядів, думок і т. ін.; однастайність. 4. Взаємна дружба, мирні стосунки [1].

Довічний вибір «бути чи не бути», «вірити чи не вірити», «погодитися чи не погодитися», «зробити чи не зробити» і тому подібне у вимірі причинно-наслідкового зв'язку є маркером свідомої життєдіяльності розумно мислячого суб'єкта. Свобода волі як чинник розвитку самосвідомості уможливорює генерацію вмотивованих спонукань до цілеспрямованих дій, відповідних до сформованості у нього сили розуму, сили волі та духовних надбань.

Технологічно прийняття життєдайного вибору підлягає простій та водночас надскладній алгоритмічній схемі. Простота вибору закладена в умінні самостійно приймати рішення у розгортанні часу та знанневому просторі, а також персональній відповідальності за наслідки з їх реалізації. Складність, зумовлена умінням розсудливо підкорятися об'єктивно діючим універсальним законам, зокрема закону свободи вибору, ієрархії, причинно-наслідкового зв'язку, доцільності, сумірності, необхідності, аналогії,

дзеркального відображення, магнітного тяжіння тощо, «незнання яких не звільняє від відповідальності».

Взаємозалежність складників причинно-наслідкового зв'язку «спонука-думка-дія», передбачає в ньому гнучку варіативність у вигляді динамічних взаємопов'язаних перетворювань в структурі індивідуального ресурсу сил під впливом дії законів свободи вибору та ієрархії у послідовному дотриманні етапності зазначеної закономірності.

Цілеспрямоване самоспостереження як технологічний інструмент свободи вибору, дозволяє виокремити в індивідуальному ресурсі сил активізовані до перетворення якості, сповнити їх новим позитивним змістом за трьома головними напрямками:

- набуття нових знань про себе, підвищення рівня професійної компетентності (внаслідок трансформування невігластва, неосвіченості, некомпетентності);

- формування почуття міри в думках, почуттях, спонуканнях, діях (внаслідок трансформування неконтрольованої пристрасті);

- накопичення чеснот, виховання законослухняності, людинолюбності (внаслідок трансформування упізнаних у собі вад, каяття у вчинених гріхах).

Самокерування пристрастю засобами самоаналізу та самообмеження у бажаннях, емоціях, думках, сприяє розвитку тактовності, умінню володіти собою у напружених ситуаціях, думати позитивно, конструктивно, логічно за будь-яких обставин, приймати доцільні, виважені рішення у надскладних умовах та діяти у межах законодавчих норм.

Опануванню новими знаннями про себе, оточення, довкілля, життєві обставини, що потребують невід-

кладного самостійного вирішення, сприяє системний самоконтроль за емоційно-вольовими та ментально-чуттєвими проявами. Гармонізація складників індивідуального ресурсу сил (бажань, емоцій, почуттів, думок) забезпечується ефективним застосування набутих знань у практику дій. Поєднання теорії і практики, знань і умінь як результат свідомої праці над собою з пізнання своїх можливостей потребує, передусім, сформованості чеснот, без чого розумно мислячий суб'єкт (розширюючи виключно свій інтелект) підпадає під ризик набуття ознак розумного циніка, спрямованого до особистих досягнень за будь-яку ціну, може стати ерудованим, але душевно збіднілим. Саме цілюща сила чеснот здатна змінити жорстке егоїстичне серце, сповнити його співчуттям до ближнього, умінням прощати ворога, спонукати до активної співучасті у творення миру і порядку в сім'ї, родині, колективі, проявити культури взаєморозуміння у будь-якому комунікативному форматі: з інакомислячим, недругом, неприятеlem, опонентом, приятелем, другом, соратником. Рівень сформованості внутрішньої культури комунікаторів у вигляді розвиненого почуття міри в бажаннях, емоціях, думках, спонуканнях проектується у зовнішніх комунікаціях, зокрема у співробітництві, культурою свідомих дій, вчинків, слів.

За таких умов, декларування згоди чи незгоди взаємодіючих сторін набуває ознак комунікативної культури, носить обґрунтований, вивірений, практико-орієнтований характер, відповідає вимогам доцільності у докладанні особистих сил та загальноприйнятим

нормам мирного співіснування у родинному, професійному, соціальному середовищах тощо.

Досягнення комунікативної згоди як прояв взаємовигідного партнерства уможливорює ефективність спільних дій, посилює упевненість і наполегливість з реалізації свідомо обраного цілепокладання, стимулює передбачуваність ускладнень та рішучість у їх подоланні при виконанні планових завдань, об'єктивує оцінку праці учасників загальної справи.

Формування ідеального образу розумно мислячого суб'єкта як носія культури згоди досягає показової результативності за такими об'єктивно-сприятливими умовами, коли *послух громадянським, моральним, духовним законам стає усвідомленою потребою, соціальний право-захист набуває статусу справедливого, економіка країни – статусу чесної, державна політика – статусу прозорої, фундаментальна наука – статусу безкорисливої, загальна культура – статусу гуманної, філософія світорозуміння уміщує основи мудрості, благородства, співчуття.*

5.3. Спонування як орієнтир цілеспрямованих дій

Ключові слова:

Орієнтир – (переносний) те, що служить за взірць для наслідування, на що хто-небудь рівняється. Вказівник напрямку дій [1].

Цілеспрямованість – прагнення до певної мети, підпорядкованість їй дій, думок і т. ін [1].

Пошук істини у собі за споконвічним питанням «Хто я?» спонукає розумно мислячого суб'єкта самопізнання

до усвідомлення внутрішніх протиріч, роздумів про можливість їх подолання в собі, спрямовує або до подвигу відданого служіння справі, або зради спільних інтересів, штучно звужуючи свій внутрішній світ егоїстично-ілюзорною уявою про значущість своєї ролі у обраній справі.

Маловивчена ментально-чуттєва сфера, що для допитливого суб'єкта самопізнання є предметом системного аналізу, обумовлює необхідність цілеспрямованих дій і спричинює їх якісну основу, а отже, в залежності від рівня сформованості ментальної культури творить щасливу чи нещасну долю. Досягнення та перемоги, невдачі і поразки внаслідок особистого ставлення до того, що відбувається, складають досвід персональних подолань, засвідчують уміння самостійно долати страждання, доречно радіти своїм успіхам та інших, набувати життєвої мудрості. Відчутний вплив вмотивованого спонукання на результативність спланованих дій спричинює свідоме прагнення до подальшого розвитку ментально-чуттєвої сфери, забезпечує поступовий перехід свідомості від низького рівня усвідомлення дійсності до середнього і, врешті, до високого у форматі поступової постійності та доцільної неперервності. Динамічний рівневий перехід, зумовлений якістю генерованих спонукань, має свої специфічні особливості, які підлягають опануванню засобами дієвого досвіду. Умовно рівневі межі ототожнюються з сформованістю сили розуму (низький рівень), сили волі (середній рівень), сили духу (високий рівень) в їх неодмінній взаємодоповнюваності та характеризуються розвиненим почуттям міри відповідно у бажаннях, емоціях, думках.

Спонукальний мотив, що уможливлює цілеспрямоване формування сили розуму, спрямовує розумно мислячого суб'єкта на дотримання законів та нормативно-правових документів, які врегулюють соціальні та професійні комунікації, сприяють творенню миру і порядку у життєдіяльності громадян, розширюють їх інтелект, підвищують рівень професійної компетентності, забезпечують розвиток законслухняності.

Зазначимо, що період соціокультурних змін потребує від розумно мислячого суб'єкта чималих сил (фізичних, ментальних, духовних) щоб не втратити досягнутої статусності законслухняного громадянина, компетентного професіонала, гуманіста, не дійти сумнівної змови з власною совістю у хаосі всездозволеності та безглуздя повсякденності.

Проблеми, спровоковані зміною ціннісних орієнтирів, серед яких найбільш поширеними є протекціонізм і хабарництво, потребують детального вивчення та адекватного розв'язання. Набуваючи поширеної дії, ці явища повсюдно насаджуються у житті, зокрема в освітньому середовищі, стають нормою сучасності. Чесному, порядному, відповідальному учаснику освітньої діяльності (вчителю, викладачу, учню, студенту тощо) в системі, де фіксується порушення законів, правил, норм стає все складніше утриматися на позиціях упідлеглення законам. В жорстких умовах конкуренції, ускладнених економічними негараздами, керівництво освітніх закладів подекуди змушене робити необачний вибір щодо порушення законодавчих норм, нівелювання

межі розсудливості, зниження рівня комунікативної культури. Законслухняний суб'єкт освітньої діяльності стає безпорадним проти нашествия вседозволеності, натомість, порушники закону утверджуються у своїй безкарності, посилюють вплив корупційних схем. Втрачається довіра до можновладців, віра у справедливість та дотримання рівних прав учасників освітнього процесу з набуття знань та професійних компетенцій.

Руйнуванню усталеного негативу в сучасній освітній системі сприятиме системний самоаналіз індивідуального ресурсу сил, особистих недоліків та трансформування їх у чесноти, якщо понад 51% її активних учасників спрямують свої зусилля на формування сили розуму у вимірі ціннісного ставлення до законів (громадянських, моральних, духовних), проявлять незламність характеру, стриманість, почуття міри у досягненні бажаного, сумірного з власними силами і можливостями.

Розумно мислячий суб'єкт, що вміє встояти перед спокусами, подолати випробування, свідомо розвивати загальний інтелект (силу розуму), набуває змоги поступально-поступового переходу в середній рівень розвитку індивідуального ресурсу сил в частині ментально-чуттєвих проявів. Результативністю зазначеного етапу є сформованість сили волі з засвоєнням моральних норм організованого життя, досягнення почуття міри в емоціях в системі ієрархічних комунікацій (міжособистісних, родинних, професійних, соціальних тощо), мирного співіснування та комунікативно-партнерських взаємодій повсякдення за духовно-

моральною настановою «Полюби ближнього як самого себе».

Вмотивоване спонукання до свідомого пізнання себе сприяє проникливому баченню особистих недоліків, оголює емоційно-вольову сферу, відкриває для себе неочікувані і малоприємні ознаки особистого характеру. Раніше прихований від себе зміст своїх егоїстичних бажань та пов'язаних з ними негативних емоцій вражає і спонукає до цілеспрямованих дієвих заходів: поступового трансформування проявів егоїзму, набуття ресурсу чеснот, що складають природну скромність, надбання навичок з уміння розрізняти маски у вигляді щирості, прихильності, поваги, вдячності, за якими приховані неприйнятні і неприємні у комунікаціях прояви хитрощів, лестощів, лицемірства, фальші, викривлення дійсності тощо. Маски, на відміну від справжніх почуттів та думок, стають прозорими для того, хто пильніше вдивляється в себе і явища навколишнього світу, працює над своїми недоліками, не засуджує інших за недоліки. Свідоме спонукання, спрямоване на звільнення себе від масок, що заважають творчо діяти, збагачує чеснотами ментально-чуттєву сферу, сприяє формуванню почуття міри в емоціях, посилює силу волі в подоланні себе, своїх помилок, порушень, дає змогу покаятися у пізнаних гріхах. Навмисне приховування від себе своїх недоліків, надання занадто схвальних оцінок з особистих досягнень, генерація нещирих думок про інших стає безпорадною та вкрай небезпечною справою, яка призводить до страждань, докорів сумління,

розчарування у своїх можливостях, стає перешкодою у реалізації вагової життєвої мети.

Синергія сил розуму та волі забезпечує якісний перехід до високого рівня розвитку індивідуального ресурсу сил, його ментально-чуттєвих проявів, сприяє принциповій зміні внутрішнього, а отже, і зовнішнього світу, в якому взаємна діяльність приносить радість та користь кожному учаснику спільної справи, наближає до здійснення головного цілепокладання у вигляді сформованого почуття міри у думках і, як наслідок, забезпечує ефективність спланованих дій.

Проявлене почуття міри в бажаннях, емоціях, думках стосовно розв'язання проблемних завдань стимулює до об'єднання зусиль у спільній праці навіть тих учасників, погляди яких не повністю збігаються з заявленим планом дій. *Доцільно виважена співучасть з реалізації програмної мети послуговує показником якості співробітництва між колишніми опонентами, критиками, ворогуючими з різним цілепокладанням щодо виконання спільних завдань.*

Змістове, благородне спонукання сприяє підвищенню особистої ефективності з набуття ознак взаєморозуміння, взаємодовіри, взаємоповаги між тими, хто ще донедавна були непримиренними супротивниками, подальшому розвитку комунікативної культури. За таких обставин, фактор дива (в його розумінні як надприродного явища) стосовно якісних змін у взаєминах практично відсутній внаслідок свідомого прагнення співробітників до творення миру і порядку на всіх рівнях спільної діяльності.

Керованість вмотивованого спонукання за духовно-моральною настановою «Не нашкодь» ні собі, ні ближньому своєму засвідчує зміцнілу силу розуму та волі у докладанні особистих сил з трансформування штучно створеного образу ворога з інших або з себе, дає змогу проявити силу духу з набуття навичок позитивного, логічного, конструктивного, проєктного мислення, що стимулює до творчої праці у буденні. Наслідуючи промовистий вислів «Краще ворог хорошого» розумно мислячий суб'єкт спроможний відкрити у собі ресурс внутрішніх сил до заповітного одухотворення.

5. 4. Уміння перемагати і програвати як засіб набуття чеснот

Ключові слова:

Перемагати – виходити переможцем із труднощів, важкого становища, боротьби зі стихією і т. ін., долати які-небудь перепони, перешкоди [1].

Програвати – зазнавати негативного впливу від чого-небудь. Ставати або здаватися гіршим через що-небудь [1].

Чеснота є рисою або властивістю, яка вважається морально доброю і, таким чином, оцінюється як основа моральних законів, принципів і цінностей [1].

Ментально-чуттєві прояви, що засвідчують успіх чи програш, перемогу чи поразку, складають багатство протилежних почуттів, зокрема ознаки радості та страждання. Усвідомлення досвіду набутих почуттів, внаслідок генерації позитивних та негативних думок, безкорисливих та егоїстичних прагнень створює можливість з опанування технологіями подолання

труднощів та перешкод у досягненні натхненної мети, перемоги над собою нетерплячим та невмілим, об'єктивної самооцінки доцільного використання вмотивованих спонукань, цілеспрямованих слів, добродійних вчинків, виваженого сприйняття реакції інших стосовно звершень чи невдач повсякдення.

Причинний зв'язок між якістю генерованих думок, прагнень, спонукань та ефективними діями має виток у внутрішньому світі розумно мислячого суб'єкта та проектується відповідними наслідками ззовні: позитивна, конструктивна думка породжує позитивні, конструктивні дії. Переконливий внутрішній запит до самопізнання сприяє набуттю доцільних форм самовираження у міжособистісних, професійних, соціальних комунікаціях в залежності від цілепокладання та способів його досягнення.

Успішній реалізації спланованої справи (яка виконується не за примусом, а за покликом) послуговують прості і зрозумілі правила у вигляді корисних настанов: «Що робити? Як робити? Коли починати? З ким робити? Навіщо це потрібно? Кому від цього буде добре? Що буду робити в разі успіху або невдачі?». За логікою послідовного просування до мети, результативність кожного наступного етапу в параметрах зазначеної схеми зумовлюється звершеннями попереднього етапу і, як наслідок, стає досяжним виконання цілісності спланованих завдань. Зазначимо, що порушення логіки досягнення мети призводить зазвичай до негативних наслідків, а саме: необґрунтованість мети спричинює порушення алгоритму реалізації планових дій; недоцільність витрат індивідуальних сил провокує втрату нових

можливостей у спільній справі; неефективність аналізу призводить до необ'єктивної оцінки своєї праці та інших і, врешті, слугує прикладом «логіки невдачі».

За таких обставин, взаємозалежність внутрішніх і зовнішніх чинників набуває передбачуваного зв'язку: одна поразка змінює іншу, проблема набігає на іншу, невдача провокує іншу, втрачається віра у власні сили, активізується заздрість до успіхів інших, апатія, лінь, самовиправдання та вседозволеність, а отже, створюється знаний образ «невдахи-страждальця», «невизнаного генія», який потребує невідкладної трансформації власними силами.

Технологія трансформування негативного мислеобразу відома і полягає у глибинному, безкомпромісному, системному самоаналізі думок, спонукань, дій об'єктивному вирішенні проблеми, створеної особистими зусиллями, визнання своєї провини і виправдання іншого, як би не було це складно. Переосмислення ситуації, свого ставлення та своєї ролі в ній засвідчує перемогу, яка не розголошується, але відчувається як вагомий крок у подоланні власної недосконалості.

Якісне самокерування індивідуальним ресурсом сил (силою розуму, волі, духу), свідченням чого є розвинене почуття міри в бажаннях, емоціях, думках, у поєднанні з сумірною працелюбністю та прагматичною допитливістю дає змогу розумно мислячому суб'єкту досягти ефективної самореалізації у будь-якому напрямку своєї діяльності.

За такого спрямування особистих сил, поразка, що не давала спокою почуттям і думкам трансформується у нові можливості, посилює розуміння необхідності свідомого входження у період якісних змін, досягнення

принципово нового рівня світосприйняття і свого місця у життєдіяльності: набуті знання перетворюється в уміння, майстерність – в усталеність вольового, емоційного, ментального імунітету у поразках і перемогах.

Уміння володіти собою в напружених комунікаціях зазначає перемогу над собою. Підкреслимо, що зовнішній успіх не завжди приносить радість переможцю. Поява неспокою на душі, при так званій перемозі, розцінюється як ознака порушення злагодженості у системі «хочу-можу-потрібно» індивідуального ресурсу сил, спонукає до з'ясування причин такого двоїстого стану. Внутрішній запит, на кшталт: «Що спровокувало незадоволення досягнутим, за рахунок чого дісталася перемога?» – сприяє поглибленому аналізу взаємовпливу зовнішніх та внутрішніх чинників. Серед повторюваних впливових причин посідають такі, як недотримання духовних, моральних, громадських законів; порушення комунікативних норм у вигляді обману, образи, зради тих, хто у час особливої внутрішньої напруги був поряд, нехтування дієвою настановою «не нашкодь» ні собі, ні іншим, невміння прощати кривдника; присвоєння того, що не належить собі, як-от: матеріальних цінностей, слави, ідеї тощо. Безпристрасним арбітром у внутрішньому різноголоссі є совість, яка не зрадить, не поступиться компромісу, якщо він може призвести до душевного, ментального, психічного, фізичного нездоров'я.

Душевний спокій і радість засвідчують свідомі дії за велінням совісті, за вищим рівнем здійснення намірів «тут і тепер», сумірних зі своїми силами і

можливостями. Душевна тривога і сором – ознаки того, що вчинено відповідно до середнього рівня докладання особистих сил: потенціал можливостей з покращення існує, однак нестача знань, умінь, навичок, компетенцій спричинює внутрішній дискомфорт, провокує докори сумління, заважає діяти у межах законодавчих норм. Пізнані почуття розчарування, незадоволення собою невмілим сприяє запобіганню аналогічних помилок та прорахунків надалі, націлює до подальшого самопізнання та самовдосконалення. Душевний неспокій, страх як прояв внутрішнього розладу внаслідок недозволених дій, негідного вчинку засвідчує низький рівень з самокерування індивідуальним ресурсом сил. Очевидна перемога, близька і бажана, обертається суттєвою поразкою, зазначає невміння протистояти спокусам, перемогти ваду, активізовану до трансформації. Тому не тішить перемога, дошкуляють докори сумління, активізується непереборне бажання постійно обговорювати неприємну ситуацію, шукати підтримки в інших, доводити свою правоту. Уявні, несвідомі причини душевної дисгармонії призводять до деформації самосвідомості, посиленню ознак марнославства, таких як самопрощення, самовиправдання, самообману. За таких умов складно жити, діяти та дійти комунікативної норми. Запобіганню подальшого зниження рівня внутрішньої культури слугує набуття вміння без перебільшення бачити себе, надавати об'єктивної самооцінки думкам та діям, сповнених егоїстичними спонуканнями, розпізнавати у собі появу ознак гордощів та марнославства від своїх малозначущих справ.

Показовим змістовим прикладом поразки і перемоги у буденні може слугувати досить поширена в освітньому середовищі, впливова на подальше життя ситуація, коли суб'єкт освітньої діяльності (учень, студент, магістрант, аспірант тощо) відсторонюється від навчання в освітньому закладі у зв'язку з незасвоєнням навчального плану (розцінюється як приклад особистої поразки); натомість (як приклад особистої перемоги), достроково «з відзнакою» завершує свою освіту як високоосвічена особа за обраним напрямком. Причина такого різного протилежного ставлення учасника освітньої діяльності до своїх обов'язків полягає, насамперед, у вмінні самоорганізуватися, проявляти самодисципліну, самоконтроль, самостійно долати труднощі. Перший у прикладі, нехтуючи нормами, діючими у системі освіти, виявляє низький рівень працездатності з набуття знань, умінь, компетенцій. Покладаючись на допомогу інших, потрапляє в стійку залежність від обставин, втрачає і той незначний інтерес до своєї майбутньої професії, що стався при вступі в освітній заклад. Очевидно, що низький рівень його успішності, передусім, пов'язаний з недостатньою зацікавленістю до обраного фаху внаслідок несамостійного вибору (іноді повна відсутність такого інтересу). Скидається на те, що вибір був переважно визначений батьками, чи за рекомендацією друзів, порадою однолітків, що спричинює появу непримиренного внутрішнього конфлікту між «хочу», «можу», «потрібно» і призводить до передбачуваних негативних наслідків. Детальний аналіз ситуації у виміри «добра у злі» засвідчує в ній певне позитивне спрямування в форматі самостійного прийняття

суб'єктом рішення у категоричному припиненні його навчання на зазначеному етапі, його свідомий вибір у принциповій зміні цілепокладання, вихованні волі, рішучості, сміливості, віри в свої сили, усвідомлення нових перспектив та імовірних досягнень.

Другий (у прикладі) цілеспрямовано прямує до свідомо обраної мети, зазнає певних труднощів та долає їх, набуває вміння самостійно вирішувати неоднозначні, складні ситуації, потерпати від невдач, проявляти мужність у визнанні особистих помилок, пробачати недоліки та визнавати успіх інших, досягати «акме» вершин, прагнути до нових звершень. Наведений приклад як типовий в контексті позитивного вирішення докладається до будь-яких життєвих ситуацій за умови особистої відповідальності за наслідки генерованих думок, слів та дій.

Отже, за своєю суттю, перемога і поразка у вимірі довічних категорій «добра» і «зла» відтворюють двоїстий характер ментально-чуттєвих проявів, сумірних з особистим ставленням до інших та життєвих обставин, що істотно впливають на розум, волю, душевні та духовні надбання.

Наслідуючи дієву настанову «І це мине», біль поразки з часом стихається, радість успіху тьмяніє, збагачуючи індивідуальний ресурс сил почуттями любові, віри, самовідданості, людинолюбства, благородства, міри, милосердя, мудрості, мужності.

Проходить все, але досвід усвідомлених почуттів залишається назавжди, надихаючи розумно-мислячого суб'єкта вірою, надією, любов'ю до подальшого пізнання та творчості.

5.5. Дружелюбність як засіб вирішення проблем

Ключові слова:

Дружелюбність – дружня прихильність, доброзичливе ставлення; приязнь [1].

Дружба – близькі стосунки, засновані на взаємному довірі, вдячності, спільних інтересах [1].

Засіб – прийом, якась спеціальна дія, що дає можливість здійснити що-небудь, досягти чогось [1].

Проблема – 1. Складне питання, завдання, яке потребує вирішення, дослідження. 2. В чому-небудь, що важко розв'язати, здійснити [1].

Характер взаємин, форматований ієрархічністю взаємодій (міжособистісні, сімейні, родинні, професійні, суспільні, міжнаціональні, міжнародні тощо), понад усе, залежить від рівня сформованості внутрішньої культури комунікаторів, спрямування індивідуального ресурсу сил до взаємодопомоги.

Той, хто подумки породжує зло, перебуває в стані протипорядку з самим собою, переважно в оточенні, подібному до себе за специфічних умов немиротлюбних зовнішніх комунікацій. Дотримання золотого правила взаємин: «Збільшуй в іншому все добре в десять разів, погане зменшуй удвічі, а в собі роби навпаки» сприяє відновленню втраченого взаєморозуміння, взаємодовіри, взаємоповаги, дає змогу об'єктивно оцінити свій рівень сформованості комунікативної культури та інших, дотримуючись порядку вищої справедливості.

Якісна складова комунікацій в частині генерованого прагнення до створення образу друга взаємодіючих сторін буде зазнавати динамічних поступальних перетворень залежно від вихідних позицій у їх

взаємодіях за схемою: ворожі, недружелюбні нейтральні, товариські, братерські і у зворотній послідовності з відповідними ознаками за спонуканням до створення образу ворога.

Комунікативна доцільність вмотивована настановою «Юпітер, ти сердишся? Значить ти – неправий!» дає можливість уникнути непорозумінь і навіть попередити конфлікт. Розв'язання комунікативних проблем, спричинених напруженням у стосунках, стає можливим у стані рівноваги, внутрішнього спокою, поступливості на користь іншого, що дає змогу наблизитися до взаєморозуміння. Неупереджений аналіз ситуації за таких умов дозволяє опанувати технології мирного співіснування, запобігти взаємних образ, знайти логічне пояснення діям комунікатора, користати з несприятливих обставин, виправдати кривдника, побачити його чесноти і, врешті, наблизитись до взаємодовіри.

За дотримання керівної настанови «Ніхто тобі не друг, ніхто тобі не ворог, але кожна людина тобі учитель» відбувається подальша гармонізація складників внутрішньої культури розумно мислячого суб'єкта з адекватно-пропорційним підвищенням рівня його зовнішніх комунікацій з дотриманням пріоритету спільних інтересів, прихильним ставленням до інших, хто прагне до взаємоповаги у стосунках.

Усвідомлення особистих помилок, прорахунків, блукань сприяє запобіганню конфліктних ситуацій, сприйняттю мирного способу існування як перемоги над собою з набуття дружелюбності, розумінню простої життєствердної формули «Все зосереджено у самому собі».

Контрольні запитання і завдання

1. Зазначте прогнозовані результати внаслідок застосування правил партнерських взаємодій.

2. Охарактеризуйте особливості формування культури незгоди з близькими та рідними. Яку рису ви частіше проявляєте у спілкуванні з ними: упертість чи наполегливість?

3. Зазначте етапи трансформування «образу ворога» за схемою дружніх стосунків.

4. Розкрийте зміст «Золотого правила взаемин».

5. Укажіть характер взаємозв'язку між спонуканням і діями.

6. Самотестування.

Тест: Якими категоріями ти вчишся мислити, говорити, діяти:

1. «Від добра» чи «від зла»?

2. Заради себе чи заради іншого?

3. На благо собі чи на благо ближньому?

4. Заради війни чи заради миру?

5. В ім'я брехні чи в ім'я істини?

6. В ім'я ненависті чи в ім'я любові?

Задавайтесь цими запитання частіше і побачите їх благотворну дію на формування миру в тобі [18].

Тест. Визначте міру своєї справедливості. Відповіді «так», «ні», «важко сказати».

1. Чи робиш іноді непродумані вчинки?

2. Чи допускаєш осуд (хоч у думках) вчинків своїх рідних, друзів, знайомих?

3. Чи вбачаєш приховану хитрість у промовах політиків та керівників усіх рангів?

4. Чи маєш сміливість критикувати тих, хто чинить несправедливість?

5. Чи відчуваєш сором через власні думки?

6. Чи захистив (відстояв) хоч раз права несправедливо ображеної кимсь людини?

7. Чи вважаєш себе справедливою людиною?

Тепер підсумуємо відповіді.

Якщо відповідав швидко, без роздумів, правдиво і на всі сім запитань «так», то ти дійсно прагнеш до істини і до правильних вчинків, слів та думок. Твори! Почуття справедливості у тебе визріває.

Якщо відповіді «ні» були, зокрема на 1, 2, 5, то ти неправдивий із самим собою. Якщо відповіді «ні» на 3, 4, 6, то ти боязкий і хитрий. Настав час з цим щось робити.

Якщо на більшість запитань відповіді «важко сказати», а на 7 «так», то до питання справедливості ще не приступив, не займався ним. Тобто, тебе мало цікавить хто-небудь, крім самого себе. Навколо живуть і працюють, як на зло, всі несправедливі, особливо стосовно тебе.

Це зазначає, що ти підійшов до дзеркальної країни, де всі, на кого не глянеш, тобі «віддзеркалять» тебе. Дивись пильно всередину себе і не дозволяй собі бути несправедливим у ставленні до свого ворога, ближнього і, зрозуміло, до самого себе (якщо скромності і чуйності в тобі більше, ніж самовиправдання і самолюбівання) [18].

Тест. Дайте собі відповідь, що людство навчилось зберігати (хоч більше, ніж на 50%)?

1. Себе і своє життя?
2. Свій дім і своє добро?
3. Своє ім'я і свою честь?
4. Свої знання і відкриття?
5. Свою творчість?
6. Свої почуття? [18].

Тест. Проаналізуй себе, як ти сперечаєшся?

Щоб побачити, на якій сходинці ти знаходишся на даний момент, рекомендую оцінити виступи публічних осіб, надати собі правдиву оцінку («так» чи «ні») на запропоновані запитання.

1. Ти обурюєшся, коли чуєш, як говорить, що говорить і як аргументує той, кого ти вирішив оцінити?

2. Ти критикуєш його спокійно за його недорікуватість і багатослів'я?

3. Тебе не переконують його доведення?

4. Ти спокійний, хоч твоя точка зору не повністю збігається з його?

5. Ти хотів би обговорити це питання з людиною, оскільки його думка тебе зацікавила?

6. Тобі хотілося б поговорити з цією розумною людиною?

7. Ти згоден повністю з його аргументом?

От і оціни себе, не гаючи ні хвилини.

Якщо перша відповідь «так», то ти конфліктуєш з самим собою. Духовні і земні поняття перебувають в дисгармонії.

Якщо друга відповідь «так», то ти поки що суперечиш собі.

Якщо третя відповідь «так», то ти готовий до з'ясування взаємин, але поступатися в суперечці поки що не вмієш (собі не поступаєшся).

Якщо четверта відповідь «так», то ти готовий до програшу в суперечці, але при вагомій аргументації на прикладах.

Якщо п'ята відповідь «так», то ти уже не сперечаєшся, але обговорюєш, щоб зрозуміти, наскільки ж помиляється твій опонент (власне нижче «я» у такому випадку).

Якщо шоста відповідь «так», то ти досягнув очікуваної згоди і миру в собі між нижчим «я» та вищим «Я». Отже, у справах все буде до ладу [18].

ТЕМА 6. КУЛЬТУРА ПРИЙНЯТТЯ РІШЕННЯ: СВОБОДА І ВСЕДОЗВОЛЕНІСТЬ

6.1. Практика прийняття відповідального рішення

Ключові слова:

Вибір – можливість вибрати кого-, що-небудь [1].

Наслідки – те, що виходить, впливає з чого-небудь; результат [1].

Спричиняти – 1. Служити, бути причиною чого-небудь, викликати, зумовлювати щось. 2. Бути наслідком чого-небудь [1].

Причинний зв'язок прийнятих та реалізованих рішень у ієрархічних взаємодіях соціокультурного партнерства на рівні фізичних суб'єктів, професійних об'єднань, суверенних держав, світових спільнот тощо відтворюється наслідками відповідного формату за змістом відомих морально-духовних вказівників: «життя чи смерть», «розвиток чи руйнування», «мир чи війна», «еволюція чи інволюція».

Цілевказування, що спричинює позитивні наслідки, поєднує у собі радість життя, спрямованість до миру, неперервність розвитку, теїстичний еволюціонізм. Свідомо прийняті і втілені визначальні рішення закладають традиції, обумовлюють життєвий уклад, вибудовують значущі цивілізаційні траєкторії. Змістовність пріоритетних рішень обумовлена досвідом відповідального розв'язання повсякденних, зазвичай напружених, різноформатних комунікативних ситуацій, що потребує внутрішньої дисципліни, порядку, самостійності. За таких умов, прийняття рішення стає значним випробуванням

щодо прояву сили волі, сформованості почуття міри у думках, спонуках, прагненнях, почуттях.

Технологічність (доцільність, якість, швидкість тощо) прийняття рішення залежить, насамперед, від співвідношення кількісних та якісних показників як ознак самокерування індивідуальним ресурсом сил (специфічна співзалежність наявності особистих чеснот та вад), сформованості почуття міри у бажаннях, емоціях, думках, вміння обирати головне з сукупності аргументів та фактів. Зазначимо, що набуття впливового, у позитивному значенні, сукупного кількісного показника структури індивідуального ресурсу сил, який становить понад 51%, сприятиме прийняттю розумного, обґрунтованого, доцільного рішення та ефективної його реалізації у конкретному часі та місці. Сукупний показник нижчий за 51% стане свідченням несумірності особистих сил (їх нестачу) із заявленою програмою дій, неефективності прийнятих засобів з її виконання, довільно визначеного часу (невідповідного до змісту завдань), неслухно встановленого місця (з порушенням умов, норм тощо), неналежно підбраного складу учасників загальної справи (без урахування їх професійної компетентності).

За законом причин і наслідків результативність життєдіяльності досягається завдяки самостійному вирішенні проблемних задач з максимальним напруженням сили розуму, волі, духу за відомою схемою внутрішніх переконань: готуючись до перемоги, очікуй поразки; готуючись до поразки, очікуй непередбаченого, вірогідно, перемоги.

Найголовніша перемога для розумно мислячого суб'єкта, яка налаштовує на подальше особистісне-

професійне самовдосконалення, є перемога над самим собою, подолання в собі сумнівів, страхів, гордоців, страждань, і, як наслідок, набуття нових знань про себе. Надзвичайно складним у періоді пізнання себе виявляється етап, який не в повній мірі усвідомлений (відсутній досвід подолання себе в певних ситуаціях), зазвичай це страждання, особливо в частині розчарування. Наприклад, здавалося, що прийняте рішення уміщує детально продуманий план, доцільні засоби з досягнення мети, активізовані необхідні сили (працевдатність, зацікавленість, винахідливість) з реалізації проєктних завдань, однак результат видався нижче прогнозованого або навіть, протилежним очікуваному. Наголос на «здавалось» є небезпечною помилкою, самооманом у прикладі: реальність дещо відрізняється від уяви про особистісні можливості, самооцінка і оцінка ззовні кардинально різняться, провокують невдоволеність собою та іншими. Трансформуванню стану глибокого розчарування, спровокованого завищеною («плюс») чи заниженою («мінус») самооцінкою (як ознаками гордовитої людини, у першому випадку гордощі зі знаком «плюс», у другому гордощі – зі знаком «мінус») сприяє ґрунтовний, всебічний самоаналіз прагнень, почуттів, думок що спонукали до дій з негативними наслідками.

Технологічним інструментом з цілеспрямованого трансформування страждання, породженого гордощами, марнославством, послуговує об'єктивізація самооцінки, яка у такому випадку відображає низький рівень особистих можливостей з прийняття рішення, тобто індивідуальний ресурс сил використаний недоцільно, неефективно, нерозумно. Ефективним

засобом запобігання проявів розчарування у подібних ситуаціях є спрямування до більш високого рівня сформованості дисципліни, відповідальності, старанності, скромності.

Внаслідок опанування новими знаннями та уміннями, непомірне бажання бути найкращим, першим, головним (підсилене заздрощами до успіху інших) трансформується у зрозуміле прагнення бути рівним серед рівних, сприяє підвищенню рівня працелюбності, наполегливості з мобілізації волі до подолання життєвих перешкод, спонукає стати гідним справи, яка займає розум і активізує до подальших ефективних дій.

Отже, свобода вибору у прийнятті відповідальних рішень полягає, насамперед, у послуху законам, зібраності, упевненості, рішучості, вдячності, що забезпечує надійний результат, базований на почутті міри у бажаннях, емоціях, думках, готовності до перемоги над собою, умінні програвати чи перемагати за довічним цілепокладанням «Не нашкодь» у розв'язанні суперечливих, складних життєвих ситуацій.

6.2. Законослухняність як ознака сформованості морально-духовного імунітету

Ключові слова:

Життєдіяльність – 1. Сукупність життєвих функцій організму. 2. Діяння, функціонування чого-небудь [1].

Закон – 1. Встановлене найвищим органом державної влади загальнообов'язкове правило, яке має найвищу юридичну силу. 2. Сукупність таких загальнообов'язкових правил та державних постанов, що визначають суспільні відносини людей; втілення

найвищої влади в суспільстві. 3. Те, що сприймається як незаперечне розпорядження, веління, обов'язкове для неухильного виконання [1].

Рівність – рівне становище людей у суспільстві, що виражається в однаковому відношенні до засобів виробництва і в користуванні одними й тими ж політичними та громадянськими правами [1].

Теза «Закон один для всіх», яку проголошено з часів Римського права, і надалі сприймається як надихаючий стимул розвитку законотворчості, однак цілеспрямованої дієвої сили вона не набула і в наш час. Сучасні декларації несуть у собі, як і раніше, такий же піднесений і багатообіцяючий зміст та результативність їх практичного досвіду залишається малоефективною.

За аналогією прийнятої класифікації зміцнення морально-духовного імунітету (вольовий, емоційний, ментальний імунітет) сформованість базової якості «законотворчості» розглядається за трирівневою схемою. Перший рівень, прийнятий як умовно низький, обумовлюється знанням та застосуванням законів громадянських, характеризується стійкістю вольового імунітету. Другий рівень (умовно середній), обумовлюється опануванням законів громадянських у поєднанні з моральними законами, характеризується стійкістю емоційного імунітету. Третій рівень (умовно високий) обумовлюється усвідомленням законів громадянських, моральних, духовних у їх невід'ємному взаємозв'язку, характеризується стійкістю ментального імунітету.

Сформована здатність до роздумів про «добро» і «зло» сприяє засвоєнню навичок системного

самоаналізу вчинків, слів, дій у порівнянні з унормованими правилами суспільного життя, зокрема професійними вимогами, обов'язками та гарантіями. Сформованість внутрішньої готовності до послуху законам як прояв сили розуму спонукає до опанування законів з забезпечення стійких моральних основ у вигляді вольового та емоційного імунітету (умовно середній рівень).

Подальший розвиток моральних якостей миролюбності, правдивості, вдячності, відповідальності, впевненості, рішучості, скромності тощо сприяє зміцненню сили волі, активізує до подальших творчих здобутків у рамках загальнолюдських морально-духовних норм. Гармонізація складників індивідуального ресурсу сил в параметрах зміцнілого вольового та емоційного імунітету спрямовує розумно мислячого суб'єкта до усвідомлення законів, властивих умовно прийнятому високому рівню за ознаками зміцнілого ментального імунітету. За аналогією до попередніх, рівень має характерні особливості, зокрема розвинену здатність розрізняти прояви «зла у добрі» та «добра у злі» у своїх думках, спонуках, діях. Подолання життєвих труднощів, внаслідок опанування духовних законів (насамперед, ієрархії, свободи вибору, причин-наслідків, доцільності, сумірності, необхідності, дзеркала, магніту, аналогії тощо) спричинює стійкість ментального імунітету, зміцнення сили духу, уміння обирати головне у прийнятті складних рішень.

Синергія стійкості вольового, емоційного, ментального імунітету зумовлює подальший розвиток законослухняності в частині створення доцільного балансу між індивідуальним ресурсом

сил (розуму, волі, духу) та ефективністю діяльності, насамперед, технологічними засобами самопізнання і самовдосконалення. Послідовність застосування таких засобів поєднується у просту і зрозумілу схему усвідомлення своїх потенційних можливостей:

1. Зрозуміти будь-яку інформацію про себе.
2. Прийняти себе таким, яким ти є.
3. Вмістити нові знання про себе.
4. Оволодіти тим новим, що особливо привертає увагу.
5. Застосовувати в житті нові знання.
6. Проаналізувати, що змінилося у собі.
7. Скоректувати, тобто покаятися у гріхах, змінити своє ставлення до себе, трансформувати те, що зробив «від зла», що міг би і повинен би зробити «від добра» [4].

Поступове засвоєння етапів з пізнання себе у зовнішніх комунікаціях засвідчує готовність суб'єкта до взаємодії з законом на певному рівні (умовно низькому, середньому, високому) із зазначенням аналізованого результату як у зовнішніх проявах, так і у проявах прихованої ментально-чуттєвої сфери. Особисте ставлення до закону за наведеною нижче класифікацією дає змогу з'ясувати відповідність слів та дій генерованим почуттям і думкам: 1. «Ти і закон» (існують окремо). 2. «Ти до закону» (виявляєш інтерес). 3. «Ти з законом» (вже ознайомився). 4. «Ти у законі» (все вивчив досконально). 5. «Закон з тобою» (допомагає у подіях). 6. «Закон в тобі» (додає сил). 7. «Закон через тебе» (примножує законні дії) [19].

Первинне знайомство зі змістом, закладеним у законах (громадянських, моральних, духовних) виявляє приховану від себе невпевненість і страх внаслідок нестачі знань і умінь з дотримання засадничих процедур закону та відповідатиме першій позиції зазначеної схеми, «Ти і закон».

Розповсюджена формула «Незнання законів не звільняє від відповідальності за скоєне» спонукає до усвідомлення необхідності їх вивчення (друга позиція схеми, «Ти до закону»), сприйняття закону як керівництва до свідомих дій (третя позиція схеми, «Ти з законом»), оволодіння технологією реалізації положень закону в практичній площині (четверта позиція схеми, «Ти у законі») створює умови до наступних якісних перетворень у структурі індивідуального ресурсу сил засобами самопізнання.

Сформоване вміння підкорюватися закону на рівні усвідомленої потреби забезпечує доцільність існування розумно мислячого суб'єкта за принципово новим форматом взаємодії із законом (п'ята позиція схеми, «Закон з тобою»). Внаслідок набуття особистого досвіду поразок і досягнень приходять розуміння, що жити і діяти за законом цікавіше, безпечніше та корисніше.

Подальше опанування технологією взаємодії з законом у вимірі ціннісного ставлення (шоста позиція схеми, «Закон у тобі») засвідчить сталість особистої відповідальності за прийняті і реалізовані рішення, самостійність у вирішенні проблем. Детальний аналіз подій і об'єктивна оцінка особистої участі сприятиме гармонізації індивідуального ресурсу сил, координуванню в напрямку постійного самовдосконалення, спрямуванню до творчості.

Генерація цілеспрямованого прагнення до упідглегнення законам закладає основи вмотивованої норми у внутрішніх і зовнішніх комунікаціях, сприяє попередженню будь-яких порушень щодо правил громадського, морального і духовного спрямування (сьома позиція схеми, «Закон через тебе»).

Удостоєний честі носія справедливості, рівноправності, милосердя розумно мислячий суб'єкт прикладом своїх законних дій послуговує зміцненню морально-духовного імунітету з метою створення високоорганізованої нації, народу, спільноти.

6.3. Свобода і вседозволеність у практиці буденних комунікацій

Ключові слова:

Свобода – життя, існування і т. ін. без залежності від кого-небудь, можливість поводитися на свій розсуд [10].

Свобода – (філософська категорія) можливість вияву суб'єктом своєї волі в умовах усвідомлення законів розвитку природи і суспільства [10].

Свобода волі – здатність приймати рішення зі знанням справи [10].

Свобода і необхідність – філософські категорії, що виражають діалектичну суперечність між діяльністю людини як розумної істоти й об'єктивними законами природи та суспільства [10].

Вседозволеність (уседозволеність) – положення, за якого відсутні заборони, обмеження, стримувальні начала [10].

Сучасні соціокультурні трансформації, зумовлені об'єктивними законами, неоднозначні процеси становлення державної суверенності, зміни філософського та наукового світогляду, переосмислення історико-культурних здобутків спонукають розумно мислячого суб'єкта до визначального вибору: спрямування зусиль до розвитку законослухняності як принципу його життєдіяльності, або, натомість, використання особистих сил у хаосі беззаконня, свавілля та вседозволеності.

Внутрішня свобода, передусім, передбачає вивільнення від вад, порочних проявів сумніву, страху, гордощів, марнославства, страждання і пов'язаних з ними негативних наслідків, що досягається, зокрема, опануванням технологією системного самоаналізу індивідуального ресурсу сил.

Оволодіння практикою системного самоаналізу за вмотивованим спонуканням до самовдосконалення дозволяє опанувати техніками своєчасної самокорекції та об'єктивації самооцінки [4; 28]. Стійке прагнення стати більш миролюбивим, правдивим, вдячним, відповідальним сприяє засвоєнню алгоритму взаємодії з іншими за схемою позитивних перетворень, сумірних за власними силами і можливостями у досягненні «терпіння-розуміння-прощення» у повсякденні.

Показовим прикладом, в контексті розгляду, послуговують ієрархічні взаємодії вихователя і вихованця, учителя і учня, викладача і студента. Такий взаємозв'язок є динамічною та водночас делікатною комунікацією, що потребує постійного самоконтролю, самоаналізу і самокорекції у форматі статусної ієрархічної взаємодії, як і раніше, провідним є вихователь, учитель, викладач; веденим, відповідно, – вихованець, учень, студент.

Підкреслимо, що саме від рівня внутрішньої культури комунікаторів, (моральних якостей, професіоналізму, законослухняності) у більшій мірі буде залежати якість їх стосунків, обумовлених освітніми цілями і завданнями. Подальша поступово-поступальна гуманізація освітньої сфери у динаміці позитивних надбань відкриває перед її учасниками

нові можливості до взаєморозуміння, взаємодовіри, взаємоповаги.

Проте, реальність має дещо інший вигляд. Внаслідок певних обставин (суб'єктивних і об'єктивних) викладач (вчитель, вихователь) не завжди усвідомлює повноту особистої відповідальності за виховний вплив через свою професійну діяльність. Несвідомо, або ще гірше, свідомо, нівелює норму статусних міжособистісних комунікацій, через незнання, упертість чи злі наміри викривлює закладені в ній засади ієрархічних взаємодій, налаштовує учасника освітнього процесу (студента, учня, вихованця) до вседозволеності, нерозсудливості, неповаги. Наприклад, дозволяє їм у своїй присутності вживати ненормовану лексику, так званий «сленг». Подібні ситуації потребують всебічного аналізу, перевірки педагогічної компетентності викладача (учителя, вихователя) на відповідність професійному освітньому стандарту. Нагадаємо, що слово як надзвичайно дієвий виховний інструмент спроможне і надихнути, і принизити, і зруйнувати внутрішній і зовнішній мир, створений за кращими традиціями класичної педагогіки.

Гідний осуду факт, коли вихователь (вчитель, викладач) проявляє неадекватну реакцію на означену проблему у вигляді байдужості, навіть не робить спроб з запобігання таких непорядних дій у спілкуванні, нехтуючи своїм безпосереднім професійним обов'язком «учити виховуючи» та «виховувати навчаючи», набувачи «дешевого» популістського авторитету.

Однак серед відповідальних учасників освітньої діяльності (всупереч неадекватності таких педагогічних дій) виховується свідомо потреба з невідкладної

реалізації завдань з впровадження інноваційних виховних технологій, серед яких чи не найперше місце посідають технології формування комунікативної культури засобами самопізнання.

Отже, свобода, у вимірі ціннісного ставлення до особистісно-професійної діяльності, представляється як повна та одноосібна відповідальність за наслідки генерованих спонукань, думок, слів та дій, як вміння дотримуватися меж дозволеного, як розвинена здатність до активних творчих дій.

Набуття уміння говорити по суті та цілеспрямовано діяти відповідно до свого життєвого цілепокладання здатний розумно мислячий суб'єкт, для якого поняття свободи уміщує потребу упідлеглення засадничим нормам громадянських, моральних, духовних законів, а також усвідомлення особистої межі, за якою, на його думку, починається вседозволеність. Утримання особистої межі між «добром» і «злом» у засвоєних параметрах (тим більше, досягнення нового, більш високого рівня), непросте завдання, під силу тому, хто дістав особистої свободи від спокус і вад, постійно прагне самовдосконалення, володіє унікальною здібністю зберігати і примножувати кращі загальнолюдські надбання.

Контрольні запитання і завдання

1. Зазначте етапи прийняття виваженого рішення.
2. Охарактеризуйте взаємозв'язок між прийняттям рішення та самостійністю у вимірі ціннісного ставлення до себе та інших.
3. Опишіть алгоритм трансформації поразки.

4. Укажіть складові законослухняності у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, закону.

5. Охарактеризуйте межу між свободою і вседозволеністю.

6. Самотестування.

Тест. Перевірте сформованість почуття міри у собі.

Початкові етапи формування почуття міри нагадують етапи розвитку сили волі, які схематично можна подати у вигляді настанов:

1. Навчитися вставати із-за столу з ледь відчутним почуттям голоду.

2. Навчитися своєчасно замовчати (щоб не промовити зайвого, не розізлити співрозмовника, не посваритися з опонентом).

3. Навчитися своєчасно вийти (згідно з етикетом) з будь-якого зібрання, де сперечаються.

4. Навчитися вільно залишити справу, в якій мав успіх, своїм дітям, колегам, учням, чи відступити від неї, якщо вбачається у тому необхідність.

5. Навчитися співставляти свої сили і бажання (за віковими та іншими можливостями).

6. Навчитися уникати смутку.

7. Навчитися бути готовим залишити все, і земне життя, коли настане час, без жалю, але з надією.

Отже, головні навички такі:

1. Не переїдати, але і не змушувати себе голодувати;

2. Не перебивати співбесідника, але і не бути «мовчуном»;

3. Не набридати своєю присутністю, але і не відгороджуватися;

4. Не пригнічувати інших своїми проблемами;

5. Не перешкоджати тим, хто йде вслід за тобою;

6. Не знемагати від самотності, але цінувати її;

7. Не жалкувати за минулим.

Перевірте, чи в усьому досягнуто успіху на «відмінно»? Оцінь себе за п'ятибальною системою. Чи в усьому ти, друже мій, з вище сказаного, маєш почуття міри? Хочеться заперечити, що цього дуже важко досягти? А хто сказав, що буде легко? Життя продовжується на новому витку самовдосконалення! Успіху тобі, невтомний трудівнику! [18].

Тест. Чи думали ви раніше і чи говорили уголос про те, що:

1. Винні лікарі в тому, що ти хворий?
2. Чи винні батьки в тому, що спадковість погана?
3. Чи винна доля, що ти хворий, бідний і невезучий?

Зазначимо, якщо думав і говорив саме так, то ти був двоєдушним, фальшивим, невігласом стосовно самого себе. Якщо так не говорив уголос, але думав наодинці з собою, звинувачував когось, а не самого себе в лінощах і неосвіченості, то був хитрим, лицемірним, знань про себе не вистачало (до того ж знання про себе трактував по-своєму, всупереч законам, нормам комунікацій).

Закопи творіння всесвіту універсальні і справедливі, суть їх для людини вміщується у формулу: «що посієш, те і пожнеш». Тобто все в тобі, все від тебе, все в самому собі шукай і знаходь. Вміти універсально думати і розуміти – це талан мудрих на землі.

За законом причин-наслідків людина одержує усе, що накопичила, заслужила, що віддала і що взяла у інших. Якщо у цьому житті багато віддав іншим, багато хто буде віддавати тобі борги на старість: грошима, турботою, любов'ю, співчуттям, прощенням, повагою, визнанням.

Тебе не поважають, не визнають, не люблять, не турбуються про тебе і грошей постійно не вистачає, засмучуєшся через те, що небагатий?

Причини стану невдоволення собою та іншими однакові для всіх, хто прагне самопізнання і самовдосконалення: гординя з усіма її щаблинами і приступцями; страждання; неправдивість; невдячність [18].

ТЕМА 7. ПРАКТИКА ТРАНСФОРМУВАННЯ МИСЛЕОБРАЗУ

7.1. Практика формування культури взаємин за формулою співдружності

Ключові слова:

Співдружність – 1. Взаємна дружба єднання. 2. Об'єднання кого-небудь, засноване на дружбі, єдності поглядів, інтересів [1].

Ворог – той, хто перебуває в стані ворожнечі, боротьби з ким-небудь; недруг, супротивник [1].

Самовіддане служіння справі посідає чи не головне місце серед героїчних здобутків представників кращої частини людства. Образ героя, вождя, захисника, друга, учителя складався віками через біль і страждання, пізнання величі любові і благородства, віри і мудрості, надії і благоговіння, утворюючи принципи мирного буття.

Період соціокультурних змін в частині формування дружніх стосунків демонструє, водночас, і руйнування незатребуваних звичаїв, норм, традицій, і творення комунікаційних новацій, переважно у ментально-чуттєвій, духовній сфері, надаючи можливість кожному за його готовністю і потребою самовдосконалюватися. Адаптованість цілепокладання до змін, притаманних перехідному періоду, обумовлюється, насамперед, розвитком самосвідомості, здатністю розумно мислячого суб'єкта примножити загальнолюдські здобутки душі і розуму відповідно до масштабу докладання особистих сил.

Взаємозв'язок розвитку самосвідомості суб'єктів соціальних відносин з масштабом свідомої діяльності у вимірі співдружності представлено в таблиці 5 [15]. Логіка взаємозалежності, закладеної у динаміці досягнення ідеального образу порівняно з реальним продуктом спільної праці, надає узагальнені показники, за якими проведено умовну рівневу диференціацію: першому-третьому рівням розвитку самосвідомості у здатності до співдружності відповідає близько 15% від загальної кількості суб'єктів соціальних відносин та свідомої діяльності (умовно віднесено до низького рівня ментальної працездатності та самостійності у прийнятті рішень з реалізації цілей і завдань у спільній діяльності); близько 70% – відповідає четвертому рівню розвитку самосвідомості (середній рівень, ментально активні, спрямовані до взаємовигідної співпраці, з перевагою особистих інтересів); близько 15% – відповідають п'ятому рівню (високий рівень, ментально самодостатні, спрямовані до партнерської співпраці, цілеспрямовані до реалізації спільних завдань), малу частку з них, близько 3%, становлять найвидатніші суб'єкти свідомої діяльності, пророки, вчителі людства, відповідають шостому-сьомому рівням (6–7 шаблони) за наведеною класифікацією у таблиці 5.

Зародження взаємовигідної співпраці стає можливим з четвертого рівня другої шаблони, представлених у таблиці. Готовність визнати працю іншого на рівні із собою, проявити розуміння, терпіння до його помилок спостерігається з другого рівня третьої шаблони.

Рівні розвитку самосвідомості суб'єкта соціальних відносин та свідомої діяльності [15]

		Рівень Характеристика					
Перший рівень	Другий рівень	Третій рівень	Четвертий рівень	П'ятий рівень	Шостий рівень	Сьомий рівень	
Людино-подібні	Примітивні	Звичайні	Розвинені	Одухотворені	Духовні	Досконалі	
Діє так, як велить вождь (лідер)	ЕГО спрямоване на задоволення потреби Я	ЕГО спрямоване на задоволення потреби Я + моя сім'я	ЕГО спрямоване на задоволення потреби Я + сім'я + мій колектив	ЕГО здатне до творчості у форматі Я + моя сім'я + колектив + місто	ЕГО здатне до творчості в форматі Я + сім'я + колектив + місто + моя нація	ЕГО здатне творити в форматі Я + сім'я + колектив + місто + нація + моя країна	
Діє так, як наказано, але в душі протестує	На задоволення потреби Я + моя сім'я	У форматі Я + моя сім'я + мій колектив	У форматі 1 + моє місто	ЕГО здатне до творчості у форматі 1 + моя нація	У форматі 1 + моя країна	У форматі 1 + співдружність країн	
Хочу бути ближче до вождя (лідера)	Я + моя сім'я + колектив	1 + 2 + моє місто	1 + 2 + моя нація	1 + 2 + моя країна	1 + 2 + співдружність країн	1 + 2 + 3 + моя планета	

внигобШ

Шаблони	Рівень Характеристика							Сьомий рівень
	Перший рівень	Другий рівень	Третій рівень	Четвертий рівень	П'ятий рівень	Шостий рівень	Досконалі	
	Людино-подібні	Примітивні	Звичайні	Розвинені	Одухотворені	Духовні		
4.	Наслідує (імітує) вожака (лідера)	Я + 2 + 3 + моє місто	1 + 2 + 3 + моя нація	1 + 2 + 3 + моя країна	1 + 2 + 3 + співдружність країн	1 + 2 + 3 + моя Планета	1 + 2 + 3 + моя Система	1 + 2 + 3 + наша Сонячна Система
5.	Здобуває знання, щоб бути корисним	Я + 2 + 3 + 4 + моя нація	1 + 2 + 3 + 4 + моя країна	1 + 2 + 3 + 4 + співдружність націй	1 + 2 + 3 + 4 + моя Планета	1 + 2 + 3 + 4 + наша Сонячна система	1 + 2 + 3 + 4 + наша Галактика	1 + 2 + 3 + 4 + наша Сонячна система
6.	Допомагає усім, хто потребує допомоги	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + моя держава	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + співдружність країн	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + моя планета	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + наша Сонячна система	1 + 2 + 3 + 4 + 5 + наша Галактика	1 + 2 + 3 + 4 + 5 + наш Всесвіт	1 + 2 + 3 + 4 + 5 + наш Всесвіт
7.	Хоче стати лідером, щоб навчати інших	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + співдружність країн	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + моя планета	Я + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + наша Сонячна система	1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + наша Галактика	1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + наш Всесвіт	Его здатне Служити для Еволюції	Его здатне Служити для Еволюції
Примітка	Свідомість стадна (1–3 шаблони). Початок формування Его (4–7 шаблони)	Можливі явища расизму, націоналізму, егоїзму	Можливий великодержавний шовінізм	Его в цій стадії розвитку зможе діяти на рівні континентів	Его здатне творити для всіх, хто живе на Планеті, а тому миролюбне	Его такого рівня здатне прийняти знання і про інші форми життя, і на інших планетах	Его знає про вічність, безмежність і здатне до високого співорбітництва	Его знає про вічність, безмежність і здатне до високого співорбітництва

Третій рівень четвертої шаблони характеризується поступливістю особистих інтересів спільним, формуванням дбайливості про колектив, місто, країну та відповідальності за наслідки свідомих дій, за якими радість перемоги ділиться на всіх учасників взаємовигідної співпраці, невдача покладається на себе.

Узагальнено викладене для дотримання технологічності самоаналізу за таблицею 5: перша сходинка кожного наступного рівня відповідає другій сходинці попереднього, тобто безкорисливості у ній закладено уже більше, а отже, і духовність більш розвинена. Кожна сьома шаблони у попередньому рівні розвитку свідомості стає шостою у наступному. У такій схемі сьома шаблони зазначає найбільший масштаб духовності, найширший світогляд у відповідному рівні. Так, поступово еволюціонує свідомість [15].

Формула співдружності стає простою і зрозумілою для тих, хто докладает зусиль до зміни формату мислення «я і вони» у «вони і я», поступово трансформуючи егоїзм в спонуках та бажаннях, осмислюючи помилки і прорахунки, набуваючи досвіду мирного співіснування у зовнішніх комунікаціях. За таких умов, бажаний зовнішній мир досягається внутрішньою гармонізацією, створенням цілісного взаємозв'язку «думка – слово – діло».

Динамічний ступеневий перехід самосвідомості від егоїзму до безкорисливості (від низького рівня «я, мені, моє» до середнього «вони, їх, їм» та високого рівня «ми, нам, наше») закладено у таблиці 6 [19].

За технологією порівняльного самоаналізу (порівняння за відповідною шаблонию рівня таблиці 5

та щабліною рівня таблиці 6) набувається самооцінка сформованості співдружності у зовнішніх комунікаціях певної статусності та масштабу, наближена до об'єктивної.

Детальний системний самоаналіз дає змогу розробити індивідуальну траєкторію з підвищення рівня гармонійних взаємодій у внутрішніх (гармонізація складників індивідуального ресурсу сил у форматі «думка – слово – діло») та зовнішніх (у форматі «ми, нам, наше») взаємозв'язках. Акцентуємо, що п'ята щабліна всіх рівнів таблиць 5 та 6 зазначається як перехідна в забезпеченні позитивних самозмін у параметрах якісних рівневих перетворень (перехід до більш високого рівня самовдосконалення за заявленими показниками).

Формування дружніх стосунків як взаємообумовлений процес потребує від комунікаторів, зокрема, чуйності, розуміння, поваги, довір'я, уважного, доброзичливого ставлення, спрямованості до самопізнання, саморозвитку та самовдосконалення. Однак, дотримання зазначених умов не повністю забезпечує необхідну якість співдружної взаємодії, досягнення якої потребує, насамперед, єднання на рівні загальної ідеї, усвідомленого цілепокладання, відданості спільній справі, у якій найкращим чином реалізуються творчі здібності всіх учасників.

Етапи формування самосвідомості від егоїзму до безкорисливості [19]

Рівень	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Характеристика свідомості	Егоїстична, асоціальна, порушує порядок	Соціальна, зберігає існуючий порядок	Творить порядок, безкорислива
Образ мислення	Я, МЕНІ, МОЄ	ВОНИ, ЙХ, ЇМ	МИ, НАМ, НАШЕ
Показники	Міра переваги егоїзму у свідомості (співвідношення егоїзму та безкорисливості у свідомості)		
	з 5-ої щаблини – перехід до середнього рівня	з 5-ої щаблини – перехід до високого рівня	з 5-ої щаблини – перехід до наступного, більш високого рівня
	Я+Я+Я+Я+Я+Я+Я	Я і ВОНИ	МИ+МИ+МИ+МИ
	Я+Я+Я+Я+Я+Я	Я+ВОНИ	МИ+МИ+МИ+МИ+МИ
	Я+Я+Я+Я+Я	ВОНИ і Я	МИ+МИ+МИ+МИ+МИ+ МИ
	Я+Я+Я+Я	ВОНИ+Я	МИ+МИ+МИ+МИ+МИ+МИ
	Я+Я+Я	МИ	Готовність до самопожертви
Я+Я	МИ+МИ		
Я	МИ+МИ+МИ		

Прикладом динамічного поступового розвитку співдружності можуть слугувати взаємодії в освітньому середовищі, зокрема, у форматі «викладач-слухач», де слухачем є студент, магістрант, аспірант, педагогічний працівник, що підвищує свій професійний рівень тощо, за схемою:

1. *Спільне цілепокладання: якість освіти.* Викладач знає і уміє, як передати свій інноваційний педагогічний досвід (знання утілені у практику); слухач готовий та зацікавлений у набутті такого досвіду (формування умінь, навичок, компетенцій за здобутими знаннями).

2. *Спільна справа: освітній процес,* що забезпечує нові можливості для розвитку творчості як викладача, так і слухача у рамках нормативно-правового ресурсу, законодавчих основ правових взаємодій у системі освіти.

3. *Культура нестатутних взаємин: культура незгоди,* що ґрунтується на морально-духовних засадах, що забезпечує доцільність взаємозв'язку, зумовленого особистим прикладом викладача як генератора гуманістичних ідей, засад педагогіки партнерства, технологій комунікативної культури; для слухача складаються оптимальні умови з запобігання конфліктних ситуацій, формування взаємодовіри, взаєморозуміння, взаємоповаги.

4. *Відповідальність взаємодіючих сторін: «не нашкодь» ні собі, ні іншим,* наслідування духовно-моральній настанові передбачає об'єктивність викладача з забезпечення рівних прав у підготовці слухачів та оцінюванні здобутих ними знань і компетенцій; слухач, спираючись на педагогічну і професійну

компетентність викладача, цілеспрямовано застосовує знання на практиці, набуваючи особистого досвіду (помилки і досягнень) з самостійного прийняття рішень з реалізації освітніх цілей і завдань та персональної відповідальності за наслідки свідомих дій.

5. *Системний аналіз результатів педагогічної співпраці.* Це найбільш дієва частина структури співдружності. Цілеспрямоване самоспостереження, контроль за якістю комунікацій дає можливість викладачу своєчасно вносити корекцію у невдалий досвід педагогічних взаємодій, посилювати педагогічний вплив у позитивній його частині, випробовувати інноваційні технології навчання, контролю і оцінювання знань слухача. Слухач, порівнюючи свій рівень знань і умінь у динаміці позитивних самозмін, набуває спроможності розвивати у собі почуття вдячності, посилити особисту відповідальність за наслідки повсякденної професійної діяльності.

Підкреслимо, що за логікою формули співдружності єднання поглядів, інтересів у спільній справі, передусім, залежить від розвитку самосвідомості її учасників, сумірного масштабу докладання індивідуальних сил, свідомої потреби до самовдосконалення. Вмотивовані спонуки до миролюбного співіснування сприяють формуванню образу друга, вдумливого, компетентного, законотворчого, активного співучасника з реалізації педагогічно-значущих цілей та завдань, здатного проявляти співчуття у поразках, невдачах та прорахунках, надавати допомоги, поділяти радість перемоги інших.

Отже, співдружність як гуманістична форма доцільних особистісно-професійних взаємодій перед-

бачає уміння загальними зусиллями учасників педагогічної співпраці долати перешкоди та розчарування, поглиблювати знання та набувати додаткових компетенцій з колегіального вирішення проблем у вимірі ціннісного ставлення до себе, інших, закону, праці, довкілля.

7.2. Аналіз причин і наслідків як засіб формування комунікативно-партнерських взаємодій

Ключові слова:

Наслідок – те, що виходить, впливає з чого-небудь; результат [1].

Перебіг – 1. Процес розвитку, зміна чогось. 2. Події у житті народу. 3. Сукупність фактів і подій минулого [1].

Причина – 1. Явище, яке обумовлює або породжує інше явище; протилежне наслідок. 2. Підстава, привід для яких-небудь дій, вчинків [1].

Реальний перебіг життєвих фактів і подій зумовлюється причинно-наслідковим зв'язком у найбільш повному відображенні його логіки за відомою мудрістю «Що посієш, те і пожнеш». Проте, першопричину виникнення проблеми не завжди вдається встановити внаслідок того, що дослідження проводиться не у витоках її зародження, а в сфері очевидних наслідків. Причинно-наслідковий зв'язок подій позитивного змісту зазвичай взагалі не аналізується, його поява сприймається як норма (стосовно ж набуття особистого досвіду розцінюється як помилкова дія, що перешкоджає зробити об'єктивний висновок).

Логіка аналізованого взаємозв'язку засвідчує, що наслідок поточної події спричинює наступні дії, аналогічні закладеному в них спонуканню; причина

стає новим наслідком за змінними складовими з відповідними ознаками: *доброзичливе спонукання (як причина) → доброзичлива дія (як наслідок) → доброзичливі думки (як нова причина, що породжує сумірнудію)*. Натомість, нетерпимість в думках проявить непримиренність у словах та зловредність у вчинках, засвідчить спрямування до пошуку та створенню образу зовнішнього ворога, однак небезпека (як причина) прихована у собі, в своїх прагненнях, почуттях, спонуканнях. Отже, причини того, що відбувається ззовні, по суті зосереджені в самій людині, як проекція її прихованого внутрішнього образу. Хто ти, друг чи ворог сам для себе, таким ти зазвичай проявляєшся у зовнішніх комунікаціях.

Відносність поняття «друг-ворог» та «ворог-друг», за законом причин та наслідків, відображає характер внутрішніх комунікацій, взаємообумовленість бажань, емоцій, почуттів, думок у зовнішніх проявах. Інший ворог (зазначимо, що абсолютного ворога чи друга в природі не існує) у складний час допоможе, віддаючи свій борг (не стільки матеріальними речами, скільки турботливістю, розумінням, прощенням тощо), а друг, дотримуючись того ж закону, виявить байдужість, відвернеться, зрадить (імовірно, таке право йому забезпечено саме тобою, внаслідок подібного свого ставлення до інших). Мотивація комунікативних дій та особиста реакція як наслідок немирних почуттів та думок особливим чином впливають на характер таких взаємозв'язків: виявлена байдужість при допомозі стане причиною погіршення стосунків з першим, а помста іншому переведе його в ворожий стан.

Розумний підхід до аналізу причин та їх наслідків засвідчує, що вдячність зміцнює дружню прихильність, а прощення сприяє формуванню відданої дружби. У першому випадку, розв'язання комунікативної проблеми віднесено до умовно низького рівня, у другому – до умовно середнього, а от самовладання, за будь-яких обставин, запобігання та передбачення конфлікту чи будь-якого емоційного напруження розцінюється як умовно високий рівень комунікативної культури, вміння об'єктивно надавати оцінку поточним подіям, ситуаціям, контактам.

Набутий досвід знань та умінь забезпечує перехід до нового етапу самовдосконалення, усвідомлення особистих дій (ментальних, чуттєвих, фізичних), для якого, за нових умов, взаємодія, яка сприймалася як високий рівень, буде оцінюватися як середній рівень комунікативних досягнень, відповідно середній – як низький рівень. Здобуття високого рівня у новому форматі знову буде потребувати додаткових зусиль з формування якості думок, слів, справ. За такої позитивної динаміки підвищення рівня комунікативної культури немає місця почуттям саможалю, докорам сумління, розчаруванню, за наявності, вони трансформуються у пошук кращих можливостей для себе та інших.

Зміцніла сила волі створює можливість до подолання нових спокус, випробувань, усвідомлення та розв'язання більш складних причинно-наслідкових зв'язків. Опанування технологією аналізу причин та їх наслідків, сприяє поступовому перетворенню образу внутрішнього ворога в образ дослідника-експериментатора, зовнішні комунікації, для якого

стають дзеркальним відображенням глибоко прихованих від себе своїх вад, недоліків, помилок. Набувається розуміння, що кожна комунікація надає можливість з усунення ще однієї поточної причини, яка раніше призводила до болючого наслідку.

Адаптуючи викладене до характерних комунікацій освітньої діяльності, можна умовно у якості причини прийняти викладача (учителя, вихователя) з його законним правом спостерігати, контролювати, вживати заходів; у якості умовного слідства, слухача (студента, учня, вихованця) з його обов'язком виконувати вимоги з реалізації освітніх цілей і завдань. В контексті розгляду, причинно-наслідковий зв'язок буде мати вигляд позитивного зворотного за умови, якщо викладач (учитель, вихователь) високоосвічений, компетентний професіонал, що усвідомлює відповідальність за якість своєї освітньої діяльності; слухач (студент, учень, вихованець) розумно мислячий суб'єкт, спрямований до підвищення особистісно-професійного рівня. На противагу такому рівню комунікацій існує негативний зворотний зв'язок, за яким байдуже ставлення викладача (учителя, вихователя) до своєї роботи спричинює байдужість до досягнень у слухача (студента, учня, вихованця). Наведений приклад є достатньо показовим, оскільки випадкових осіб (за суттю і характером) у системі освіти не може бути. Це одна із головних причин, що породжує відповідний наслідок у вигляді неосвіченості, вседозволеності, бездуховності.

Аналіз причин комунікативних ситуацій, контактів стає необхідною і корисною справою для того, хто прагне до свідомого самопізнання та самовдосконалення, у

набутті уміння передбачити наслідки та понижувати напругу у взаєминах та стає певною небезпекою для тих, хто має протилежні погляди, спричинює збільшення помилок та ворожості у ставленні до інших.

Наслідуючи відому настанову: «Ніхто тобі – не друг, ніхто тобі – не ворог, але кожна людина тобі – учитель» відкриваються нові можливості з якісного трансформування причинно-наслідкових зв'язків, головним учителем для такого, розумно мислячого суб'єкта, стає саме життя.

7.3. Позитивне мислення як засіб трансформації образу ворога

Парадоксальність мислення, притаманну соціокультурній спільноті сучасності, найбільш повно відображає відома формула «Хочеш миру, готуйся до війни». Вибір небезпечного способу з досягнення мети, базованого на нехтуванні законів, використанні недозволених прийомів, зумовлюється дуальністю, закладеною у самій природі людини, здатної творити «зло у добрі» чи «добро у злі», генерувати ідеї гуманізму чи продукувати егоїстичні спонування та думки.

Зазначимо, що гуманісти за своєю природою, переважно донори, здатні віддавати сили, знання, уміння тощо, допомагати іншим за зверненням до них, заспокоювати у напружених ситуаціях, творити мир в собі і ззовні; егоїсти за характером жорстокі і непримиренні споживачі, яким зазвичай всього і завжди недостатньо. Для порушника громадянських та морально-духовних законів пошук ворога складає образ життя, сповненого ненависті, зневаги, приниження, критики, заздрощів до інших, упертої незгоди з будь-

ким. Мова не про тих, хто навмисно і цинічно порушує закони, роблячи замах на життя і благополуччя іншого, а про тих, хто уже розуміє свою відповідальність перед законом, але ще йде на компроміс зі своєю совістю, тобто тих, хто перебуває на останніх чотирьох сходинках (4; 5; 6; 7) схеми трансформування образу ворога: 1. Ворог. 2. Противник. 3. Суперник. 4. Недруг. 5. Неприятель. 6. Критик. 7. Опонент [4]. Однак, щоб було не дуже соромно за генеровані думки та скоєні дії, вигадує для себе образ ворога, тому що так простіше і зручніше перекидати відповідальність за наслідки своєї недоцільної діяльності на іншого: це інший сказав не те, зробив не так, вчинив не за правилами, спровокував конфлікт. Але совість як надійний, неупереджений суддя, примушує неодноразово повертатися до розгляду епізоду, що викликав неспокій, отже проблема внутрішня. Звичайно, спровокувати напружену ситуацію може будь-хто із оточення, але реакція на неї буде виключно особистою: *якість дій (спонуки, думки, слова, вчинки) суб'єкта у стані емоційної нестабільності засвідчують головну причину, що провокує ворожість у стосунках за довічною настановою «Чини з іншими так, як ти хотів, щоб інші ставилися до тебе».*

Ретельний самоаналіз, наприклад, протягом дня, дає змогу усвідомити, періодичність проявів нетерпимості, непримиренності, засудження, обурення через зауваження інших та зрозуміти, що саме зараз відбулося штучне створення із ближнього свого образу ворога (можливо, вже і не ворога, а недруга чи неприятеля). Об'єктивізація самооцінки дозволяє з'ясувати, скільки часу та сил втрачається

даремно на боротьбу з «імовірними вітряками», так званими «справжніми ворогами», хто постійно набридає, повчає чи висловлює претензії. Зазначимо, що ілюзорна уява про ворога розпалює пристрасть, підвищуючи потенціал марнославства, і одночасно перешкоджає наданню неупередженої оцінки того, що відбувається в індивідуальному ресурсі сил та ззовні, тому доцільніше спрямувати особисті зусилля на створення внутрішнього миру у собі, виявлення та трансформування власних недоліків, які побачив у інших.

Наведемо показовий, на наш погляд, приклад взаємодії учителя (вихователя) та учня (вихованця) стосовно зауважень, які учитель протягом навчального часу неодноразово робить учню, але не домагається бажаного результату, навпаки спричинюється посилення роздратованості, що засвідчує нестабільність ментально-чуттєвого ресурсу сил вчителя, саме він не може знайти переконливі аргументи, не розуміє внутрішнього стану комунікатора. Внаслідок, учень проявляє непослух, віддзеркалює вчителю його негативні, активізовані на той час, риси. Комунікативна ситуація стає взаємокорисною, за умови проведення порівняльного самоаналізу за законом дзеркального відображення у спрямуванні до розуміння себе, свого внутрішнього світу: учень вбачає свою невихованість, вчитель – неналежну компетентність. Конфлікт вичерпано, образ недоброзичливців (як вчителя, так і учня) трансформовано в образ партнерів, які добре розуміють один одного: перший дбайливо надихає до набуття знань, другий сумлінно виконує пропонувані завдання. Отже, за законом дзеркального

відображення штучне створення образу ворога розглядається як завуальований спосіб приховування особистої недосконалості.

Алгоритм розв'язання аналогічних комунікативних проблем за духовно-моральними настановами «Полюби ближнього свого», «Пробач ворогу своєму» стає простим та зрозумілим. Доцільне сприйняття положення, що «Головним ворогом для людини є вона сама» сприяє фундаментальному вибору: пізнати себе, зрозуміти себе і продовжити самовдосконалюватися, навчитися прощати себе так, щоб, одного разу пробачивши, уже ніколи не повторити скоєного. За таких обставин, зовнішні вороги зникають, розумно мислячий суб'єкт самопізнання залишається наодинці зі своєю совістю, контролює свої слова, дії, вчинки і ще, що найбільш важливо, особисті думки та спонування. Трансформування комунікативних ситуацій негативного змісту, які постають подумки з минулого, сприяє «очищенню» ментально-чуттєвого ресурсу сил, формуванню позитивного, логічного, проектного, конструктивного мислення. Сформоване, так зване, «чисте мислення» здатне сприймати красу, вибудовувати траєкторію внутрішньої гармонії, осмислювати логіку зовнішніх перетворювань.

7.4. Практика самокерування емоціями у вимірі ціннісного ставлення до інших

Самовладання – здатність володіти собою; витримка, холоднокривність [1].

Стійкий – 1. Міцний, неслабнучий (тривалий, надійний). 2. Непохитний, наполегливий [1].

Смиренність – відсутність гордості, готовність коритися чужій волі [1].

Спокій за будь-яких обставин, зосередженість на поставленій меті, розуміння суті того, що відбувається, бажання вирішити напружену ситуацію відповідно до упідлеглення законам, аналіз причин, об'єктивна оцінка особистої участі в конкретній справі засвідчує набуття додаткових компетенцій зі свідомого керування індивідуальним ресурсом сил: бажаннями, емоціями, почуттями, думками, спонуками.

Свідомо прийняте рішення, що ґрунтується на законодавчій базі, знанні своїх прав і обов'язків, дає змогу гідно відстоювати свою позицію, навіть якщо 50% учасників обговорення не поділяють оприлюднену точку зору. Головне в означених обставинах є обґрунтоване цілеспрямовання з досягнення ефективного результату, а не сам результат, добутий за будь-яку ціну, зокрема, з порушенням діючих законів, норм, правил. Набуття вміння прощати інших, навіть тих, хто не поділяє таких переконань, розуміти інакомислячих, активізувати особисті сили для послідовного продовження невдало розпочатої справи, незважаючи на відсутність зовнішньої підтримки зазначає особисті досягнення з самокерування емоціями у напружених комунікаціях.

Трансформування в собі ворожості і сумнівів в миролюбність та непохитність, неправдивості і страху в безстрашність та правдивість спрямовує індивідуальний ресурс сил на здобуття кращих рис, додаткових компетенцій з створення миру і порядку у собі, зокрема, мужності, міри, милосердя, мудрості, віри, любові.

Доцільне поєднання рис: розуміння, щирості, поваги, турботи, терпіння, старанності формують гармонійну особистість, здатну до будь-яких випробувань, наданих життям. Наполегливість у поступовому розвитку сили розуму (професіоналізму, інтелекту, ерудиції) забезпечує досягнення відповідного соціального статусу та захисту особистих прав і свобод. Незламність у поступальному розвитку волі (насамперед, подолання залежності від зовнішньої оцінки, нешкідливих звичок, потуранню своїм слабкостям) сприяє формуванню наполегливої стійкості у досягненні цілепокладання за вмінням обирати головне у повсякденні, розумінню проблем інших. Постійне спрямування до підвищення рівня ментальної культури (зміцнення сили духу) надає можливість усвідомити вищі принципи буття, безумовно прощати ворога, друга та самого себе.

Однак, комунікативна практика повсякдення засвідчує відсутність ідеальних проявів доброчинності. Поряд з позитивними комунікативними якостями існують їм протилежні, зокрема, цілеспрямованості протистоїть байдужість, наполегливості – упертість, рішучості – невпевненість. Наприклад, упертість у поєднанні з іншими негативними якостями, зокрема, образливістю, жадібністю, заздрістю, ревністю, підозрілістю набуває додаткових несприятливих ознак, стає перешкодою у подоланні труднощів, обмежує індивідуальні можливості з досягнення життєвих цілей і завдань. Накладання проявів упертості на образу поглиблює міжособистісний конфлікт, не дає змоги побачити свою частину провини та вибачити кривдника, образно кажучи: «уперта жадібність» за будь-якої ціни намагається домогтися свого,

прирікаючи комунікатора на ймовірну поразку; «уперта заздрість», внаслідок невміння визнавати досягнення інших та перебільшення своєї значимості у спільній справі, приречена на страждання; «уперта ревність» провокує поширення недовіри як до інших, так і до колективної праці, генерує страх бути ошуканим, невизнаним; «уперта підозрілість» не здатна сприйняти особисту відповідальність у поразках та завдає собі недоцільних утисків у правах і несумірних обмеженнях у діях; «уперте марносластво» породжує невдячність, втішаючись самолюбіванням від своїх уявних та малозначущих досягнень. Отже, у будь-якому варіанті поєднання негативних рис спричинює особисті проблеми та призводять до стану страждання, докорів сумління, розчарування.

Сформоване вміння бачити відтінки негативних рис в собі та інших (розрізнити «зло у добрі») створює можливість розгледіти в них і у собі і позитивні риси (усвідомити «добро у злі»). Уважний, беззастережний погляд на тих, з ким створюється комунікативний контакт, дає змогу, як у дзеркальному відображенні, усвідомити свої активізовані до трансформування недоліки з подальшим накопиченням ресурсу чеснот. Сприйняття з почуттям вдячності будь-яких життєвих обставин сприяє набуттю особистого практичного досвіду цілеспрямованої взаємодії з собою та іншими, створенню сприятливого середовища до розвитку нових можливостей з самокерування емоціями, підвищення рівня ментальної культури.

Продовжуючи аналогію далі, у співставленні різних за своєю суттю якостей, акцентуємо увагу на ознаках смирення та протилежним їм ознакам покірності.

Зазначимо, що смирення несе в собі незалежність від егоїстичних проявів, свободу вибору, стійкість до законослухняності. Покірність викриває залежність від чужої волі, зовнішньої оцінки та обставин, призводить до конфлікту із совістю. Природа смирення полягає в свідомому упідлеглинні законам, вмінні пробачати; покірність – в байдужості і ментальній лінії.

Свобода вибору, що від природи надана людині в дар, передусім, передбачає особисту відповідальність за можливі наслідки згенерованих думок, слів та дій. Свідомий вибір до набуття чеснот сприяє зміцненню емоційного імунітету у поразках, смиренню у невдачах, мудрості в перемогах.

7.5. Досвід почуттів як відображення свідомих дій

Ключові поняття:

Дія – 1. Робота, діяльність, здійснення чого-небудь. 2. Сукупність вчинків кого-небудь. 3. Вплив на кого-, що-небудь [1].

Інтелект – спроможність мислити, розумові задатки у людини [1].

Почуття – 1. Здатність відчувати, випробовувати (досліджувати), сприймати зовнішній вплив, а також саме таке відчуття. 2. Здатність усвідомлювати, переживати, розуміти що-небудь на основі відчуттів, вражень [10].

Людина, як об'єкт пізнання та предмет виховання володіє особливим природним даром, правом «свободи вибору»: любити чи ненавидіти, вірувати чи бути невірним, перемагати чи програвати, виявляти благородство чи зраджувати, творити чи руйнувати.

Вектор свідомого вибору (у «добро» чи «зло») певним чином визначає якість життєвого цілепокладання, зокрема особисту вмотивованість, професійне спрямування, соціальне положення, сімейний стан, формат суспільних комунікацій.

Спрямування до свідомого вибору, передусім передбачає персональну відповідальність за прийняті рішення, наслідки дій, подолання ситуативних труднощів. Міра самостійності у розв'язанні проблемних питань засвідчує рівень сформованості самодисципліни з реалізації значимих завдань, якість особистих дій та відповідних почуттів.

Досвід помилок і досягнень, поразок і подолань має цілком природну багатомірність проявлених почуттів, які супроводжуються певними спонуканнями, намаганнями, діями. *Вмотивовані дії, реалізовані за свідомим цілепокладанням спричинюють сумірне накопичення позитивного ресурсу почуттів: совість, як надійний помічник, стає на перешкоді недоцільних дій, якість втілення яких повною мірою відповідає спонуканням, закладеним у них.*

Наголосимо, що сумніви, страх, пихатість спричинюють образу, впертість, підозрілість, підсилюючи емоції відповідними ознаками. Бажання, посилені почуттям заздрості, жадоби і ревнощів, можуть спровокувати міжособистісний конфлікт: егоїстичне «я», намагаючись здобути першість, уперто не хоче визнавати успіхів інших. Перебуваючи в очікуванні загального схвалення своїх звичайних дій і не одержуючи бажаної оцінки, егоїстичне «я» відчуває гостре розчарування, яке згодом переростає у саможаління. Це вкрай небезпечний ментально-

чуттєвий стан: з одного боку – лицемірні почуття, спричинені цинічним ставленням до іншого, з другого – втрата віри в свої сили, нерішучість та зарозумілість. Накопичення негативних почуттів підсилюють вразливість, неспроможність надати адекватної оцінки своїм вчинкам, гальмують активізацію індивідуальних сил (фізичних, розумових, ментальних, душевних, духовних) до особистих подолань.

В контексті викладу, проявлені муки совісті явище скоріше позитивне, що надає можливість перебороти в собі фізичну і душевну ліню, відчутти бадьорість, натхнення та радість нових досягнень. Піднесення новою ідеєю, наполегливість у досягненні мети, стримана самооцінка за якісно виконану роботу сприяють накопиченню позитивних почуттів, зокрема миролюбності, правдивості, відповідальності, вдячності.

Зосередженість на доцільній реалізації спланованого, розуміння своєї ролі у виконанні сформульованих завдань створюють умови для ефективних дій, одночасно формують впевненість і скромність, почуття міри і визнання праці інших на рівні з собою у спільній праці. Усвідомлення пережитих почуттів сприяє розвитку інтуїції та збереженню у пам'яті досвіду власних помилок і досягнень.

Ретельний самоаналіз набутих різних почуттів (негативних і позитивних), дозволяє підвищити рівень внутрішньої культури відповідно до норми культурного фону [5] у словах та діях, зберегти спокій, рівновагу, здоровий глузд та самовладання у різноформатних комунікаціях повсякдення. Дієвість запиту: «Для чого, скільки, де, кому, потрібне заплановане?» забезпечує

можливість результативного порівняння особистих сил, сповнених позитивними почуттями і можливостей з урахуванням цілей, часу та місця виконання проєктних завдань. Природно, що почуття обов'язку, вдячності, прихильності, радості, поваги до інших, закону, праці, довкілля спричинюють активізацію корисних та відповідальних дій.

Почуття радості як свідчення набутого позитивного досвіду з ретельно продуманих та старанно виконаних справ сприяє розвитку ментальної, споглядальної, фізичної працелюбності, послуговує корисним прикладом для інших.

Почуття обов'язку забезпечує проведення належного самоконтролю за виконанням плану дій, надання своєчасної допомоги тим, хто потребує підтримки.

Почуття відповідальності спрямовує до всебічного аналізу прорахунків, помилок, удосконалення навичок і умінь, набуття додаткових особистісно-професійних компетенцій у запланованій справі.

Почуття вдячності дає змогу зосередитись на головному та згуртувати колектив до вирішення професійних проблем, об'єктивно оцінити вклад кожного учасника спільного, творчого процесу з досягнення освітніх цілей та завдань.

Ресурс усвідомлених почуттів сприяє подальшому розвитку ментальної працездатності, зміцненню віри, націлює до ефективних, творчих дій, підвищення рівня ціннісного ставлення до себе, інших, закону, праці, довкілля.

Контрольні запитання і завдання

1. Зазначте складові формули співдружності за логікою їх взаємозв'язку?
2. Розкрийте зміст взаємозв'язку почуттів і дій.
3. Укажіть причини, що призводять до створення образу ворога.
4. Зазначте алгоритм трансформації мислеобразу.
5. Зазначте етапи аналізу причинно-наслідкового зв'язку значущої комунікативної події, ситуації, контакту.
6. Самотестування.

Тест: Спробуй розглянути себе прискіпливіше, відповідаючи на запитання правдиво і не поспішаючи, «так» чи «ні»:

1. Ти у дитинстві убивав тварин (кошенят, цуценят, мишей, жуків, павуків тощо)?
2. Ти у дитинстві мучив тварин?
3. У твоїй сім'ї були тварини для того, щоб вживати їх м'ясо в їжу: свині, корови, барани, коні, козенята, гуси, качки, кури і т.ін. Ти їв їх м'ясо?
4. Ти розводив на продаж породистих собак, котів, страусів, рибок і т.ін.?
5. Ти виховував хоч би раз в умовах сім'ї тварин (собак, котів і т.ін.) як «меншого брата» свого, товариша, друга?
6. Що ти зробив для охорони тваринного світу?
7. Ти – м'ясоїд?

Якщо на запитання 1–4 тобі хочеться відповісти «ні», то згадай, чи метеликів і бабок ти в дитинстві не ловив і не мучив своєю «любов'ю», стираючи з крилець пилки, без якого вони страждали і не могли рухатися! Інші епізоди можуть згадатися із пташенятами, із цуценятами, з собачками домашніми, яких тримали в клітці, не давали «собачої освіти», тримали прив'язаними в холоді і голоді. Згадай не для того, щоб почуватися винним тепер, а для того, щоб зрозуміти себе теперішнього. Який ти в думках своїх до

тваринного світу? Що залишилось, що змінилось в тобі? Чи з'явилося почуття провини?

Якщо на 5 питання твоя відповідь «так», то на 7 запитання відповідь повинна бути «вегетаріанець». Але якщо не відповів «так» на 5 і ти до цього часу м'ясоїд, то ти або не зрозумів значення цього запитання, або не уважно прочитав його. Повернись. Вдумайся в суть п'ятого запитання. Мова не про те, що дома жило кошеня, собачка, пташка, рибка. Запитання ось у чому: чи усвідомлюєш ти весь рівень неволі, яку ти створив для тварин у своєму пориві «любові» до них?

«Пташка нехай сидить у клітці, а кішечку не хочу, бо приплоду буде багато, а кота каструю, щоб не турбував своїми витівками», – і тому подібне пояснення знаходять люди, виправдовуючи свою жорстокість до «менших братів», маючи її за любов.

Мови немає, поведінку такої людини не можна порівняти з поведінкою варварів, які і сьогодні беруть в полон людей, саджають їх у яму, у погріб, на ланцюг. Не годують, принижують людську гідність. Щоб засудити таке – навіть не можна слів підібрати. Зрозуміло, що тварина – не людина [18].

Тест. Визначте свій потенціал співдружності. Людина уміщує у собі протилежності, такі як: правдивість і брехня; доброта і жадібність; справедливість і несправедливість; чесність і безчестя; активність і лінь; любов і ненависть; розуміння і спротив; співчуття і жорстокість тощо.

Які з цих та інших неназваних протилежних рис подобаються саме вам, такою ви і стаєте людиною. Такий ваш потенціал до співдружності [4].

Тест: Дайте відповіді як починаєте нову справу?

1. Ні, не буду цього робити.
2. Ні, не хочу цього робити.
3. Ні, не можу тому, що...
4. Ні, боюсь, що не справлюсь.
5. Я про це нічого не знаю [4].

Якщо відповідь «так» на 1–2 сходинку, то сформованість прагнення відповідає низькому рівню готовності розпочати нову справу; відповідь «так» на 3-4 сходинку відповідає середньому рівню готовності розпочати нову справу; відповідь «так» на 5 сходинку зазначає якісний перехід до набуття нових знань та додаткових компетенцій зі свідомого виконання нової справи.

Тест. Визначте, на якій із сходинок відповідальності чи безвідповідальності ви перебуваєте зараз?

Етап	Ознаки безвідповідальності	Ознаки відповідальності
1.	Безладдя	Відповідальність (співпричетність)
2.	Дисонанс (неспівзвуччя)	Дисциплінованість (законослухняність)
3.	Дисгармонія (невідповідність)	Старанність (чіткість)
4.	Ненадійність (аритмія)	Безперечність (надійність, ритм)
5.	Несвоечасність	Беззастережність (розміреність)
6.	Недисциплінованість (нехтування правилами)	Відповідність (синхронність)
7.	Безвідповідальність (відсутність чіткої організації)	Співзвучність (гармонія)

Досягнення гармонії в собі, у спілкуванні з людьми і природою – найнадійніша плата за власне здоров'я. Приглядайся до власних емоцій. Навчайся самовладанню [4].

ОПИС ЕЛЕКТРОННОЇ ПЛАТФОРМИ

На сайті <http://sops.com.ua> НПЦ СіОПС та <http://oipopp.ed-sp.net/> КНЗ «Черкаський обласний інститут педагогічних працівників Черкаської обласної ради», в розділі «Навчально-практичний центр самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення» (далі НПЦСіОПС) висвітлено навчально-методичні матеріали з проблеми самопізнання і самовдосконалення, які структуровано за напрямками:

- засновники НПЦ СіОПС (коротка довідка про засновників, дата заснування);
- інформація про роботу НПЦ СіОПС (анонс та результати проведених за планом заходів, фотоілюстрації);
- навчально-методичні матеріали (окремі теми підручників «Теоретичні й методичні засади педагогічної системи самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення» (автор Т. В. Черкашина), «Культура взаємин» (автори М. Б. Євтух, Т. В. Черкашина); наукові статі «Сімейні традиції: вимоги сучасності» (автор Л. А Северинчук), «Формування внутрішньої культури суб'єкта педагогічної діяльності на засадах самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення» (автор Т. В. Черкашина), «Формування культури

родинних стосунків старшокласників на засадах самопізнання» (автор Л. А. Северинчук); тематичні заняття з учнями середнього шкільного віку «Уроки любові до землі» (автор А. В. Аносова), заняття з дітьми старшого дошкільного віку та молодшого шкільного віку за казкою Е. А. Пінковської «Казки феї Фасти» (автор А. В. Аносова); перелік базової літератури з самопізнання та самовдосконалення);

– лекції, презентації, методичні рекомендації «Від вершин самопізнання до азів самовдосконалення», «Егологія. Частина 1». «Егологія. Частина 2», «Духовні основи сучасної родини» (автор Е. А. Пінковська), «Педагогічна система самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення: етапи», «Методики особистісно-професійного самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності засобами самопізнання», «Педагогічна система самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення: практичний аспект» (автор Т. В. Черкашина), «Прогулянка маршрутами таблиці «Леонардо» (автор А. В. Аносова);

– результати експериментально-дослідної роботи (аналіз сформованості рівня культури пам'яті та культури родинних взаємин за знанням свого родоводу, результати експрес-опитування слухачів курсів підвищення кваліфікації за 2016–2021 рр., звіт про проведення експериментально-дослідної роботи «Реалізація педагогічної системи самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення в педагогічній практиці», науковий керівник Т. В. Черкашина);

– відео та аудіо з проблеми самопізнання («Фізичне, моральне, духовне здоров'я у контексті самопізнання», «Проблеми самопізнання та самовдосконалення в

сучасному соціокультурному просторі», «Практичний аспект реалізації педагогічної системи самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення в освітньому просторі», відеопрезентація навчально-методичного посібника «Методики особистісно-професійного самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності на засадах самопізнання»);

– відгуки і пропозиції (про навчальні курси «Самопізнання і особистісно-професійне самовдосконалення в педагогічній практиці», «Культура взаємин суб'єктів педагогічної діяльності засобами самопізнання», «Технологія формування комунікативної культури суб'єктів педагогічної діяльності засобами самопізнання» (автор Т. В. Черкашина); відгуки, статті за матеріалами філософських праць з самопізнання та самовдосконалення Е. А. Пінковської).

5. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Академічний тлумачний словник української мови.
2. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 256 с.
3. Вернадский В. И. Размышления натуралиста. Кн. 2. Научная мысль как планетарное явление. Москва : Издательство «Наука», 1977. 191 с.
4. Євтух М. Б., Піньковська Е. А., Черкашина Т. В. Методики особистісно-професійного самовдосконалення суб'єкта педагогічної діяльності на засадах самопізнання : навчально-методичний посібник : для педагогічних працівників. Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2015. 400 с.
5. Євтух М. Б., Черкашина Т. В. Дослідження стану культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності в умовах сучасного освітнього середовища : науково-методичний посібник : для педагогічних працівників. Черкаси : ЧОІПОПП ЧОР, 2015. 122 с.
6. Євтух М. Б., Черкашина Т. В. Культура взаємин : підручник. 3-тє вид., переробл. і допов. Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2012. 340 с.
7. Євтух М. Б., Черкашина Т. В. Педагогічна система самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення : підручник. Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2017. 348 с.

8. Живая этика : Избранное / Сост. М. Ю. Ключникова. Москва : Республика, 1992. 414 с.
9. Коменский Я. А. Великая дидактика / Педагогическое наследие. Я. А. Коменский, Д. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци. Москва : Педагогика, 1989. С. 11–106.
10. Короткий філософський словник [Електронний ресурс http://ni.biz.ua/6/6_4/6_46414_kratkiy-filosofskiy-slovar.html]
11. Локк Д. Мысли о воспитании / Педагогическое наследие. Я. А. Коменский, Д. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци. Москва : Педагогика, 1989. С. 145–179.
12. Макаренко А. С. Цель воспитания / Педагогические сочинения: В восьми томах. Москва : Педагогика, 1984. Т. 4. С. 41–51.
13. Песталоцци И. Г. Избранные педагогические произведения: В 2-х т. Москва : Педагогика, 1981. Т. 1. 334 с.; Т. 2. 416 с.
14. Пиньковская Э. А. Духовное материнство. Издание 4-е, дополн. Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2013. 200 с.
15. Пиньковская Э. А. Серия книг «Спаси и сохрани». Том 1. «Кто ты?». Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2011. 814 с.
16. Пиньковская Э. А. Серия книг «Спаси и сохрани». Том 2. «Эгология». Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2012. 438 с. + 3 таблицы.
17. Пиньковская Э. А. Серия книг «Спаси и сохрани». Том 3. «Детектор лести». Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2013. 436 с. + 3 таблицы.
18. Самодиагностика. Сборник тестов: учебное пособие / под общей редакцией Н. Б. Евтуха, Т. В. Черкашиной. Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2010. 240 с.
19. Самопізнання і самовдосконалення в схемах, формулах, таблицях: навчально-методичний посібник / за загальною редакцією Е. А. Піньковської, Т. В. Черкашиної. Укладач А. В. Аносова. Черкаси: Видавець Чабаненко Ю. А., 2018. 152 с.

20. Сапина И. Том 1. Потрясения. Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2014. 410 с.
21. Сапина И. Том 2. Осмысление. Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2015. 462 с.
22. Сапина И. Том 3. Преодоление. Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2015. 516 с.
23. Сковорода Г. С. Повне зібрання творів: У 2-х т. Київ : Наукова думка, 1973. Т. 1. 531 с.; Т. 2. 574 с.
24. Сухомлинский В. А. Об умственном воспитании / Сост. М. И. Мухин. Київ : Рад. школа, 1983. 224 с.
25. Ушинский К. Д. Вибрані педагог. твори. Київ : Рад. школа, 1949. 417 с.
26. Черкашина Т. В. Методика реалізації функції «Рефлексія та професійний саморозвиток» професійного стандарту педагогічних працівників: навчально-методичний посібник для післядипломної освіти педагогічних працівників. – Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2020. 144 с
27. Черкашина Т. В. Сучасні педагогічні практики: особистісно-професійний саморозвиток засобами самопізнання: навчально-методичний посібник для післядипломної освіти педагогічних працівників. – Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2020. 110 с.
28. Черкашина Т. В. Сучасні педагогічні практики: педагогічна система самопізнання і особистісно-професійного самовдосконалення: навчально-методичний посібник : для педагогічних працівників. Черкаси : Видавець Чабаненко Ю. А., 2019. 162 с.
29. Черкашина Т. В. Теоретические и методические основы профессионального самосовершенствования преподавателя как субъекта самопознавательной деятельности : монография / под научной редакцией Н. Б. Евтуха. Черкассы : Издатель Чабаненко Ю. А., 2014. 444 с.
30. Енциклопедія практичної психології [Електронний ресурс <http://psychologis.com.ua/>]

6. ДОДАТКИ

Додаток А. Структура таблиці «Уміння думати логічно, позитивно, мудро»

© Е. А. Пінківська

Уміння розумно мислячої людини думати логічно

№	ХАРАКТЕРИСТИКА СТУПЕНЕЙ						
	1	2	3	4	5	6	7
7.	Унікально	Еталонно	Цілесобразно	Соизмеримо	Необхідно	Істинно	Благородно
6.	Універсально	Узаконено	Творчески	Раціонально	Актуально	Неоспоримо	Гуманно
5.	Уніфіци- ровано	Академічно	Інноваційно	Виверено	Іспытано	Безумовно	Непередбже- денно
4.	Системати- зоровано	Научно	Профес- сіонально	Согласовано	Логічно	Надежно	Прилежно
3.	Упорядочено	Стандартно	Специфічно	Расчетливо	Доказуемо	Ответственно	Решительно
2.	Удобно	Традиційно	Увлікательно	Обдуманно	Общепринято	Сдержанно	Бдительно
1.	Просто	Грамотно	Интересно	Полезно	Понятно	Ціленаправ- лено	Емко

Етапи в самоусовершенствовании

В 1–3 вертикали и горизонталі форміруется умение рассуждать логічно (используя смысл 4-х законов формальной логики).

В 3–5 вертикали и горизонталі форміруется умение размышлять актуально, позитивно (используя смысл 3-х законов диалектической логики)

В 5–7 вертикали и горизонталі форміруется мудрость (при овладении смыслом всех семи законов логики, открывается видение перспектив).

Додаток Б. Структура таблиці «Почуттів»

© Е. А. Пінківська

Таблиця «Почуттів» (посібник спрямованому до розвитку чуттєзнавства)

Ст.	Упрямство формується	Обида формується	Жадність формується	Зависть формується	Ревність формується	Подозритель- ність формується	Тщеславие формується
1.	Нена- вистью	Жестокостью	Зловред- ностью	Злорадством	Непримире- мостью	Жесткостью	Немиролюбием
2.	Ложью	Искажением действи- тельности	Фальшью	Лицемерием	Лестью	Хитростью	Неправди- востью
3.	Равно- душием	Презрением	Унижением	Непризнанием	Неуважением	Осуждением	Неблагодар- ностью
4.	Несозву- чием	Несоответ- ствием	Отсутствием ритма	Ненадежностью	Отсутствием правил	Недисциплини- рованностью	Безответствен- ностью
5.	Неверием	Суеверием	Опасением	Придирчивостью	Насторожен- ностью	Недоверием	Сомнением
6.	Страхом	Боязнью	Трусостью	Пугливостью	Несмелостью	Смущением	Встревожен- ностью
7.	Эгоизмом	Пренебре- жением	Высоко- мерием	Надменностью	Демагогией (всепроше- нием себе)	Предубежде- нием	Самолюбो- ванием

Продовження додатоку Б.

© Е. А. Пінюкowska

Таблиця «Почуттів» (посібник спрямованому до розвитку чуттєзнавства)

ОТТЕНКИ (ВИДЫ) ЧУВСТВ (В СЕМИ СТУПЕНЯХ Ш УРОВНЯ ТАБЛИЦЫ «ЛЕОНАРДО»)							
Ст.	Виды упрямого	Виды обидчивости	Виды жадности	Виды зависти	Виды ревности	Виды подозрительности	Виды тщеславия
7.	Тщеславное упрямяство	Тщеславная обидчивость	Тщеславная жадность	Тщеславная зависть	Тщеславная ревность	Тщеславная подозрительность	Тщеславное тщеславие
6.	Подозрительное упрямяство	Подозрительная обидчивость	Подозрительная жадность	Подозрительная зависть	Подозрительная ревность	Подозрительная подозрительность	Подозрительное тщеславие
5.	Ревнивое упрямяство	Ревнивая обидчивость	Ревнивая жадность	Ревнивая зависть	Ревнивая ревность	Ревнивая подозрительность	Ревнивое тщеславие
4.	Завистливое упрямяство	Завистливая обидчивость	Завистливая жадность	Завистливая зависть	Завистливая ревность	Завистливая подозрительность	Завистливое тщеславие
3.	Жадное упрямяство	Жадная обидчивость	Жадная жадность	Жадная зависть	Жадная ревность	Жадная подозрительность	Жадное тщеславие
2.	Обидчивое упрямяство	Обидчивая обидчивость	Обидчивая жадность	Обидчивая зависть	Обидчивая ревность	Обидчивая подозрительность	Обидчивое тщеславие
1.	Упрямяство	Упрямя обидчивость	Упрямя жадность	Упрямя зависть	Упрямя ревность	Упрямя подозрительность	Упрямя тщеславие
1-ая СТУПЕНЬ УРОВНЯ ТАБЛИЦЫ «ЛЕОНАРДО»							
1.	Миролюбие	Правдивость	Благодарность	Ответственность	Уверенность	Решимость	Скромность
1-ая СТУПЕНЬ Ш УРОВНЯ ТАБЛИЦЫ «ЛЕОНАРДО»							
1.	Упрямяство	Обидчивость	Жадность	Зависть	Ревность	Подозрительность	Тщеславие
7-ая СТУПЕНЬ Ш УРОВНЯ ТАБЛИЦЫ «ЛЕОНАРДО»							
7.	Немиролюбие	Неправдивость	Неблагодарность	Безответственность	Сомнение	Встревоженность	Самолюбование

**Додаток В. Навчально-методичний супровід з педагогічного дослідження «Знання свого роду»
(вчителі, учні, їхні батьки)**

**Педагогічне дослідження «Знання свого роду»
(робота з вчителями, учнями, їхніми батьками)**

Мета: формування в учнів поваги, вдячності до родини та почуття патріотизму до батьківщини.

Учням (вчителям, батькам учнів) пропонується заповнити таблицю 1.

Таблиця 1

Знання свого родоводу

№	Представник роду	По лінії батька	По лінії матері
1.	Прапрадід ППП Роки життя		
	Прапрабабуся ППП Роки життя		
	Їхні діти		
2.	Прадід ППП Роки життя		
	Прабабуся ППП Роки життя		
	Їхні діти		
3.	Дідусь ППП Роки життя		
	Бабуся ППП Роки життя		
	Їхні діти		

Після заповнення *таблиці 1* вчитель пропонує учням проаналізувати результати виконання завдання:

– Якщо ти виконав завдання, повністю заповнивши таблицю, то можна зробити висновок, що у твоєї сім'ї дуже міцні корені. Існує взаємоповага, гордість за предків. Ти також будеш жити у пам'яті своїх правнуків та онуків.

– Якщо так склалося життя, що ти живеш тільки з одним зі своїх батьків і мало знаєш про другого, не засмучуйся. Заповни ту частину таблиці, лінію якого з батьків знаєш.

– Якщо ти заповнив не всю таблицю, не засмучуйся і цим фактом. Повинно ж колись початися те, чого не було досі у твоїй сім'ї. Ось з тебе це й почнеться. Зі спогадів про матусю й татуся, про дідусів і бабусь. Заповни те, про що зможеш дізнатися [15].

На основі аналізу таблиці 1, учитель підраховує кількісні показники за таблицею 2, у якій описаний взаємозв'язок між рівнем знання історії свого роду та рівнем культури родинних взаємин та патріотизму учнів класу.

Показники сформованості рівня культури родинних взаємин за знанням свого родоводу

№	Рівень сформованості культури взаємин у родині	Ступінь виконання завдання	Кількісний показник респондентів (учнів, осіб)	
			Кількість	(%)
1.	Достатній рівень культури взаємин у родині та патріотизму (міцне родинне коріння, шанування роду, вдячність)	Повністю заповнили таблицю		
2.	Середній рівень культури взаємин у родині та патріотизму (недостатня зацікавленість щодо родинного коріння, наявні проблеми у родинних взаєминах: розлучення, неповна сім'я, не підтримуються зв'язки між родами батька та матері, між поколіннями тощо)	Заповнили таблицю частково: відсутня інформація про членів родини по лінії батька чи матері, про одне з родових колін (прабабуся–прадідусь, прапрабабуся–прапрадідусь)		
3.	Початковий рівень культури взаємин у родині та патріотизму (відсутня зацікавленість щодо родинного коріння та взаємоповага з іншими членами родини, наявні проблеми у родинних взаєминах: розлучення, неповна сім'я, неблагополучна сім'я, родинні конфлікти тощо)	Не заповнили таблицю або тільки розпочали роботу з таблицею (вказали лише одного з членів родини)		
4.	Загальна кількість респондентів, які взяли участь у опитуванні			100 %

У таблиці 3 відповідальною за анкетування особою подаються узагальнені результати проведеного опитування у загальноосвітньому закладі.

Таблиця 3

Узагальнені показники сформованості рівня культури родинних взаємин за знанням свого родоводу

№ п\п	Клас (група, інша структурна одиниця) навчального закладу	Загальний кількісний показник респондентів, які взяли участь у опитуванні		Кількісний показник респондентів за рівнями культури взаємин у родині (відповідно до визначених показників знання свого родоводу)		
		Кількість	(%)	Достатній рівень (%)	Середній рівень (%)	Високий рівень (%)
1.						
2.						
3.						
Всього:						

За результатами аналізу таблиці 3 формулюються висновки з зазначеної проблеми з розробкою необхідних заходів щодо підвищення рівня культури родинних взаємин.

**Додаток Г. Навчально-методичний супровід
з педагогічного спілкування з учнями
«Любов очима молодих»**

**Педагогічне спілкування з учнями
«Любов очима молодих»
(профілактика суїциду)**

Мета: обговорити з учнями питання взаєморозуміння, взаємоповаги у міжособистісних взаєминах, неприпустимості суїцидів, сформувати вміння відрізнити очевидне від дійсного, навчитися розпізнавати в собі якості, що дисгармонують взаємини (образливість, заздрість, жадібність, гордовитість).

Хід проведення

Педагогічне спілкування поділяється на два етапи.

Під час *першого етапу* педагог знайомить учасників із першою частиною оповідання «Та що вона, жартів не розуміє?», який можна прочитати на загал або роздати кожному для самостійного ознайомлення (частина 1). Надалі учасники обговорюють оповідання.

Питання для обговорення:

Чи сподобалось вам оповідання?

Хто, на вашу думку, винний у смерті Галини?

Чи можна було уникнути трагічної кінцівки? Як саме?

Які якості героїв виявилися роковими? (образливість, заздрість, гордовитість)

Кого з героїв ви засуджуєте? До кого ви поставилися з розумінням? Із співчуттям?

Що в оповіданні вас вразило, викликало потрясіння?

Під час *другого етапу* педагог знайомить учасників із закінченням оповідання, який можна прочитати його на загал або роздати кожному для самостійного ознайомлення (частина 2). Після цього, пропонується обговорити роздуми

автора щодо причини описаної у творі трагедії та зайняти одну з позицій: «погоджуюсь», «погоджуюсь частково», «не погоджуюсь» та аргументувати її.

Питання для обговорення:

Чи згодні ви з точкою зору автора, яка доводить, що Галина сама винна у своїй смерті? Чому?

Які думки у творі вам найбільше сподобались? Що викликало внутрішній опір, незгоду?

Оповідання Гі Сапіної «ТА ЩО ВОНА, ЖАРТІВ НЕ РОЗУМІЄ?»

(частина 1, переклад А. Аносової)

Тоді, у той звичайний квітучий місяць березень 1959 року, коли нам було по вісімнадцять років, ми навчалися в інститутах, хто на першому, хто на другому курсі. Усі мешканці міста знали один про одного та про всіх, хто хоч трохи потрапляв у поле зору своєю незвичною поведінкою. А студенти уважно спостерігали за «сердешними романами», особливо за тими, в яких відбувалися неймовірні події.

Студентка медінституту Галка – вольова, розумна, красива (дуже красива!), яка на «відмінно» закінчила перший курс, здивувала всіх однолітків: раптом перейшла навчатися до університету. Вона обрала фізико-математичний факультет і знову склала всі вступні іспити.

Вчинок її роз'яснився пізніше, влітку, коли вони з Олегом оголосили батькам, що кохають один одного, і більше не приховували від оточуючих свої почуття.

Олег навчався в одній школі з Галкою, але був на рік старшим. Він вступив до одного з найпрестижніших вузів Москви, а вона, таємно закохана у нього в школі, вирішила відмовитися від своєї мрії стати лікарем, щоб присвятити себе тій самій справі, яку обрав її коханий. Це рішення вона прийняла весною, напередодні закінчення першого

курсу медінституту, в якому навчався. Справа в тому, що на зимових канікулах відбулось їхнє офіційне знайомство на одній зі студентських вечірок, де Олег закохався у неї з першого погляду. Галка, яка перетворилася за рік студентства з великоокого «гідкого каченя» у струнку, білолицю і чорноброву красуню-гречанку, не залишала байдужим нікого, навіть дівчат.

Олег звернув на неї увагу вперше. Він не знав, що був предметом її зітхань вже два роки поспіль. Серйозний, зайнятий наукою, відповідальний і вихований у кращих традиціях понять про справедливість, відданість і кохання, Олег відразу відчув у Галці споріднену душу і захопився її красою. З цієї вечірки вони пішли разом, він проводив її до самого дому. Була зима, і розходитися не хотілось. Галя запросила Олега зайти. Вдома мати й батько напоїли їх чаєм, як бувало завжди, коли однокласники (доволі часто) забігали до них то задачку розв'язати з донькою, то книгу взяти почитати.

Про те, що дочка стала нареченою Олега, батьки дізнались наприкінці літа від них обох. Листи протягом весняного семестру і підштовхнули Галку прийняти рішення про зміну у навчанні. Вона склала сесію на «відмінно» і після цього вступила до університету. Восени батька перевели на високу посаду в інше місто, недалеко від Москви, а родина залишилась на старому місці до закінчення навчального року. На зимові канікули Олег обіцяв приїхати до своїх батьків, а Галю кликав батько подивитися нове місце проживання.

Ні, пропустити бажані два тижні зустрічі з Олегом у рідному місті, де кожне дерево, кожне каміння знайоме, вона не могла. Але і батька ображати не хотіла. Придумала такий вихід із ситуації: складає достроково сесію, летить у гості до батька і повертається до початку канікул разом з Олегом у рідне місто. Так усе розрахувала, щоб від батька потрапити в Москву в день закінчення іспитів у Олега, разом взяти білети

і летіти на канікули додому. Переписувались вони так часто, що практично щоденно отримували листи, а раз на місяць на поштамті замовляли телефонну розмову і мовчали у слухавку, щоб, зітхнувши на «ваш час вичерпано», сказати:

– Ну, все. До зустрічі. Пиши. Чекаю.

У ті часи юнаки і дівчата поводили себе дуже скромно у сексуальному плані. Навіть поцілунки на очах в усіх вважалися ну, якщо не розпустою, то розбещеністю моралі. І це мудро. Благородство походить від стриманості у пристрастях і від дотримання моральних норм і правил у суспільстві. Зниження планки стриманості – це свідчення низької духовності або її відсутності.

І Галя, і Олег були виховані у суворих правилах поведінки.

Так і вчинила Галка, як задумала. Склала достроково всі екзамени на «відмінно» і полетіла до батька. Побула у нього тиждень, сказала, що заїде до Олега і вони разом повернуться додому на канікули.

– Донечко, ти дивися там, про весілля поки не домовляйтесь. От ближче до закінчення інституту – це можна й обговорити.

– Тато, ну, що ти? Я не маленька. Все розумію. Не хвилюйся, твоя донька дурниць не наробить, – сказала на прощання Галка, чмокнувши батька в щоку.

Через декілька годин поїзд довів її у засніжену Москву. Олег знав про те, що Галка от-от, зі дня на день мала приїхати. Він так пишався своєю розумною красунею-нареченою, що не втримав всередині себе захвату і розповів хлопцям у кімнаті про плани їхньої спільної подорожі та проведення канікул.

Не знав Олег, на що здатні ревності і заздрість людська. Не знав...

Сусід по ліжку в гуртожитку виявився ревним і заздрисним невдахою. Коли Галка з вокзалу на таксі примчалась у гуртожиток до Олега, то на прохідну до неї вийшов сусід-невдаха, котрий знав, що наречена в Олега

красива, але й не припускав, що настільки. Знав, що розумна, але захотілось «насолити» цим двом розумникам. Знав, що вона кохає жениха, але захотілось «вбити клин» у їхні стосунки. З якою метою? А просто так, щоб знали, що і він не останнє обличчя на цьому світі! Адже він не мав успіху ані в коханні, ані в навчанні, як ці двоє щасливчиків.

Він провів Галку у кімнату, манірно усадив на стілець, зробив пригнічений вираз обличчя і промовив:

– Знаєте, Галочко, я уповноважений заявити Вам про кардинальні зміни у ваших з Олегом взаєминах.

– Тобто? – не зрозуміла Галка.

– Розумієте, Галю. Не чекайте Олега. Він скоро не прийде. Та й не потрібно Вам з ним зустрічатися сьогодні.

– Чому не прийде? – захвилювалася Галка.

– Ну, ...не прийде, і все... – тягнув сусід-невдаха-заздрісник-ревнивець, продовжуючи свій жарт.

– Поясніть, – суворо відрізала Галка.

– Гаразд. Скажу, але я Вас попередив, що новина – неприємна. Він одружується. І саме зараз – весілля.

– На кому одружується? – не зрозуміла і здивувалась Галка. – Ви що таке кажете?

– На своїй однокурсниці. Хочете – підемо, подивимося. Це на поверх вище. Чуєте, музика грає?

Музика дійсно грала. Олег справді був відсутній, і не вірити цьому хлопцю у правдивої і чесної Галки не було причин. У цей час увійшов ще один сусід по кімнаті, і жартівник запитав його:

– Ну, що там наш жених Олег робить?

– З Ленкою танцює, – була відповідь.

Галка вибігла з кімнати і прийшла у себе лише в аеропорту, коли в касі запитали її, куди хоче взяти квиток і на який рейс.

У літаку не плакала, але знаходилась у протрації.

Вдома нікому нічого про це не сказала. Соромно!!! Боляче!!! Не зрозуміло!!! Серце закам'яніло. Думок не було.

Порожнеча. Біль і сором чи то за Олега, що так обманув, чи то за себе, що не роздивилась у ньому головного, спустошили її. Сльози з'явилися у останній день канікул, через два тижні, коли зрозуміла, що все це правда. Олег жодного разу не прийшов за ці дні?! Жодного листа не надіслав після того її візиту до нього у гуртожиток. Адже йому повинні були сказати обидва сусіди по кімнаті, що вона приїжджала до нього, як і домовлялися.

Все!!! Кінець!!! Коханий виявився зрадником. Вона не могла змиритися з такою підступністю у коханій нею людині.

– Не може бути! Не може бути! – без кінця повторювала вона про себе і в той саме час вірила, що зрада відбулася.

Пройшло два місяця у жахливому, нудному, автоматичному виконанні своїх обов'язків.

Вранці потрібно було вставати, хоча ніч проведена без сну.

Треба було йти в інститут, хоча бачити нікого не хотілось.

Треба виконувати домашню роботу. Треба розмовляти, треба сміятися, читати книжки, вчити те, що задають в інституті.

Але їй необхідно було лише одне. Більше всього на світі хотілось дізнатися: чому? Чому? Чому Олег так вчинив з нею???

Відповіді не було.

Настав день Восьмого березня. Абсолютно байдуже погодилася піти на вечірку у медінститут, де рік тому вчилася сама, і продовжувала навчання її двоюрідна сестра, (сирота) Люда, яка жила в їхній сім'ї.

Проводжав їх додому колишній Галкин однокласник, який, як з'ясувалося пізніше, став її однокурсником через закоханість у Галку, Вадик.

Біля будинку вони зупинились і, коли Люда пішла та залишила їх сидіти на лавочці, пославшись на холод, Галка розплакалася. Вона виплакала, нарешті, своє горе дружній душі. Однокласник, збентежений такою відвертістю, обійняв її, вона схилила голову йому на плече і тихо плакала.

– Ну, ну, ну, – примовляв він, плескаючи по плечу, не знаходячи потрібних слів, – ну, ну, ну. Не плач, все налагодиться, от побачиш. Ти сильна і розумна, знайдеш ще собі гідного хлопця.

– Ні, – хитала вона головою, – ні. Такого більше не знайду. І знову заливалася сльозами.

Мати її почула, що дверима гримнули, вийшла до дівчат зі спальні. Але Люда була одна.

– Де Галя?

– На вулиці, з Вадиком. Він нас проводжав.

– А, ну, добре, – сказала мама і сіла в крісло з книгою чекати на доньку.

Час ішов, а Галка не приходила. Мати захвилювалася, виглянула у вікно і побачила картину: Галка прихилилася до грудей Вадика, а той обійняв її і щось шепоче чи цілує (!) у вухо. Цього припустити мати не могла, оскільки її донька була нареченою іншого й усі сусіди про це знали.

Мати відкрила двері балкону і суворо наказала:

– Галю, негайно додому.

Галка не одразу виконала наказ, тому що треба було доплакати, висушити сльози, зібратися з силами, яких від плачу зовсім не залишилось, і лише після цього, чмокнувши в щоку Вадика і пробурмотівши: «Не говори нікому, прошу тебе», – пішла додому. Але цей поцілунок у щоку побачила мати, яка знову підійшла до вікна.

Лише Галка переступила поріг, мати вдарила її не боляче по щоці, вперше у житті! Та ще й прошепотіла крізь зуби:

– Ти поводиш себе, як остання хвойда, – і пішла в спальну кімнату, зачинивши двері.

Мати не була ханжею, а можливо, – була? Будучи вихованою у високоінтелігентній родині вчителів, де моральна чистота була бездоганною і цінувалася найбільше, вона так само строго ставилася до всіх вчинків своєї дочки.

– Мамо, ти не права. Дай я поясню все тобі, – просила Галка, стоячи біля дверей кімнати.

– Лягай спати, – отримала сувору відповідь через зачинені двері, де мати переживала і те, що побачила, і те, що зараз зробила. Їй було і соромно, і образливо, і неприємно водночас.

Безсонна ніч не принесла Галці ніяких думок, окрім однієї: небажання жити, з'ясувати, виправдовуватись ні перед ким і ні в чому.

Вранці Галка відчужено сказала матері:

– Ти, мамо, не права. Я чекаю від тебе вибачень.

Мати промовчала.

– Так ти не принесеш мені вибачень? – зовсім тихо і строго запитала Галка.

У відповідь – мовчання.

Галка вирішила, що життя у такій обстановці – це не життя. Вона, принаймні, не бачить сенсу. Кохана людина підступно зрадила її. Улюблена мати так низько думає про неї. Близьких подруг, кому б вона могла довірити свою таємницю, як з'ясувалось, немає. У чому сенс життя?

Вона придбала пляшечку оцтової есенції і вирішила покінчити з собою, з цим непотрібним їй життям і з усіма проблемами, що тиснули і не давали їй дихати вільно.

Але сумнівалась. Їй хотілося, щоб знайшовся хтось, хто розділив би з нею це горе і страждання її душі.

Прийшла до сестри в інститут і сказала, що хоче отруїтися сьогодні оцтовою есенцією.

Сестра розсміялася:

– Дивись, однієї пляшки не вистачить.

У відповідь на жарт Галка попросила її ні під яким приводом не говорити матері, що заночує у подруги за містом.

– Не кажи їй ні адреси, ні телефону. Нехай похвилюється, – сказала вона сестрі, злорадно думаючи про матір. – Ти чула, що вона про мене подумала? Ти ж знаєш, що з Вадиком я не дружу?! Знаєш??? – допитувалася Галка.

– Та годі тобі з мухи слона робити, – намагалася вгамувати її Люда.

– Нічого ти не розумієш, – була відповідь. – Так жити не можна: без віри у чесність і порядність. А ти – нічого не розумієш.

Ще добу Галка чекала, мабуть, щоб Люда порушила її прохання і повідомила матері, де вона ховається. Цілу добу вона сподівалася, що раптом зрада Олега виявиться неправдою. А десятого березня вранці ввійшла у ванну кімнату, щоб умитися, і випила там оцтову есенцію.

Вийшла з ванної, посміхнулася подрузі та її матері і сказала:

– Не лякайтесь. Я отруїлась есенцією.

Впала і втратила свідомість.

Мати дізналася про це ввечері, лише тоді, коли лікарям стало відомо, що врятувати Галку неможливо.

Умить посивіла ще не стара жінка, з викривленим від жаху обличчям впала на порозі палати навколішки і, поповзом наближаючись до ліжка, на якому вмирала її єдина донька, шепотіла:

– Вибач мене, вибач мене, вибач...

Галка, перебуваючи в комі, не могла ворушитись. Але дві сльози повільно скотилися з її очей.

Мати скрикнула, підбігла до вікна і хотіла викинутися з другого поверху. Її ледь втримали. Потім її тричі виймали з петлі і, обшукуючи на ніч, часто віднімали снодійне у великих дозах. Мати не могла жити з тягарем своєї вини.

Галка померла вранці одинадцятого березня, а ввечері цього ж дня у них у квартирі несподівано, одночасно з батьком, з'явився Олег. Але застали вони...

* * *

Вадик, виявляється, на ранок після розмови з Галкою вирішив виразити своє презирство незнайомому і підлому юнаку Олегу, якого так гаряче кохала дівчина, яку він обожнював. Не знаючи, як вступитися за її зневажене

почуття, він надіслав довгу телеграму-лист Олегу на адресу гуртожитку, де плутано його звинувачував у тому, в чому фактично не було провини. Але Вадик цього не знав. Він встав на захист честі коханої. Олег спочатку навіть посміявся над цією телеграмою. В чому його звинувачує якийсь Вадик? І хто він, цей Вадик? Яке має право на звинувачення його в невірності? Це ж Галка з'явилась у Москві зі своїм чоловіком у весільній подорожі і не посоромилась привести його в гуртожиток, щоб познайомити! Так йому сказав сусід по кімнаті.

Це в нього зупинилося серце, коли він почув про таку зраду. Це він два місяці чекав від неї листа хоч з якимись поясненнями. Але ні! Приїхала з чоловіком, навіть записки не залишила, не дочекалась його. Чому? Чому вона так раптово вийшла заміж? Він їй вірив! Вона була єдиною його відрадою! Його першим коханням! Звичайно, він припускав, що в неї міг закохатися будь-хто. Той, інший, можливо, кращий за нього, Олега. Але як бути з почуттями? Він був упевнений, що його кохання взаємне.

Гіркота зради коханої відштовхнула від нього всі інтереси в житті. Він жив очікуванням листа або дзвінка, або хоч звістки якоїсь, щоб зрозуміти, де, в чому, в якому куточку великих коханих очей таївся цей звір підступний – зрада.

І раптом ця незрозуміла телеграма від Вадика?! Цілий день він міркував, а ввечері поділився з товаришами по кімнаті.

– Ха-ха-ха, – розсміялися хлопці над вчинком незнайомого Вадика, – ха-ха-ха.

– Стривай, – раптом щось збагнув сусід-ревнивець-невдаха-заздрісник. – Стривай, а чи не з приводу це того мого жарту?

– Якого жарту?

– Ну, пам'ятаєш, твоя наречена приїжджала до тебе взимку? Так я їй набрехав, що ти одружився. А тобі сказав, що вона

вийшла заміж і приїхала у весільну подорож. Пам'ятаєш? Ха... ха... – осікся жартівник.

У кімнаті стало так тихо, що у Олега задзвеніло у вухах, а у скронях так запульсувало, що і голова почала розгойдуватися в ритмі серцевих скорочень.

– Навіщо? – тільки і міг вимовити він. – Навіщо ти так вчинив? Ти ж зруйнував наше кохання! А можливо, і життя! – вигукнув Олег.

– Та що вона, жартів не розуміє? – якимось в'яло став виправдовуватися заздрісник.

– Хлопці, швидко скидайтеся, хто скільки може, я лечу до нареченої. Потім поверну гроші.

Це був вечір дев'ятого березня.

Але рейс був лише по непарних числах. Взяти б і надіслати телеграму Галці! Але він хотів побачити її очі. Олег зміг вилетіти лише одинадцятого. Всі дні і всю дорогу у літаку він вигадував слова, які скаже, коли її побачить, а потім вирішив, що нічого не стане говорити, просто обійме її міцно і поцілує прямо в губи, при всіх. І ніколи, нікому більше не повірить, що Галя не кохає його. Думки були різні в голові у Олега, але одна з них тривожила особливо, і робилось неприємно «під ложечкою»: «Чому Галя так легко повірила, що я одружився на іншій? Невже моїх слів про кохання для неї було недостатньо? Але ж і я легко повірив «жартівнику», що вона вийшла заміж за іншого і з ним приїхала провідати мене в Москву?! Про що я думав тоді? Про те, що кохана дуже красива і в неї можуть бути прихильники? Значить, ревнував? Значить, підозрював її у можливій невірності до мене? Не довіряв її почуттю кохання? Не вірив їй? Як же це могло трапитися, що їй, яку знав, бачив її чудові очі, чув її ніжний голос, тримав у руках її трепетні руки, і їй я не повірив, у той час як жартівнику, який посміхався підступною посмішкою, – повірив? І вона теж не захотіла перевіряти, з'ясувати у мене, запитувати і зустрічатися, щоб подивитися в очі?! Що це було з нами? Ми обидва, як у гіпнозі, прийняли чийсь

слова за правду, не побачили підступності й обману. Але чому ми з Галею повели себе так однаково? Я надто люблю її, щоб допустити її зраду», – резюмував Олег.

– Але чи кохання це, якщо я їй не вірю? І вона мені не вірить. Щось нам доведеться з'ясовувати між собою. Про щось ми не домовилися, про найважливіше. Ми не клялися у вірності один одному, – пригадував Олег.

– Але навіть клятви, якщо по очах все видно було, і по словах, і по листах? Ні, клятви не рятують від зрад. Тут щось інше, чого ми обидва не проявили, – філософствував Олег і ніяк не міг знайти заспокоєння.

Про жартівника-розлучника він не думав, настільки низьким був його вчинок, що не хотілося навіть міркувати. Олегу необхідно було зрозуміти, прояснити для себе, чому злодію вдалося зіграти з ними такий цинічний жарт? Чому вони з Галею, обидва розумні, відкриті й щирі між собою, так швидко повірили сторонній людині?

– Так, звичайно, жартівник обрав чудовий момент, коли очевидне стало як дійсне. Якщо б навіть Галя разом із жартівником піднялася на поверх вище, щоб перевірити його слова про весілля, то застала б картину веселого застілля, оскільки вони всією групою відмічали день двадцятиріччя Олени-однокашниці. І веселилися тоді, і танцювали. А Галя могла побачити його у танці з будь-якою дівчиною і прийняти це за танок нареченої з женихом. Як вправляється брехун! Який підступний жарт може зіграти очевидність, якщо не розібратися детальніше! – жахнувся Олег. – Але що ж робити закоханим, коли їх ось так обманюють жартівники-негідники?

Олег обхопив голову руками і застогнав тихо, розгойдуючись зі сторони в сторону.

– Що з Вами, хлопче? – співчутливо запитала старенька, яка сиділа поруч. – Зуби болять?

– Ні, ні, що Ви. Серце болить, – прошепотів Олег.

– Візьміть валідол під язик, – миттєво відреагувала жінка. – Покладіть, і через 30 секунд стане легше.

– Дякую Вам, – Олег взяв таблетку валідолу і машинально поклав її під язик. Відкинувся на спинку крісла, прикрив очі, щоб залишитися наодинці зі своїми думками.

Старенька пильно спостерігала за його поведінкою і кольором обличчя. Вона мала великий досвід у серцевих хворобах. У її житті це траплялося неодноразово, тому і валідол був у сумочці постійно.

– Молодий, а треба ж, серце хворе, – думала про сусіда по кріслу старенька.

– Чому ми неправду приймаємо за чисту правду? – міркував Олег. – Тому що брехун майстерно підбирає дрібні зовнішні деталі, які відповідають тому, про що він бреше? Застілля – було. Музика – була. І я там – був. І з дівчатами танцював. Але ж весілля не було! Найголовнішого з усього, що було сказано ним Галі, не існувало, але вона почула про мою зраду й одразу повірила.

Олегу хотілося знову застогнати чи заскреготіти зубами, але він згадав про жалісливу сусідку і стримався. Тільки зітхнув глибоко, не розплющуючи очей.

– Спить, сердешний, – подумала старенька, подивившись на Олега. – Спи, спи, синку, все мине. І твоє серденько може більше ніколи боліти не буде.

Приємна жінка бажане перетворювала у дійсне. Сердешна рана Олега залишиться відкритою і незагойною на все подальше життя. Але зараз, у літаку, ані вона, ані Олег про це навіть не підозрювали.

– Уся справа, звичайно, у довірі один до одного. Адже ми кохаємо, значить, повинні були довіряти один одному. Мали бути впевненими, що на підлість і зраду жоден з нас взагалі не здатен, а тим більше стосовно коханої людини.

Олег під дією валідолу заспокоювався.

– Мила, мила моя Галинка, пробач мене, що я не примчав до тебе у перший день канікул і не зазирнув у твої великі очі. Все

б в одну мить змінилось! Якби ти знала, моя хороша, скільки я передумав і переплакав тоді. Скільки разів ходив ночами під вікнами твоєї квартири, не наважуючись у світлий час підійти, щоб не зустрітися з тобою. Як я бажав цієї зустрічі і як боявся! Як багато листів настрочив за два тижні канікул, просякнутих образою, докорами, подивом, але жодне не наважився відіслати тобі. Галю! Галю, люба моя, обіцяю: ніколи, нікому і нічому поганому про тебе не вірити на слово. Лише особисто тобі і твоїм очам. І ти вір лише мені. Я кохаю тебе більше за життя!

Цей монолог Олега заспокоїв, він уявив собі картину, як увійде в дім до коханої, зробить крок з прихожої в кімнату і нічого не буде говорити. Просто обійме її і вперше на очах в усіх поцілує прямо в губи.

* * *

Вони летіли у літаку разом з її батьком і не побачилися. До будинку мчалися у різних таксі і лише перед дверима під'їзду обидва вийшли майже одночасно з машин.

Олег був такий радий зустрічі, так широко усміхнувся її батьку, що не звернув уваги на його сухі запалі очі, неголені щоки і опущені плечі.

Батько обійняв його мовчки, і так разом вони ввійшли. Один, який прилетів на похорондоньки, інший – на примирення з живою коханою. Серце в Олега почало прискорювати ритм вже на площадці другого поверху. Чому двері до квартири Галі були відчинені, а якісь люди входили і виходили мовчки? І батько повисав на ньому, уповільнюючи кроки. Спазм у грудях Олега раптом з'явився у німому передчутті.

Гроб з тілом стояв посеред кімнати, весь усипаний білими, лише білими (!) квітами. Моральну чистоту так підкреслювали люди, які приходили прощатися з Галкою. Вони нічого не розуміли і не знали суті історії цієї смерті. Сутність драми проявилася лише після похорону.

Олег зробив крок з прихожої в кімнату... і мовчки припав до холодних губ коханої на очах в усіх присутніх...

Оповідання Гі Сапіної
«ТА ЩО ВОНА, ЖАРТІВ НЕ РОЗУМІЄ?»

(Частина 2. Продовження)

Трагічна драма, яка розігралась у результаті зловредного жарту, потрясла все місто: і молодь, і дітей. Усі тоді пережили і наново усвідомили багато вчинків, які раніше не помічали або поблажливо дозволяли собі у спілкуванні один з одним. Життя давало людям урок на наявність душевної чутливості та її відсутність. На довіру і недовіру один до одного. На віру і надію, без яких кохання стає беззахисним і гине.

...У мене в цій історії було декілька потрясінь від наявності запитань «Чому?» і відсутності відповідей на них.

– Усім незрозуміло було, і мені теж, тупе, черстве чи байдуже мовчання сестри Люди про те, де Галка знаходилась, коли мати протягом доби запитувала її й металася у пошуках дочки по усіх близьких і далеких знайомих, мабуть, передчуваючи трагедію. Чому не сказала матері чи хоча б подзвонила Галці, що мати дуже хвилюється, що шукає її і кається?

– Мені незрозуміла була надмірна суворість, навіть жорстокість матері, яка не припускала порушення моральності у поведінці дочки (хоча це добре!) до такої міри, що прості прояви привітності прийняла за аморальність. А головне – повірила в очевидне, що не відповідало дійсності, і тому образила цютливі почуття доньки. І не зрозуміло було, чому не вибачилась у цьому, не визнала своєї провини своєчасно?

– До садиста-жартівника я тоді нічого, окрім презирства, не відчувала, я до жартів, як до явища, давно ставилася з упередженням.

– Мені незрозуміло було, чому Олег не з'ясував все одразу ж у самої Галки? Чому ні в кого не дізнався, не запитав, чи правда це, те, що йому було сказано? Чому одразу повірив

жартівнику-обманщику? Адже він (Олег) своїми очима не бачив, своїми вухами не чув!

– І те ж саме я думала про Галку. Що відвело їх від такої простої процедури, як з'ясування стосунків «очі в очі»? Гордість? Гордовитість? Фальшива скромність чи почуття переваги, пихатість? Звичайно, не без отрути цих ехидн були забруднені душі та помутнів розум у головних героїв. Але це мені стало зрозумілим лише через багато років.

Головне, що стало зрозумілим тоді – у них обох була відсутня віра у благородство і порядність один одного. Це б проявилось згодом у їхньому житті як ревності. Ось воно що?! Ревнивець вірить будь-яким небилицям і дорікає, підозрює чи викриває свою «половину».

«Ревнує – отже, кохає», – побутує прислів'я у народі.

– Ні, милі мої, все навпаки, – думала я. – Ревнує – значить не вірить. А якщо не вірить, то й не кохає. Просто захоплений чи закоханий, але не любить нікого, крім себе. Кохання вміє розуміти, прощати, співчувати і жертвувати. Людина, яка кохає, думає перш за все про інших, а вже потім про себе і свої проблеми.

Бідна, бідна Галка! Якби вона тоді піднялась на поверх вище у гуртожитку, щоб побачити очі Олега, все могло бути по-іншому. Та й Олег, якби, прилетівши на канікули, прийшов до неї особисто переконатися, то все б миттєво роз'яснилося.

* * *

Усе місто, приголомшене смертю молодої дівчини, як розбуджений вулик, гуло у міркуваннях, обговореннях, осудженнях.

Найчастіше засуджували Людмилу і матір Галки, розмірковуючи, що якби.., то...

«Жартівника» всі таврували «негідником» і прощення йому не було.

– Так, – думала я, – «жартівник» зробив свою чорну справу. А от Олег, і мати, і Люда, кожен з них, вочевидь, не зробив чогось головного, що могло б утримати близьку людину від самогубства.

Я знала з літератури, що самогубців навіть на кладовище у минулі часи не допускали, а ховали за огорожею. І у церкві не відспівували, для родини це вважалося соромом, і на дітях залишався штамп, якщо батьки таким чином прощалися з життям. Отже, якщо людина сама собі вкорочувала віку, та її не тільки не звеличують, а навіть понижують у правах поховання, то така людина порушила якийсь дуже важливий закон чи правило? Можливо, це Божественний закон, про який ми не знаємо? Мій розум у комсомольському віці й атеїстичному світогляді наполегливо шукав відповіді. І не знаходив, оскільки в душі я відчувала незгоду з усіма, хто звинувачення висував «жартівнику», матері, Людмилі, Олегу, навіть батькові, але не самій Галці. Її вважали жертвою, яка загинула від дуже сильного кохання по волі злої долі і черствості оточуючих.

– Ні, – заперечувала я. – Любові-то якраз і не видно в її вчинку ні до кого: ні до Олега, ні до матері й батька, ні навіть до Бога.

– Ну ти даєш, зовсім з глузду з'їхала? До чого тут Бог? – заперечували мені, боязко озираючись по сторонах, друзі-комсомольці.

– Він же створив нас? Адже так говорять? – допитувалась я, сама не знаючи, як буду доводити свою правоту.

– Ну???

– Так от, значить, тільки Він має право розпоряджатися життям і смертю кожної людини.

– А як же я дізнаюся про це, якщо не вірю, що Бог існує? – запитував невіруючий опонент.

– Ну, все одно я права, хоч і не знаю, що тобі відповісти, – заключала я і переривала розмову на тему любові до

Бога з боку Галки, яка самовільно позбавила себе такого прекрасного життя.

Не розуміли мене однолітки. Але міркування всередині мене продовжувались, і я знову розпочинала спір з тими, хто говорив: «Оце кохання!» чи «Це ж треба так кохати, щоб умерти за нього!»

– Невже ти не бачиш, що вона нікого, окрім себе, не любила? – обережно заперечувала я.

– Ти що? Що ти таке говориш? – скипала чергова співрозмовниця чи співрозмовник, які не так міркували, але були більш сентиментальними, ніж я.

– Чому вона не поділилась своїм горем з подругами? З матір'ю? З сестрою, хоч і двоюрідною? Якби вона любила подруг, то довірилася б їм. Якби любила батьків, то сто разів подумала про те, як їм буде боляче, соромно від її вчинку, як самотньо їм буде в старості без неї й онуків. Якби нею рухало кохання до Олега, то вона б залишилася жити, радіючи за нього, якщо вже повірила, що він покохав іншу. Але вона замість болісного життя для себе zvolila вмерти, щоб помститися матері й Олегу. «Око за око» – це не ознака кохання.

– У тебе точно «не всі вдома», – витріщивши від здивування очі, говорила чергова опонентка і хитала головою, – це ж треба, звинувачує мертву?!

– Нерозумна ти, я не мертву звинувачую, а хочу зрозуміти, що потрібно робити живим у випадку, якщо вони потраплять у подібну ситуацію, коли «жити не хочеться» і коли людина у відчаї шукає спосіб піти від проблеми, покінчивши з власним життям.

– Ну і що, зрозуміла, що робити?

– Зрозуміла.

– Ну, скажи.

– Так ти все одно не зрозумієш і скажеш знову, що я ненормальна.

– А от і не скажу.

– Ну, значить, подумаєш, а я ж це побачу.

– Ти що думки людей бачиш?

– А ти що, не бачиш?

– Гаразд, нумо, говори, – вже більш миролюбним тоном сказала моя співрозмовниця.

– Ти знаєш про заповідь «не вбий»? Це ж і про цей вид вбивства. Я тобі розповім, у чому я побачила причину смерті Галки:

- перше – вона не вірила в Бога і тому не просила Його про допомогу, от чому ситуація їй здавалася такою безнадійною. Не відаючи того, вона порушила закон життя і смерті;

- друге – вона не простила свою матір, значить, не любила її. Помсту і жорстокість стосовно матері, замість прощення, може допустити лише той, хто найбільше думає про себе і своє горе;

- третє – вона не припустила навіть думки про те, що Олег може бути закоханим в іншу дівчину, значить, кохала не його, а своє кохання до нього. Не про нього думала, а про себе і своє почуття до нього.

– Стривай, ти хочеш сказати, що винні не «жартівник», не матір, не Людка, які її підштовхнули чи не зупинили, а вона сама? Ти хочеш сказати, що в Галчиній смерті винна сама Галка?

– Так. Саме це я зрозуміла. Мене теж це відкриття вразило спочатку до глибини душі. Я навіть не повірила сама собі. Але потім переконалась у правильності, міркуючи «від зворотного». Не від бідної Галки, а від нещасної, але строгої матері, яка не бажала своїй дочці поганого. Від почуттів люблячого батька, який для неї намагався зробити все якнайкраще. Від стану Вадика, якому вона довірилась, тому що відчула його до неї дружнє ставлення, і який, до речі, відразу відгукнувся, поспішив допомогти їй. Врешті-решт, спробуй зрозуміти Люду, якій вона суворо наказала не говорити, де буде ночувати, а та лише виконала її вказівку.

– Ти шукаєш виправдання всім, хто винен у смерті Галки??? – різко відсторонилась від мене, щоб роздивитись уважніше, співрозмовниця. – Можливо, і «жартівника» виправдаєш???

– Взагалі-то можу. Але не виправдати його вчинок, а зрозуміти, чому він так зробив. За своєю сутністю він – заздрісний невдаха. А такі – завжди тримають камінь за пазухою. І якщо Галка не знала його, то Олег мав би не повірити йому. Адже він в одній кімнаті з ним жив, – втомлено сказала я.

– Я не буду сперечатися зараз, треба все це переварити, але сказати, що я згодна з твоєю версією звинувачення Галки, теж не можу, – задумливо вимовила серйозна співрозмовниця.

– Це не версія для звинувачення. Це пошуки причини, що спонукає людину чинити тим чи іншим способом у житті для вирішення виникаючих ситуацій, які, здавалося б, не мають вирішення. Можна поїхати з країни, можна піти з колективу, можна навіть піти з дому, але піти з життя!! Це не спосіб вирішення проблем, які «навалилися» і не розв'язуються. Психологія страуса, котрий зарив голову в пісок у момент небезпеки. Від долі й від себе не втечеш у такий спосіб.

– Так ти філософ у нас! Ну-ну, підкажи, будь люб'язна, що ж, по-твоєму, треба робити? – дуже східно запитала немиролюбна співрозмовниця.

– Зазирнути в себе. Причина в тобі. В твоїй душі.

– Скажіть, будь ласка, як просто! Розстебнути грудну клітку і оглянути, що там у серці? Так? І що ж там таке повинно бути, що врятує людину у складну хвилину?

– Не знаю, але те, що я говорю, це правильно. Правда, я не можу поки пояснити, як це зробити: як зазирнути в свою і в чужу душу.

– Ну, ну, дізнавайся. Як дізнаєшся, так одразу і поклич нас. Ми прийдемо, а ти поясниш, – засміялася мені в обличчя вороже налаштована співрозмовниця.

Компанія з посмішками і жартами на мою адресу пішла в інший бік, залишивши мене з черговим завданням: як розповісти про свій метод розглядання себе (тепер би я сказала про «самопізнання»), щоб навчитися любити життя, людей, батьків, вірити їм і не наносити душевних ран своїми словами і вчинками. Я розуміла, що, коли немає віри і любові в серці у людини, то надія в ній згасає і вона у безнадійному стані робить невірний вчинок. Можливості жити, що дарована їй, людина повинна радіти і бути вдячною Богу, і благородною стосовно батьків і друзів. Пам'ятати, кому і чим зобов'язана у житті. Треба навчитися любити не лише себе. Треба навчитися розуміти Божественні закони. Треба вірити і сподіватися. Але як про це розповісти?

– Ти абсолютно права, я розумію, про що ти хотіла їм сказати, – задумливо і серйозно промовила Світлана, яка часто читала мої думки, так само як і я могла бачити її. – Є люди-егоїсти, а є люди, які думають про інших. Так от мені здається, що ми зараз розділились у судження на «тих» і «цих». Одні, «егоїсти», думають і вчиняють як Галка, а тому і виправдовують її поведінку повністю. Інші, – вона подивилась на мене і зітхнула, – інші вже вийшли з егоїзму або виходять, – підправила вона своє судження, явно маючи нас на увазі, – а тому входять у стан душі всіх потерпілих. Адже смерть жахлива не для померлих, а для тих, хто залишився у живих, і про їхні душевні рани ти думаєш весь час.

– Як же мені легко і добре з тобою, Свічка, ти розумієш завжди навіть більше, ніж я говорю! – сказала я, обіймаючи улюблену подругу.

– І мені з тобою легко і просто, – відповіла Света.

***Додаток Д. Навчально-методичний супровід
з педагогічного спілкування з учнями на тему
«Правдивість як спосіб мислення»***

**Педагогічне спілкування з учнями на тему
«Правдивість як спосіб мислення»**

Не шукай правди в інших, коли її в тебе немає.

Українське прислів'я

Мета – формування свідомого ставлення учнів до психолого-педагогічних категорій: правдивість, відповідальність, повага, довіра.

Завдання – активізація учнів до відвертого діалогу з проблем моралі у міжособистісній взаємодії.

План проведення:

– Вступне слово вчителя.

– Стислі доповіді учнів (у вигляді анотацій) до оповідань Ії Сапіної «Не збреш», «Повагою на повагу» (прочитати оповідання на занятті, або ж попередньо запропонувати учням прочитати самостійно).

– Обговорення морально-етичних проблем міжособистісної взаємодії в родині, в соціально однорідній групі, в колективі на базі оповідань Ії Сапіної «Не збреш», «Повагою на повагу».

– Загальні висновки.

– Додатки.

Тези з оповідання Ії Сапіної «Не збреш»

– Бути правдивим означає бути безстрашним.

– Неправдивість – привілей боягузів та ледарів, які ревнують і заздять.

– Найсильніші ліки у випадку інфікування душі дитини енергіями брехні, агресивності та невдячності – потрясіння совісті довірою, любов'ю та повагою.

– Небажання відшукувати у собі причини своїх проблем – ознака безвідповідальності та духовної незрілості.

– Помірковані бажання, благородні емоції та красиві думки освітлюють ауру людини і очищують простір всередині та навкруги неї.

– Не роби того, що сприймаєш як зло, не кажи того, що відносиш до неправди.

– Найбільша перемога у свідомості людини – побачити свою недосконалість, витягти її на поверхню, не злякатися, не розгубитися, не відступити, а зменшити до такої міри, щоб окрім неї ніхто її не помітив.

Запитання для обговорення оповідання Гі Сапіної «Не збреши»

– Чи усвідомлюєте шкоду або користь у міжособистісних стосунках, коли співрозмовники кажуть неправду?

– Чи намагаєтесь у спілкуванні із близькими, друзями казати тільки правду? Чи вимагаєте правди від них?

– На ваш погляд, чому дівчинка сказала неправду? Охарактеризуйте її емоційно-чуттєвий стан.

– Чому оточуючі у певних ситуаціях вірять, і навіть у випадках відвертої неправдивості (наприклад, вчителька у першому випадку і мама у другому – повірили дівчинці)?

– Які душевні чесноти спонукали дівчинку переживати через свою неправдивість? Чи відчували Ви подібні емоційні потрясіння?

– Що найбільше її вразило? Чи може потрясіння змінити образ мислення людини?

– Що відчула героїня оповідання, коли згадала всі випадки своєї неправдивості? Чи застосовуєте ви методи трансформування негативних проявів у позитив?

– У нашому повсякденному житті трапляються різні перешкоди. Хто у цьому винний? Що робити?

– Чи погоджуєтеся, що причини наших негараздів – в нас самих? Поясніть чому?

– Що таке відповідальність, на вашу думку?

– Як ви вважаєте, для чого людині потрібна правдивість із самою собою? Вам знайомі приклади самообману?

– Чи багатьом людям зі свого оточення можете повністю довіритися, зважаючи на їхню правдивість?

– Чи намагалися критично визначити свої власні недоліки та чесноти? Чи це легко вдається? Чи знайшли в собі недоліки?

– Чи вважаєте необхідним для себе опанувати вміння бути правдивим?

Підсумкові узагальнюючі запитання:

– Сформулюйте своє ставлення до подій, що описані в оповіданнях за схемою: що викликало потрясіння, що здивувало, що спонукало до роздумів та свідомого аналізу подій і вчинків, що стимулювало до подолання в собі недоліків.

– Які позитивні риси характеру виявились спільними у героїв розглянутих оповідань? (відсутність страху, правдивість, віра у найкраще в людях)

– Надайте оцінку вчинків героїв, порівняйте з власними діями в аналогічних ситуаціях.

– Спираючись на набуті знання та особистий досвід, зробіть висновок: як би ви вчинили в подібній ситуації.

– Чи знайшли для себе повчальні приклади?

– Ви б порадили цю книгу друзям?

Оповідання Гі Сапіної
«НЕ ЗБРЕШИ!»
(переклад А. Аносової)

I

Чистота внутрішня – це наявність правдивості в людині. О! Як я любила цю рису характеру в людях. Як високо цінувала наявність правдивості у своїх подругах. Десь в глибині душі розуміла, що бути правдивим – це означає бути безстрашним. Безстрашною себе не вважала, але бути правдивою і чесною дуже намагалась з дитинства. Намагалась. Але не була такою.

Одного разу умисно обманула маму. Випадок дріб'язковий, але пам'ятаю його все життя. Дитиною була слухняною і виконавчою. У приготування уроків і підготовку до складання іспитів у кінці навчального року батьки ніколи не втручалися. Правда, вечорами, приходячи з роботи, мама цікавилась: як ідуть справи, що отримала сьогодні у школі або скільки запитань повторила до екзаменів?

Цей випадок, про який є необхідність розповісти, стався влітку, під час іспитів за сьомий клас.

У кінотеатрі, що поруч з нами, йшов фільм-оперета «Біла акація». Раніше я його вже бачила, але лише один раз і не всі арії запам'ятала. Музичну пам'ять ми розвивали таким чином: переглянувши фільм, треба було запам'ятати пісні. Найбільшим досягненням вважалось запам'ятовування слів і мелодії з одного разу, але це мало кому вдавалося. Дивились і два, і три, і п'ять разів, поки не лише пісні, але й усі репліки не вивчали напам'ять. Тоді фільмів було мало рідною мовою, все більше йшли трофейні німецькі й американські, з озвучуванням одним голосом чи субтитрами.

Отже, музична комедія «Біла акація» приводила нас просто у захват. Треба було вивчати і «Тілі-тілі-тілі...», і пісню Пеппіті, і головних героїв. Фільм ішов сьогодні, а іспит – завтра.

Вранці я попросила у мами грошей на квитки. Фільм двосерійний, і демонстрували його ввечері, коли стемніє, оскільки кінотеатр був літній. З цієї причини квитки коштували дорого – від тридцяти до п'ятдесяти копійок. Хліб, за один кілограм, у той час, продався за чотирнадцять копійок.

Мама, цілком несподівано для мене, грошей не дала, мотивуючи відмову тим, що завтра екзамен зранку, а на ніч дивитися дві серії пісень і танців – ні до чого.

– Піти у кіно можна буде і після екзамену, в інший день.

Це було дивно, оскільки вчилася я на «відмінно» і нічого ніколи не заважало мені отримувати свої п'ятірки на екзаменах. Якщо, звичайно, не брати до уваги особливі три двійки, які запам'ятались.

2

У моєму житті було три випадки, коли я, знаючи предмет, отримувала низьку оцінку. Тричі мені ставили двійку при оцінюванні не моїх знань. Перший раз, як зрозуміла тоді, за те, що скористалася підказкою. Так буває, що і двійки, виявляється, бувають різними.

Училася я з першого класу легко, хоча і була хворобливою дитиною. Мені було цікаво дізнаватися не лише те, про що розповідали вчителі і писалося в підручниках, але й читала Велику Радянську Енциклопедію, тлумачний словник С. І. Ожегова та багато інших книг, які не так-то легко було діставати. Цікавим було все: і що в книгах написано, і як, і для чого. Тому дуже рідко у моїх зошитах і щоденниках були четвірки, а трійок і двійок взагалі не отримувала.

У четвертому класі, на математиці, вчителька розповіла про римські цифри. Я пропустила багато уроків перед цим, оскільки більше двохмісяців через хворобу була в лікарні, але наздоганяла самостійними роботами, виконуючи в окремих зошитах основне і додаткове завдання з пропущеного

матеріалу. Обидва зошити оцінювалися однаково строго. А тому я писала сумлінно те, що проходили зараз, і те, що інші однокласники вже пройшли у мою відсутність.

Маючи сумніви щодо правильності виконаного завдання з написання римськими цифрами цілого стовпчика арабських цифр, я попросила (в перший і останній раз у своєму свідомому шкільному житті) маму перевірити домашнє завдання. Мама зробила зауваження, сказавши, що я заплуталась у декількох значеннях цифр після тридцяти. Оскільки вчителька не дозволяла нам ні закреслювати, ні стирати свої помилки, а брати їх у дужки і поруч писати вірно, то я так і вчинила. Свій варіант взяла у дужки, а нижче написала мамин.

Через два дні я повернулася зі школи зі сльозами від невимовної образи. Було сумно від того, що мій варіант виявився вірним, який я взяла в дужки. А за інший – мені поставили величезну, першу двійку у моїй шкільній біографії.

Плакала я невтішно, не заспокоюючись навіть на мамині переконання, що двійка ця не моя, а її, що це не рахується за мною. Ні. Двійка є двійка! Мені було соромно і гірко. Соромно через отриману двійку, а гірко від того, що я ж була права, навіщо запитала?

– Навіть мами, виходить, не все знають вірно, – думала я. – Ну, нехай діти чогось там не знають і помиляються, але мами!..

Ймовіріше за все, мама моя зустрілася із вчителькою так, щоб я про це не дізналась, і розповіла їй, як було насправді, тому що через кілька днів, після чергової перевірки цього зошита вчителька поставила дуже велику і жирну п'ятірку, закресливши мої дужки червоним олівцем, і дописала знизу: «Вір собі».

Ця фраза запам'яталася мені на все життя, як певний девіз моєї внутрішньої позиції. До сих пір, коли сумніви починають долати, я пригадую свою першу двійку і слова

вчительки, яка зрозуміла, що у сумнівах людина може дуже сильно нашкодити собі і своїй справі, якщо через сумніви перекладе відповідальність на чужі плечі.

3

Мамину заборону на перегляд кінофільму перед іспитами навіть не одразу розчула. Було якось принизливо і несправедливо, розсудила я. Йти в кіно ми збиралися цілою компанією однокласників. Усі йдуть! І я пішла в кіно, взявши у борг у подруги рубль, на дві серії.

Пізно ввечері, після перегляду оперети в кіно, прийшла додому, подумки наспівуючи, щоб не забути слова:

*Чертову дюжину детишек,
Растила в доме вся моя родня.
Шестеро – девчонок, шестеро – мальчишек,
И один чертенок – это я...*

– Де ти була, доню, так довго? Вже пізно, непристойно бути в гостях стільки часу, – запитала і докорила мені мама.

Я й не збиралася брехати, але, мабуть, те чортеня, що було в Пепітті, попутало й мене, і я, відкрито дивлячись мамі у вічі, сказала скоромовкою:

– У Галки з Лідкою (це близнючки, мої однокласниці й подруги), ми повторювали білети до завтрашнього іспиту.

– А-а-а, – сказала мама. – Добре. Ну, тоді вимий руки, поїж і спати.

Я ввійшла у ванну кімнату у стані протрації. Мені здавалося, що зараз загримає грім, ударить блискавка, підлога розійдеться, а я провалюся кудись у тартарари, де мене розірвуть на шматки голодні леви або тигри. Нічого подібного! Було тихо. Вода лилася з крану, мило намилювало руки, а безсоромні мої очі дивилися у дзеркало. У ньому бачилась бліда брехунка, яка не знала, що їй тепер робити:

як сказати мамі правду? А найголовніше, – як попередити її, що я впустила брехню у наші з нею стосунки?

Сльози струмком побігли з очей. Щось схоже на сльози капало з носа. Схлипуючи, розмазуючи все це по обличчю, пригадувала, що в цьому році вдруге вже збрехала. Перший раз обманула вчительку, сказавши їй, що забула вдома зошит з виконаним домашнім завданням. А насправді – забула його виконати, а зошит був зі мною, в портфелі. Так само, як і я, сказали ще троє дітей, але Зара Абдуллаївна, не повіривши їм, відправила всіх додому за зошитами. А мені повірила і дозволила показати їй це завдання на наступному уроці, через день.

Учителька мені повірила! Я ледь досиділа тоді до дзвінка. Мені здавалося, що вуха відвалюються, так як вони горіли вогнем і жахом від допущеної мною брехні.

І от тепер, стоячи у ванній, розмазуючи гіркоту своєї підлості по запухлому від сліз обличчю, шукала і не знаходила собі виправдання у той момент.

Ненавиділа себе і жаліла маму та вчительку, які мені повірили.

Соромилася себе і боялася, що настане момент і мама, і вчителька дізнаються, що я – брехуха.

Жаліла маму, тому що знала, як пишається вона моїми чеснотами, адже це її праця вкладена в те, що її добра і правдива донька викликала почуття схвалення у педагогів, сусідів, знайомих.

Мама постукала у двері й покликала вечеряти.

З презирством до себе умилася, витерла насухо рушником очі й ніс, пригладила волосся і, дивлячись у дзеркало, прошипіла крізь зуби:

– Дивися мені, тільки спробуй ще раз у житті збрехати комусь – не прощу!

Від вечері відмовилася. Іспит склала на «п'ять», як звичайно, але на «Білу акацію» більше не ходила, хоч і не запам'ятала весь фільм.

4

Потрясіння, яке я пережила від того, що мені вірять, коли я брешу, було, мабуть, найсильнішим у тому році. Сором, докори сумління, бичування себе – цей стан продовжувався дуже тривалий час. Усе це відчувалось як важкість в області серця і нудота «під ложечкою».

Нарешті, одного разу, втопившись від такого стану, я присвятила половину ночі тому, що пригадала всі-всі випадки своєї брехні, нещирості і хитрості, що були допущені мною у взаєминах з людьми: з хлопцями, яких побоювалася і щось прибріхувала їм про свого старшого брата заради власного безпечного існування в їхньому оточенні. З подружками, яких дуже любила і тому через острах втратити їхню прихильність прикрашала свої «подвиги». З братом, якого обожнювала і тому хитрувала, применшуючи свої витівки, свої лінощі і свою неорганізованість, бажаючи у його очах виглядати краще, ніж була насправді.

Вранці відчула радісне полегшення, наче щось з плечей звалилося.

Пізніше, вже подорослішавши, зрозуміла, що неправдивість – це привілей боягуза, ледаря, ревнивця і заздрісника. Але ж я намагалася такою не бути, а тому тягар цих самих недоліків час від часу починав перевищувати дозволене мені. От чому і відбуваються з усіма потрясіння: щоб, побачивши себе зсередини, обуритися на себе таку недосконалу.

Переконана, що не переживши тоді шоку в дитинстві від довіри вчительки і мами мені, брехусі, я могла б вирости брехункою-хитрункою, і не помітила б цієї вади в собі.

Потрясіння сумління довірою, любов'ю і повагою з боку дорослих для дітей просто необхідні, точно знаю.

Це найсильніші ліки у випадку інфікування душі дитини енергіями брехні, агресії та невдячності. Негативні енергії, як віруси, сидять у душі до певної пори і не виказують себе. А потім раз – і хвороба проявиться у найбільш несподіваний момент.

5

Батьки і вчителі не тільки «інженери людських душ», але й перші цілителі від «вірусу» брехні та інших вад. Уражені енергіями злоби, судорожно спотворені заздрістю і деформовані енергією жадібності, людські душі втілюються в новому житті. Це і є ментальна інвалідність. Тобто викривлене розуміння розумом добра і зла. Подальше життя у викривленій ментальній атмосфері призводить до моральної інвалідності (цинізму). І, як наслідок вчинків аморальної людини або суспільства – до фізичних аномалій (деградації). Ось у чому причина! В правильності чи викривленні мислення кожної людини, в її сприйнятті простору і часу, в яких вона перебуває.

На питання «Хто винен?» кожен знаходить свою відповідь, відповідно до ступеня інтелекту і відповідальності у ньому. Мудреці і філософи в усі віки стверджували, що в усіх бідах людина винна сама. Причиною невдачі може бути невігластво, злобність, брехливість і безвідповідальність.

Тому, хто прагне творити добро, не менш важливо зрозуміти «Що робити?» Але не по силах це питання для того, хто не навчений у собі самому шукати причину своїх негараздів.

Середньостатистична розумна людина у двадцять першому сторіччі має, перш ніж осудити когось і за щось, подивитися критично на свої вчинки і думки.

Багато безпечних людей намагаються відвести відповідальність від себе за свої теперішні і минулі дії хитрістю. Деякі приховують свої потворні бажання і

звички зовнішньою чемністю. Інші не соромляться своїх непристойних емоцій і почуттів. Не помічають того, скільки вульгарних думок часом роїться в їхній голові, породжуючи душевні хвороби, психічні й фізичні каліцтва.

Сумірні бажання, благородні емоції та чисті думки освітлюють ауру людини й очищують простір всередині та навколо неї.

У чому ж досягло успіху людство за мільйони років розвитку? У чому бачиться прогресуючий розвиток розуму?

У чому загрузло? У злобі? У брехні? У невдячності? Що ж робити?

Розвивати в собі й культивувати позитивні якості: любов, правдивість, вдячність і відповідальність. Їх потребують усі. Отже, прийшов час кожній розумній людині самій попідкнутися про розвиток у ній чеснот.

Сучасна людина не хижак, і не в лісі живе, а в середовищі собі подібних *homo sapiens*.

6

Після таких роздумів і наказів собі бути правдивою в усьому я намагалась відповідати прийнятому для себе стандарту. Бували, звичайно, випадки неправдивості у моєму житті. Але тим, хто вірив і довірявся мені, я намагалася не брехати. Дуже намагалася. Багато в чому досягла успіху, викорчовуючи зсередини змію під назвою брехня. Але, виманивши крупну змію, і на певний час заспокоївшись, що от тепер я правдива і смілива. Тепер про все можу сказати вголос, що не соромлюсь бути такою, яка є. Що будь-яка гірка правда краще, ніж солодка брехня, я раптом ловила себе на... Так, так, на черговій маленькій неправдивості. Ця змія була тоншою і меншою, але вона була! І отрута її отруювала мене, і мої справи, і мої думки. Змії, змійки і їхні дитинчата-змієнята так і плодилися, так і множилися.

От парадокс: чим більше я намагалася бути правдивою і чесною, тим більше бачила всередині себе неправдивості й нечесності, до повної огиди інколи доходило. Але я вступила у боротьбу з цим явищем, а відступати – не в моїх правилах.

Коли вибивалася з сил, то дозволяла собі «пожити як усі». Десь злегка вигадати, щось прикрасити, про щось промовчати. Задоволення отримувала від такого дозволу для себе, не буду приховувати, солодке. Адже я трошки собі дозволяла, а інші навколо мене були на моєму фоні ну *д-у-у-уже* не такими. Але от біда. Солодкого я з дитинства не любила.

Їла, щоправда, шоколад інколи, та й то гіркий. Так і в житті. Відпущу віжки, побалую себе, розслабившись, а потім з подвійною енергією беруся за «ловлю змії».

А вони все лізли й лізли, ці змії й змійки, і їх дитинчата-змієнята. Думала, що не витримаю, покину цю справу. Не вистачало інколи сил утримувати себе у тих рамках правдивості й чесності, які сама собі встановлювала, особливо коли погрожували, змушували, спокушали поступитися своїми принципами.

Найскладніше, коли спокушали.

7

Пізніше прийшло розуміння, що абсолютної чесності не буває. Абсолют – категорія Божественна. Так само, як абсолютного добра і зла не землі не знайти. У людському світі все відносно, тобто: низько, середньо, високо. Треба просто для себе встановити висоту планки в розумінні критеріїв добра і зла. Все міряється мірою твого особистого, власного сприйняття, як ти розумієш «не можна», «можна», «треба». Ще прийнято звертати увагу на оцінку твоєї діяльності мірою суспільної думки, прийнятої там, де проживаєш (байдуже, з цікавістю, зі схваленням).

Після того, як зрозумієш цінність свого вкладу у спільну справу, намагайся не робити того, що вважаєш злом. Не говори того, що ти вважаєш неправдою.

З часом зрозуміла, що коли я намагаюся буди більш правдивою, а він чи вона ще не хоче бути більш правдивим, ніж він є зараз, то хіба я зможу примусити силоміць бути не таким, який він є? Тільки сама людина, якщо захоче, стане шукати шлях до зміни того, що їй у цю хвилину в собі не сподобалося. Це правило закріплено законом свободної волі!

Добре, якщо у людини з'явиться необхідність періодично оцінювати критично свої чесноти і недоліки, тільки робити це слід чесно і правдиво, не перебільшуючи нічого і не зменшуючи. От я і зайнялася одного разу вивченням своєї особистої чесноти й правдивості свідомо, а зупинитися до сих пір не можу, такою захопливою виявилася ця справа.

**Додаток Е. Навчально-методичний супровід
з педагогічного спілкування з учнями
«Вчимося дружити»**

**Педагогічне спілкування з учнями на тему
«Вчимося дружити»
за оповіданням Гі Сапіної «Курка»**

Мета – формування культури взаємин у міжособистісних комунікаціях «учні – учні», «учні – вчителі», «учні – батьки».

Запитання для обговорення оповідання Гі Сапіної «Курка»:

1. Як ви вважаєте, чому учні розділилися на групи під час розміщення в актовому залі. (Тому, що існував негласний поділ на «старих» і «нових». «Старими» були ті, хто навчався з першого або четвертого класу разом. Це були найкращі учениці – всі відмінниці в навчанні, спортсменки і актриси. «Новими» були учні, переведені з інших шкіл).

2. Які якості були проявлені героями оповідання? (Зверхність – наявність особливих, вищих якостей порівняно з ким-, чим-небудь; перевага над ким-, чим-небудь; вищість. Надмірна впевненість у собі, в своїх силах, здібностях, можливостях і т. ін.; зарозумілість. Зневага – зарозуміле, позбавлене поваги та уваги ставлення до кого-чого-небудь; байдужість до кого-, чого-небудь, відсутність турботи, піклування про когось, щось [1].

3. Який висновок зробила вчителька в ситуації, коли побачила, що дівчатка відокремилися і обідають, не запросивши інших? (Про відсутність в класі єдності та любові до ближнього).

4. Чому засмутилася головна героїня? Охарактеризуйте її емоційно-чуттєвий стан. (Героїня переживала муки совісті. Вона зрозуміла, що вчинила неправильно, але не могла визначити напевне, у чому саме).

5. Як ви розумієте поняття «докори сумління»? Чи переживали ви подібне? Наведіть приклади.

6. Про що свідчить виникнення «докорів сумління»? Чи вважаєте ви це почуття корисним і чому? (Це почуття допомагає визнати свою неправоту, те, що вчинив неправильно, вчинив гірше, ніж міг, і свідчить про те, що можеш, проаналізувавши свої думки, слова та дії, виявивши свої помилки та недоліки, виправитися та вирішити конфліктну ситуацію).

7. Розкрийте зміст поняття «дружба». (Дружба – близькі стосунки, засновані на взаємній додовірі, вдячності, спільних інтересах).

8. Від кого, на ваш погляд, залежить наявність дружньої атмосфери у колективі? (Від кожного члена колективу).

9. Чи вважаєте ви, що такі почуття як повага, турбота, любов мають бути взаємними? (Ці почуття є взаємними. Скільки поваги, турботи і любові віддаєш іншим, стільки ж отримаєш до себе).

10. Чому нас вчить епізод в горах? (Відповідальності, єдності, необхідності взаємної підтримки, вдячності батькам та вчителям).

11. Як ви розумієте вислів «Ніхто тобі не друг, ніхто тобі не ворог, але кожний є учителем для тебе»?

Підведення підсумків. Анкетування учнів.

Анкета для учнів

1. Чи є в тебе друзі?
2. Чи достатньо дружний та згуртований клас, у якому ти навчаєшся?
3. Що б ти хотів змінити на краще у твоєму класному колективі?
4. Що б ти хотів змінити на краще в самому собі?
5. Чи потрібно слухатися батьків та вчителів? Поясни свою думку.

ОПОВІДАННЯ ПІ САПНОЇ «КУРКА»

І

Наша Мар'юшка, вчителька математики та класний керівник усім відомого 8-го «В» класу, «дитячі пустощі» якого за один рік не зуміли приборкати три вчителя, зрозуміла відразу, що діти у цьому класі такі ж, як усі діти. Але при наявності розумових здібностей у них була відсутня чи слабо розвинена культура спілкування одне з одним та з вчителями.

Чотирнадцять-п'ятнадцять років – це вік змузніння та самоствердження. Становлення характеру людини, в якому вона самостійно пробує визначити свою висоту, як єдино правильну.

Це «складний вік» як і для самих підлітків, так і для оточуючих дорослих людей у сім'ї та у школі. Ось тут і необхідні дорослим людям такі чесноти як повага, терпіння, розуміння, прощення, а вже якщо й застосовувати якесь покарання до складних дітей, то воно повинно бути виключно милосердним. Що, в свою чергу, означає – бути у міру суворим, але дуже справедливим. Наївна і тендітна дитяча душа інших енергій не сприймає.

Поранена несправедливістю, неповажним до себе ставленням чи менторською зверхністю дорослих людей тонка душевна сутність дитини чи паралізується страхом, хворіючи і страждаючи опісля, чи чинить супротив насиллю та лицемірству, демонструючи непослух, впертість, норовливість у характері.

Загальна культура людини, без сумніву, залежить від генетичних накопичень даного «роду», а саме: від наявності чеснот у звичаях і традиціях сім'ї. Але не в меншій мірі, а може, і в більшій, ще від особистого ставлення кожної людини до цих традицій, від її прагнення до отримання нових знань і основ морального виховання.

Нещасними вважають тих дітей, які не мають можливості вчитися, при наявності в них бажання і здібностей. Але в десять разів більше нещастя для суспільства приховано якраз там, де є можливість, але не прищеплене бажання до розумової праці, до навчання, самостійного прийняття рішень і відповідальності за вчинки. Ці якості слід зрощувати з дитячих років.

Добро і зло завжди знаходяться поряд. Не можна забувати, що поняття ці відносні. Тому потрібно з раннього віку прищеплювати непримиренність до усіляких проявів зла: нищості, грубості, несвободи. Роз'яснити дитині, що суворість необхідна не стосовно самої людини, яка творить зло, а до причини появи цього «зла» у ній. Іноді це може бути погана звичка, іноді – необдумане слово, неконтрольовані емоції. Щоб скласти своє, більш правильне судження, спочатку слід з'ясувати: через незнання чи за злим умислом зробила людина те, що ти особисто вважаєш злом чи неприємністю?

Злий умисел завжди потрібно намагатися припиняти за законом. Для цього самому потрібно знати ці закони: і громадянські, і моральні. Якщо людина не відає, не розуміє, що зробила зло, треба спробувати навчити її, як виправити вже заподіяне, і як в подальшому діяти так, щоб не повторити помилки і тим самим не ускладнити свою долю.

Можна і потрібно вміти надавати своєчасну і посильну допомогу будь-якій людині для зменшення її промахів та невдач.

Традиції, звичаї, звички, як правило, формують моральні підвалини наступних поколінь. При цьому дуже важливо, щоб у вихователів молодого покоління було єдине устремління: планку моральності не опускати, і навіть не утримувати в одному й тому ж положенні, а піднімати все вище і вище.

Особливо важко навчитися робити ревізію стану моральних цінностей всередині самого себе. У тих умовах,

де царює компромісна мораль і цементується принцип вседозволеності для себе, коли чомусь дозволяється зробити те, що явно нижче дозволеної межі, саме в той момент міцніє звичка самопрощення і самовиправдання. Таке мислення і наступна за ним поведінкова реакція називається: «угода зі своєю совістю».

Ми, учні 8-го «В» класу, не відали, що творили.

Так ось, Мар'юшка, яка була високоосвіченим педагогом і талановитим вихователем, була носієм високої культури, на наше щастя. Вона сповідувала Добро. Навіть більше, вона у вчинках своїх завжди відповідала тому, що декларувала у своїх словах.

2

Жили ми у Таджикистані. Там, як відомо, вирощували бавовну, щоб одягати усю багатонаціональну країну, та ще й продавати за кордон, в Європу і Азію. Технологія вирощування і техніка для збирання бавовни ще не були розвинені так, як зараз, а тому була прийнята державна програма з надання шефської допомоги під час збирання будь-якого врожаю.

Як тільки оголошували заклик – «Усі на бавовну», то міські жителі з усіх країв їхали в колгоспи на період збирання врожаю. Чи заклик – «Усі на картоплю» – і містяни дружно їхали в село. Чи: «Усі на буряки, помідори, огірки, яблука, виноград, кавуни і т. д.». Старші покоління пам'ятають ті часи.

Приїжджали в колгосп цілою школою від сьомого до десятого класу. Всіх учнів розселяли з класними керівниками, як правило, по місцевих школах, клубах та інших громадських приміщеннях. У протиепідемічних цілях намагалися кожний клас поселяти окремо.

У той рік, у 8-му «В», коли Мар'юшку призначили з початку року керувати нашим класом, у нас уже існував негласний поділ на «наших» і «не наших». «Нашими» були ті, хто вчився з першого чи з четвертого класу разом, тобто у «дівчачій»

школі. У сьомому класі, коли чоловічі і жіночі школи були переведені на змішане навчання, а діти розподілені суворо за районною ознакою, у нас із «Г» класу з тридцяти дівчат залишилися у цій школі для подальшого навчання лише вісім осіб, але яких! Це була справжня «сім'я», усі відмінниці у навчанні, спортсменки і актриси.

Ми з третього класу, дякуючи вожатій Зінулі Урмановій, ставили казки, по одній щороку. Самі робили декорації, костюми, придумували музичне оформлення. Це був не просто «Г» клас, а гордість нашої школи – театральний клас з переможцями усіх конкурсів, олімпіад і спортивних змагань. Крайці учениці – раз, крайці артисти – два, крайці спортсменки – три. І всі як одна – красуні.

Звісно, ми пишалися своїми досягненнями. А хлопці нам дісталися хулігани і двічники, і почалося! «Нові» не любили вчитися, а «наші» не хотіли «хуліганити».

Так ось, через два-три тижні від початку занять, а значить, і нашого знайомства з Мар'юшкою, яку спочатку ми називали за очі «М.Д», за ініціалами, ми поїхали «на бавовну».

3

Розмістили нас у ще не повністю добудованому приміщенні школи. Не засклені вікна забили до половини фанерою, щоб проходили світло і повітря, а дверні прорізи завішували ковдрами. Нашому класу дісталось приміщення актового залу.

Сільські школи невеликі, учнів у них і тоді, і зараз набагато менше, ніж у міських. Але, тим не менш, типові будівлі навчальних закладів мали і спортивний, і актовий зали, і повний набір класних кімнат, і спортмайданчики. Цю школу чомусь до вересня будівельники не здали, імовірно не було гострої необхідності у цьому.

Зала, що нам дісталася, була приблизно розрахована на крісла для 60–80 осіб, але ми її виміряли «на матраці». На сцені помістилося вісім матраців, і ще залишилося

місце для сумок і рюкзаків за лаштунками. Усі «наші» там і облаштувалися по праву «старих» учнів цього класу. Елементи «дідівщини», як тепер розумію, – невід’ємна риса зверхніх гордіїв, які вважають себе «хазяями становища».

Інші дівчатка з «нових» розмістилися біля однієї стіни, а всі хлопці – біля іншої. Так, що вільного місця залишалось не так вже й багато. Де захоче спати наша вчителька, ми не знали. Але вирішили, що одна з нас (за жеребом) зійде зі сцени вниз, якщо Мар’юшка виявить бажання постелити свій матрац на сцені. Ліжок не було. Спали усі на підлозі, у Таджикистані це звичне явище.

Розмістившись на сцені, ми вирішили перекусити. Взагалі-то обід у перший день приїзду готувався, як завжди, але на вечір, а у всіх дітей були повні сумки харчів з дому.

Мені того першого і останнього разу мама дала цілу відварену курку і у баночці грузинську горіхову з часником приправу «саціві». За спільним столом курку я розділила на вісім частин. А подружки, вмочуючи то м’ясо, то лаваш у соус, із задоволенням, швиденько її з’їли.

У цю хвилину зайшла Мар’юшка. Вона лише одним поглядом окинула усю залу і зрозуміла, що єдності у цьому колективі немає, так само, як і немає поваги і турботи одне до одного.

– Так, рідненькі мої, – сказала Мар’юшка, – любов’ю до ближнього свого, як до себе самого, у нашому класі і не пахне, – сказала вона це неголосно, але я аж подавилася своєю куркою, яку старанно пережувувала.

Чомусь сприйняла ці слова, як направлені до мене особисто. Правильно. Як староста, права рука і помічник учителя, всілася обідати без неї і лише з третиною учнів, вважаючи тоді таку поведінку нормальною. Мені стало дуже соромно від того, які слова, і як їх Мар’юшка вимовила. Ні, я розуміла, що не вчинила нічого, за що мене треба було б покарати.

– Але чому ж мені було так неприємно? Я не одна почала трапезу. І не взяла собі кращого шматка, а з'їла те, що залишилося від курки, після усіх. Навіть соусу «саціві» мені, якщо чесно, не дісталось, тому що всім було смачно, а я раділа за подружок своїх, – пролетіло в голові.

Дуже хотілося знайти собі виправдання.

Але в словах Мар'юшки було щось таке, що проникало в мене, у те саме місце, де знаходиться сором, тобто були зачеплені струни совісті, і в душі я відчула – щось зроблено мною не так. Це не від слів, а більше від її швидкого погляду я зіщулилася всередині себе, але ще більше враження на мене справила інтонація – у ній відчувалася суміш з незадоволення, здивування, розчарування і шкодування. Ось ці два останніх почуття я і сприйняла на свій рахунок.

– «М. Д.» розчарувалася у мені як у людині? Як у своїй помічниці? І вона шкодувала про щось. Про що?» – гарячково міркувала я.

Проквотнувши не пережований шматок курки, зістрибнула зі сцени і, підходячи до класного керівника, пробурмотала напівправду.

– Марія Дмитрівна, а ми для Вас там, на сцені, приготували місце, ходімо, – і показала на свій матрац, про себе вирішивши, що без усякого жеребу буду спати у будь-якому іншому кутку, де вийде.

– Ні, ні, що Ви, – відповіла «М. Д.», – не варто залишати своїх старих і вірних друзів заради мене.

«Коли вона встигла все дізнатися про нас і навіть перерахувати матраци на сцені?» – подумала я і понуро посунула до сцени, де був накритий наш імпровізований стіл зі скатертиною з газет.

– Діти, – звернулася вчителька до інших, розклавши свої речі на матраці у найвіддаленішому від сцени кутку, – пропоную поїсти.

Вона дістала свої домашні пиріжки та іншу провізію. Посеред зали діти організували іншу скатертину з газет, і всі «нові» потяглися туди зі своїми припасами.

Ми припинили жувати, буквально, завмерли, не знаючи, як нам тепер вчинити. З'їли ми поки тільки курку, але все інше залишилося. Однак було сказано: «ми», тобто нас ніби не враховували. Що робити мені, старості, коли третина учнів сидить на сцені і шматок у горло не лізе, а дві третини з класним керівником уможується зі сміхом та жартами на підлозі у залі і починають з апетитом уплітати все, що до рота потрапляє.

Я так замислилася, що мимоволі зненацька закашлялася, подавившись власною слиною. Хтось постукав мене по спині долонею, хтось гигикнув, а Мар'юшка зненацька, не дивлячись на нас, вимовила:

– Ви вже поїли чи настільки нас не поважаєте, що не хочете до нас приєднатися?

– Хочемо, хочемо, хочемо, – закричали, зрадівши, «наші», хапаючи за кутики газети, кожний зі своєю частиною їжі, і стрибаючи по-двоє зі сцени. Ми залишилися зі Светою, переглянулися, вона кивнула мені і взяла за руку. Коло розширялося, нас прийняли за спільний стіл. Тільки мені нічого не було запропонувати усім, оскільки курку і коржі з соусом «сациві» всі «наші» вже з'їли, а помідори і яблука не зараховувалися, цього добра і в інших дітей було багато.

Я, звичайно, примостилася теж у колі, але відчувала себе якось ніяково, наче з пустими руками прийшла на складчину. Зненацька хтось із дітей згадав, що у нього в рюкзаку є копчена ковбаса, річ на ті часи не стільки дорога, скільки дефіцитна, але завбачливою мамою десь куплена.

Під радісні вигуки «Ура!» хазяїн ковбаси почав тоненькими шматочками нарізати, щоб усім дісталось хоч «на зубок» спробувати.

– Ух ти, а запах дійсно не менш приємний, ніж у вашої курки, – спокійним, навіть якимось байдужим голосом сказала Мар'юшка.

Я обімліла! Мені стало спекотно і неймовірно соромно, хоча в жестах і міміці нашої вчительки не було явного докору чи прямого засудження на мою адресу, але соромно як! В інтонації прозвучало незадоволення нашим, та що там нашим – моїм вчинком.

«Жах який, матусенько моя! – думала я. – Але що ж я не так зробила? Як треба було мені правильно вчинити? Розділити курку на всіх? Але ж скільки тієї курки, а нас – двадцять чотири особи тут, та ще й Мар'юшка. Хіба я жадібна? Чим вона мені докоряє?»

4

Настрій був зіпсований вкінець. Яюсь досидівши до кінця обіду, я першою вискочила на вулицю і пішла одна до великого арика. Сіла на березі, опустила ноги у воду і, помахуючи гілочкою, відганяла комарів і мух, заглибившись в роздуми.

– Ти що, чому пішла і нікому не сказала куди? – накинулася на мене всі «наші», витративши багато часу на пошуки.

– Йди, там старости збираються, нам веліли тебе знайти.

– Добре, зараз піду, але спочатку ви мені скажіть: у чому моя вина? Чому вона мені докоряла?

– Хто?

– Чим? – спитали, не розуміючи моїх думок подружки.

– Ну «М.Д., ви що, не чули, що вона про курку сказала?

– Ні, – зізналася одна.

– А що? – спитала інша.

– Та, не бери в голову, – заспокоїла третя.

Лише Света, мій чутливий і вірний друг, сказала:

– Та не тобі вона докоряла, а всіх нас «умила».

– А що сталося? Ви скажете, вкінець? – захвилювалися інші, не розуміючи, про що це ми.

– Не в жадібності справа, – продовжувала Света, – ні, вона інше щось мала на увазі. Якщо б ти одна цю курку наминала, та вночі, під ковдрою, то тоді б це було зауваження про жадібність. Ні, щось інше маллося на увазі.

Светка була вірним другом і постійним моїм партнером у спектаклях. На уроках ми сиділи разом, щоб легше було звіряти контрольні роботи і підказувати одна одній. Вона займала усі перші місця на міських олімпіадах з мови і літератури, а я – другі. Зате з англійської все навпаки...

Светка розуміла мене як ніхто на світі. Вона іноді читала мої думки, а я могла вгадувати, про що вона замислилася. Нас це розважало, дивувало і смішило, але всерйоз про цей феномен ми тоді не думали. Та й слово «телепатія» у ті часи хоч і вживалося, але було незрозумілим: як це, читати думки на відстані? У нас тоді «відстані» не було. Ми всі були поряд, тому це явище вважали нормою.

– А що ж тоді «М. Д.» хотіла підкреслити, якщо не жадібність? – продовжила я діалог з подругою, не відповідаючи на запитання тих, хто нічого не зрозумів і не помітив.

– Ну, чи жадібність це, якщо людина віддає те, що належить їй особисто? Ти ж віддала свою курку кільком подругам, – сказала Светка, розмірковуючи.

Кільком, але не всім, – відповіла я. – До речі, а ти не помітила, я не дуже почервоніла тоді? – запитала я.

– Та в тебе кінчик носа навіть побілів, а ти кажеш: «почервоніла», – відповіла Света.

– Та що ти? Я відчула, що палаю уся, особливо щоки.

– Ні, ти була бліда.

– Значить, я чогось дуже злякалася? – міркувала я. – Але страху наче не було. Мені було дуже соромно.

– Що ти, як маленька, ну чого тобі соромитися?

– Не знаю. Але мені досі не по собі. І соромно, але точно не знаю, чого соромлюся.

– Добре, йди на збори, а то влетить ще.

Я попелелася отримувати вказівки старших про обов'язки, які покладалися: виконання плану збору бавовни, дисципліна, організація дозвілля і чергування по кухні, обов'язки по спільному проживанню, прибиранню двору.

5

Півтора місяця пролетіли швидко. Мар'юшка з кожним днем нам подобалася все більше, і злочасна курка вилетіла з моєї юної голови. Але не назавжди, як з'ясувалося.

Напередодні Нового року мама, як завжди, на свято, купила курку і приготувала соус «саціві». Цю коронну страву дуже любили усі друзі нашої сім'ї так само, як і ми, усі домашні, а мама любила пригощати.

– Мамуль, а на скільки шматків ти розділяєш курку? – запитала я зненацька, сама не знаю чому.

– Скільки треба, стільки й вийде, – відповіла мама, спритно орудуючи садовим секатором.

Я перерахувала шматки невеликої курки, які мама красиво викладала на таріль, прикрашаючи зеленню.

– А у чому справа, дитино? Що не так?

– Та ні, просто рахую.

– Для чого? Усім вистачить по шматочку, – запевнила мама. – Та й інших страв вдосталь на столі.

– Я не про це, матусю.

– А про що, доцю?

– Скажи, на твою думку, я жадібна людина? – спитала я, не відповідаючи на мамине запитання.

– Ти-и-и? – мама пильно подивилася мені в очі, намагаючись побачити глибину мого запитання. – Та ні, на мій погляд, ти безкорислива. Однак, деяка непомірність у тебе спостерігається: до читання, наприклад, – сказала мама, – тому і книги дуже любиш придбавати.

– А до їжі жадібна?

– Ото скажеш! – здивовано знизала плечами мама.

– Ну добре, маммі, ти навчи мене курку розділяти на шматки.

Мама розвела руками, даючи зрозуміти, що іншої немає, а ця вже лежить у вигляді шматочків.

– Та ні, не зараз, а коли буде.

– Добре, – сказала мама і запам'ятала моє прохання.

Разів два чи три я розсікала варених курок, але більше, ніж на дванадцять шматків, не виходило. Кури були маленькі за розміром.

– Ось усі вчителі вимагають, щоб ми були покірні їхній волі, говорили і робили так, як їм подобається, – задерикувато вимовив Славко, наша спортивна зірка, який, як усі зірки, не піддавався шкільній дисципліні.

– Невже? – здивувалася Мар'юшка. – Невже вимагають? Невже всі? – якимось особливо промовила «М. Д.».

– Ну, припустимо, не всі, і не вимагають, – почав задкувати Славко.

– Чому ж Ви з такою неповагою ставитеся до тих, хто поважає Вас, як людину і учня? У чому справа, Слава, у Вас погано з зором, з логікою чи з почуттям вдячності? Ви змішуєте поняття?

– Зір тут ні до чого, просто я не хочу, щоб мене повчали, що мені робити руками і як рухати ногами, – не здавався Славко, явно маючи на увазі свої досягнення у спорті, і свободу, яку утискували і вдома, і в школі.

– Добре, – сказала тоді «М. Д.», – відкладемо дискусію про внутрішній зір, про свободу, про повагу, вдячність і слухняність до кращих часів.

6

Настав час, ми вже й забули про ту розмову, продовжуючи свої витівки, які вчителями чомусь сприймалися з образою, як неповага з нашого боку.

І ось одного разу ми вкотре пішли в похід, у гори, усім класом, на сірководневе озеро, яке славилось своїми цілющими властивостями: навіть взимку вода у ньому залишалася теплою. Вже в горах, на одній з ділянок шляху, де з одного боку прямовисна стіна, а з іншого – прірва, хоч і неглибока, але все ж прірва, Мар'юшка наша зненацька зупинилася і сказала:

– Ось, настав час зрозуміти, що таке слухняність і повага у житті учня до вчителя.

Ми зупинилися.

– У кого є косинки і шарфики, дайте мені, будь ласка, – попросила «М. Д.».

З її власним шарфом знайшлося усього шість штук.

Вона торкнулася плеча шістьох, розставила їх в потилицю один до одного, а першим – Славка. Потім пов'язала на очі шарфики і косинки, звеліла усім взятися за руки, щоб іти, як незрячі, але ланцюжком. Сама стала попереду, дала руку Славку, а мені очима і кивком голови вказала, щоб я теж підстраховувала з боку прірви. Я мовчки підійшла до самісінького краю дороги з боку прірви.

– Пішли, – сказала Мар'юшка. – Будемо йти п'ятдесят кроків, всі з лівої ноги. Кроком руш! Не збивайтеся, пам'ятайте одне про одного, і про небезпеку зліва і справа.

Ніхто чомусь не жартував, навіть не посміхнувся, хоча видовище було, якщо чесно, – смішним. Усі якось напружились, почали човгати, ледве-ледве пересуваючи ноги.

– Сорок вісім, сорок дев'ять, п'ятдесят, уф...ф...ф! – сказав Славко, і першим зірвав пов'язку з очей, мовчки дивлячись на Марію Дмитрівну.

– Тепер ти призначаєшся провідником.

Коли наша Мар'юшка не сердилася, то зверталася до нас на «ти», а вже якщо «Ви» кому-небудь казала, то всі знали – проштрафився!

– Наступні шість осіб, їхня безпека, життя повністю у твоїх руках, Слава, веди людей, – сказала Мар'юшка надсерйозним тоном.

– Я???

– Так, так, ти, саме ти, – підтвердила «М. Д.».

Славко мовчки повернувся до нас, пов'язав нам пов'язки, взяв мене за руку, і ми пішли над прірвою, не бачивши дороги. Я відчула таку безпорадність, з одного боку, але ще й неймовірну відповідальність за тих, хто йшов слід у слід за мною. Я зрозуміла, що не можна втратити ритм, не можна йти, куди хочеш і як хочеш, можна тільки: рука в руці, нога в ногу, крок за кроком. О-о-о!!! Ото випробування!

Наступну шеренгу Мар'юшка доручила провести мені.

Зрячим провідником виявилось бути ще відповідальніше, до болю у серці. Так, у всякому випадку, було зі мною, я боялася, що хто-небудь зробить крок вправо і розіб'є собі голову об скелю, чи крок вліво, і усі ми опинимося у прірві. Ой, як важко! А яку відповідальність відчуваєш за тих, хто за тобою!

Коли кожний побував у ролі незрячого, а четверо з нас у ролі провідників, то всі так перенапружилися, що замовкли надовго.

– Зараз ми не будемо обговорювати тему слухняності і тему поваги до вчителя, але на привалі зможемо розгорнути дискусію, – сказала Мар'юшка, яка в останній групі пройшла заключною, із зав'язаними очима, щоб бути на рівних з нами. І це нас вразило наповал!

Ніколи більше у нашому класі не виникала потреба говорити про дисципліну, про слухняність, повагу до учителів. Тоді, в горах, усі учні нашого класу зрозуміли, що ми – дуже схожі на незрячих людей у сфері знань, а вчителі намагаються провести нас по вузькому шляху, де справа і зліва – небезпека. Хіба можна було після такого уроку дозволити собі не поважати їхню працю?

Одного разу, перед якимось черговим дводенним походом з ночівлею у горах, куди ми часто ходили усім класом з нашою вже улюбленою Мар'юшкою, мама знову запропонувала мені взяти варену курку. Цей птах виявився таких величезних розмірів, що мені вдалося розрізати його на двадцять п'ять шматочків. Ця кількість відповідала кількості учнів, які йдуть в похід, плюс Мар'юшка. Моему тріумфуванню не було меж. Я попросила маму приготувати «сацिवі» побільше, щоб усім вистачило.

Коли на привалі учні почали викладати харчі на загальний стіл, то я розгорнула свою дрібно порізану курку, поставила літрову банку «сациві», коржі і навіть дві чайні ложечки, щоб зручніше було набирати соус з банки.

Усі хором схвально вигукнули:

– О-о-о!!!

І почали прицмокувати язиками і принохуватися з явним задоволенням.

А коли виявилось, що шматків курки рівно стільки, скільки нас, то Мар'юшка подивилася на мене уважно, вдихнула і видихнула протяжно повітря і сказала тихо.

– Ось бачите, діти, яку взаємну насолоду викликає повага і турбота. Це приносить радість і тим, кому вони призначені, і тим, від кого виходять...

– Турбота! Повага! Ось що мала на увазі тоді, два роки тому, Мар'юшка. Не у жадібності докоряла вона мені, а у відсутності почуття поваги і турботи до всіх «нових», і до неї, нашої вчительки і старшого друга.

І я зненацька чітко побачила ту сцену, але теперішнім своїм поглядом. І знову відчула сором, і мені здалося, що я почервоніла. Мар'юшка помітила мій стан, вона вміла читати не тільки думки своїх учнів, але й відчувати їх почуття. Підійшла до мене, взяла за руку і попросила:

– Заспівай, будь ласка, нашу улюблену пісню... Мар'юшка знала, як зняти напругу – співом. Я любила співати, а

однокласники були найвдячнішими слухачами моїх концертів.

Ось так майстерно, з постійною повагою і турботою до нас ставилася Мар'юшка, виховуючи у кожному зі своїх учнів почуття любові до ближнього, як до самого себе [2, с. 73–92].

Література:

1. *Новий словник української мови.* (2003). Т. 3. П-Я / уклад. В. Яременко, О. Сліпушко. Київ: Вид-во «АКОНІТ».
2. Сапіна І. (2010). *Віхи дорослішання.* Черкаси: Видавець Чабаненко Ю. А.

***Додаток Ж. Навчально-методичний супровід
з дослідження стану культурного фону суб'єктів
педагогічної діяльності у вимірі ціннісного
ставлення до себе, інших, довкілля***

Загальні положення

1. Характеристика окремих складових культурного фону

Проблеми глобального еволюціонізму, як відображення сучасної картини світу у багатоаспектній взаємодії особистості з універсальними законами всесвіту, дають уявлення про базові положення формування комунікативної культури: внутрішньої культури як вияву здатності до самопізнання і професійно-особистісного самовдосконалення і зовнішньої культури як можливості до миролюбної взаємодії у соціокультурному просторі, зокрема в освітньому середовищі.

Хаос у думках, почуттях, бажаннях призводить до руйнування одвічних національних традицій, культурних цінностей, загальнолюдських норм і правил співжиття. На сучасному етапі розвитку людства потрібно призупинити процес беззмістовного руйнування духовно-моральних основ мирного співіснування. У цьому сенсі педагогічна система самопізнання та професійно-особистісного самовдосконалення є ефективним засобом формування культури бажань, емоцій, почуттів, думок, висловлювань, вчинків, що у сукупності складають індивідуальний ресурс сил.

Про актуальність застосування методики «Дослідження стану культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності в сучасній педагогічній практиці» свідчать сьогоденні проблеми щодо духовного оновлення самосвідомості, морального становлення та інтелектуального розвитку особистості в складних умовах зміни світоглядних орієнтирів та соціокультурних пріоритетів сучасності.

Для окреслення кола спеціального впливу на розуміння необхідності підвищення культурних цінностей на засадах самопізнання і професійно-особистісного самовдосконалення доцільним є використання терміну «культурний фон». Поняття «культурний фон» ґрунтується на змістовому навантаженні тлумачень: культура – догляд, поліпшення, ушляхетнення тілесно-душевно-духовних сил, схильностей і здібностей людини, а отже, і ступінь їх розвитку; відповідно розрізняють культуру тіла, культуру душі і духовну культуру [1] і фон – загальні умови, середовище, в якому відбувається якась подія, оточення [1], в контексті проблеми відображає загальні умови, що забезпечують високий рівень особистісно-професійних досягнень у виробничій, суспільній та розумовій діяльності. Таким чином, свідомо потреба починати з себе переосмислення меж дозволеного, за якими відбувається некерований процес руйнування вольового, емоційного, ментального імунітету як базових умов формування внутрішньої культури, стає одним з головних завдань сучасної педагогічної практики.

Для дослідження стану культурного фону, в контексті окремих його складових, визначена так звана «норма», яка забезпечується низкою *загальноприйнятих соціо-культурних умов*, зокрема:

- уміння організувати своє дозвілля: хобі; захоплення туризмом і подорожами; читання книг із подальшим публічним обговоренням; перегляд політичних і культурно-просвітницьких програм, фільмів, що збагачують морально; відвідування театру, виставок образотворчого мистецтва, концертів класичної музики, поетичних вечорів тощо;

- регулярне заняття фізкультурою або спортом як елемент самоорганізації, спрямований на зміцнення сили волі та фізичного здоров'я;

- відсутність хронічних захворювань як виявлений ступінь гармонізації структурно-змістових компонентів

(бажань, емоцій, почуттів, думок) внутрішньої культури суб'єкта, спрямованого до самопізнання;

- відсутність залежності від наркотиків як показник сили волі, що передбачає відмову не лише від уживання наркотичних речовин, а й від сильнодіючих лікарських препаратів;

- відсутність бажання до вживання алкоголю як здатність до самокерування індивідуальним ресурсом сил, що унеможливорює вживання будь-якого виду психостимуляторів, у тому числі слабоалкогольних напоїв, незалежно від обставин: будні, свята, традиції, визначні дати і т. ін.;

- відсутність звички до куріння як здібність розрізняти корисні і шкідливі впливи на емоційно-вольовий та фізичний стан передбачає не лише відмову від куріння, але й профілактично-пропагандистську діяльність у середовищі курців, у тому числі і шляхом особистого прикладу;

- уміння висловлюватися, не застосовуючи нецензурну лексику як показник ментальної працездатності передбачає розвиток необхідного рівня інтелекту, моральності й здорового глузду.

Отже, такі негативні прояви як нецензурна лексика, куріння, алкоголь, наркотики свідомо виведені за межі «норми» культурного фону і є свідченням усталеної суспільної думки, яка формується виключно під впливом справедливих законів, доцільної економіки, чесної політики, гуманного суспільства і миротворчої філософії.

На особливу увагу заслуговує той факт, що на самосвідомість учасників педагогічної співпраці може впливати лише той суб'єкт, який сам не обтяжений перерахованими вище негативними звичками. Досвід переконує, що будь-яка праця (фізична, інтелектуальна, духовна, ментальна) під впливом наркотиків є безперспективною і малоефективною, оскільки суб'єкт, обтяжений наркотичною залежністю, перебуває в несвідомому стані,

тому досягнення якісних показників у його життєдіяльності унеможлиблюється. Доведено, що нетверезий стан під впливом алкоголю, аналогічний до стану запаморочення, який призводить до фальшування знань, спотворення реального ходу подій, нелогічних висновків, тому суб'єкт, «озброєний» алкоголізованим мисленням, є шкідливим й небезпечним для суспільства і як громадянин, і як фахівець. Встановлено, що дурман куріння здатен деформувати свідомість людини: спотворена уява малює бажаний світ, далекий від дійсності, у ньому немає конкретних справ, реальних механізмів для втілення запланованого, а слова й обіцянки є порожніми й лицемірними. Такий суб'єкт не здатний до самостійної діяльності, оскільки перебуває в залежності від своїх звичок: психологія раба не придатна до творення і завдає більше шкоди, ніж користі в справі, на яку було витрачено чимало часу, зусиль, засобів не лише своїх, а й оточення. Не потребує доведення той факт, що нецензурна лексика, яку використовують у повсякденні, породжує навколо джерела її поширення агресію і нерозуміння, безвір'я та страх, робить людину цинічною, свідчить про рівень її невігластва, руйнує ментальний план.

Процес викорінення шкідливих уподобань, схильностей, звичок, як засвідчує досвід, необхідно починати з навчальних закладів з наступним поширенням його на інститути сім'ї і соціуму, із подальшою легалізацією встановленої «норми» в усіх сферах соціокультурного простору. Суб'єкти педагогічної діяльності, які не відповідають зазначеній «нормі» культурного фону, потребують особливого дослідження з застосуванням заходів щодо визначення їхньої подальшої професійної придатності як майбутніх фахівців.

Окремі складові культурного фону дають підстави для структурування суб'єктів педагогічної діяльності за визначеними показниками на три характерні групи, які знаходяться поза межами означеної «норми». Серед них найчисленнішу групу (за результатами проведеного

дослідження) складають ті, хто використовує в мовленні нецензурну лексику. *Перша група* (її умовно можна назвати групою найбільш наближеною до нижньої межі «норми»), вимагає вживання невідкладних заходів із самопізнавальної діяльності з використанням різноманітних форм педагогічного впливу: індивідуальних бесід, анкетування, тестування, проведення диспутів, семінарів, лекцій, екскурсій, залучення до активного суспільного життя [108]. *Друга група*, яка характеризується схильністю до використання у спілкуванні не лише нецензурних слів, але й вживанням алкоголю та курінням, складніше піддається профілактичному впливу і потребує спеціальних заходів, передбачених індивідуальними оздоровчими програмами, які проводять кваліфіковані психологи. Особливо важко піддається виховним впливам третя група, яку складають ті, хто регулярно вживає наркотики, алкоголь, палить і нецензурно висловлюється. Суб'єкти третьої групи потребують оздоровчих заходів у спеціалізованих міжвузівських установах зі штатом психоаналітиків, психологів, психіатрів-наркологів, які б не лише лікували, але й з'ясовували можливості до подальшого навчання та майбутньої професійної діяльності: повернення до занять або продовження лікування в спеціальних стаціонарних закладах, з імовірним відрахування з навчального закладу як «професійно не придатного».

На сучасному етапі розвитку самосвідомості дослідження культурного фону є необхідною і достатньою умовою формування внутрішньої культури розумно мислячого суб'єкта педагогічної діяльності (педагога і вихованця) і, як наслідок, досягнення високого рівня комунікативної педагогічної культури, зростання моральності, педагогічної майстерності та професіоналізму. Прийнята більшістю (понад 51% спільноти) означена «норма» дозволяє сформулювати новий моральний образ розумно мислячого суб'єкту педагогічної діяльності, запобігти розповсюдженню

нерозсудливості, безкультур'я, бездуховності, впровадити в педагогічний процес методики самопізнавальної діяльності. Такий процес є складним, багатовекторним та водночас творчим, оскільки вимагає взаємозумовленості бажань, можливостей, здібностей всіх учасників педагогічної співпраці, спрямованих на досягнення високого рівня комунікативної культури.

2. Структура та зміст анкети «Окремі складові культурного фону суб'єкта педагогічної діяльності»

Реалізація пропонованої самодіагностичної методики з дослідження стану культурного фону визначається низкою істотних вимог, зокрема: структурно-змістовими параметрами (окремими складовими), необхідними умовами, якісними показниками. В сукупності вони складають «норму» культурного фону, наближення до якої свідчить про ефективність означеної методики. Дослідження проводиться методом анкетування, який передбачає отримання інформації на основі анкети «Окремі складові культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності» (додаток А).

Структурно анкета складається з шести інформаційно-аналітичних блоків і має такий формат. Змістовно анкета поділяється на адресний блок (1-й блок, який надає загальну характеристику респондента: стать, вік, соціальне походження – і має статус анонімного), функціонально-аналітичні блоки (2-й, 3-й, 4-й, 5-й, які дозволяють визначити ставлення до досліджуваної вади: використання нецензурних слів, паління, уживання алкоголю і наркотиків, з'ясувати причину її виникнення, окреслити умови формування, дізнатися про вік, у якому сформувалася зазначена залежність, дають можливість опитуваному висловити власне ставлення до вади, продемонструвати прагнення або небажання позбутися її)

та аналітико-прогностичного (6-й блок, який відображає читацький інтерес до літератури різних напрямів та складає певне уявлення про цілеспрямованість респондента до формування свого інтелекту та духовного збагачення).

Запитання у блоці – закриті і передбачають альтернативну відповідь «так», «ні». Опитуваний відзначає тільки той варіант із повного набору відповідей, який збігається з його думкою. Підвищенню рівня достовірності відповідей сприяє закладена в анкеті можливість ухилитися від відповіді на певні запитання, висловити невизначену думку – «не задумувався».

Для перевірки компетентності та щирості респондента до анкети включено дублюючі запитання (в кожному інформаційно-аналітичному блоці), що дає змогу визначити ставлення респондента до вади, виявити прагнення позбутися негативних рис, усвідомити шкоду від їхнього впливу на фізичне й моральне здоров'я, а також мотиваційну спрямованість, яка дозволяє з'ясувати головну причину виникнення вади серед запропонованих. Таким чином, анкетування дає можливість виявити здатність до аналізу особистих бажань і почуттів, зорієнтувавши респондента на об'єктивне оцінювання власних досягнень або невдач. Принцип анонімності, закладений в анкеті, зумовлює якість емпіричної інформації.

3. Анкета «Окремі складові культурного фону суб'єкта педагогічної діяльності»

БЛОК 1

Зазначте, будь ласка:

- 1.1. Свою стать: чол. _____ жін. _____
- 1.2. Свій вік _____
- 1.3. Місце свого проживання: місто _____ село _____
- 1.4. Назву навчального закладу (ВНЗ, школа) _____
- 1.5. Дату заповнення _____

БЛОК 2

- 2.1. Чи використовуєте Ви нецензурні слова в побуті?
так ні
- 2.2. Якщо відповідь «так», то зазначте причину, що спонукала Вас використовувати нецензурні слова:
 наслідування батьків, старших
 наслідування друзів
 наслідування кіногероїв (акторів, співаків тощо)
 тому що більшість з оточення використовує в розмові нецензурні слова (мода)
 тому що подобається (звук)
 не визначився
- 2.3. Коли Ви вперше нецензурно висловилися?
до 10 років до 16 років після 20 років
- 2.4. Чи замислювалися Ви, що нецензурні слова негативно впливають на здоров'я оточення?
так ні
- 2.5. Чи усвідомлюєте Ви, що нецензурні слова руйнують психіку людини?
так ні
- 2.6. Чи намагались Ви відмовитись від використання нецензурних слів у побуті?
так ні

БЛОК 3

- 3.1. Дайте відверту відповідь на запитання: «Ви курите?»
так ні
- 3.2. Якщо відповідь «так», то зазначте причину, що спонукала вас до куріння:
 наслідування батьків, старших
 наслідування друзів
 наслідування кіногероїв (акторів, співаків тощо)
 тому що більшість з оточення курить (мода)
 тому що подобається (звук)
 не визначився

- 3.3. Коли Ви спробували вперше курити?
до 10 років до 16 років після 20 років
- 3.4. Чи усвідомлюєте Ви, що тютюнокуріння – це шкідлива звичка?
так ні
- 3.5. Чи намагалися Ви покинути курити?
так ні
- 3.6. Чи замислювалися Ви про здоров'я нащадків?
так ні

БЛОК 4

- 4.1. Дайте відверту відповідь на запитання: «Чи вживаєте Ви алкоголь?»
так ні
- 4.2. Якщо відповідь «так», то зазначте причину, що спонукала Вас до вживання алкоголю:
 наслідування батьків, старших
 наслідування друзів
 наслідування кіногероїв (акторів, співаків тощо)
 тому що оточення вживає алкогольні напої (мода)
 тому що подобається (звик)
 не визначився
- 4.3. Коли вперше Ви спробували алкоголь?
до 10 років до 16 років після 20 років
- 4.4. Чи знаєте Ви, що вживання алкоголю негативно впливає на розумову діяльність людини?
так ні
- 4.5. Чи намагалися Ви відмовитися від вживання алкоголю?
так ні
- 4.6. Чи замислювалися Ви про здоров'я нащадків?
так ні

БЛОК 5

5.1. Дайте відверту відповідь на запитання: «Чи вживаєте Ви наркотичні речовини?»

так ні

цигарки з наркотичними речовинами:

так ні

пігулки:

так ні

ін'єкції:

так ні

5.2. Якщо відповідь «так», то зазначте причину, що спонукала Вас до вживання наркотиків:

- наслідування батьків, старших
- наслідування друзів
- наслідування кіногероїв (акторів, співаків тощо)
- тому що оточення вживає наркотики (модно)
- тому що подобається (звик)
- не визначився

5.3. Коли вперше Ви спробували наркотики:

до 10 років до 16 років після 20 років

5.4. Чи намагалися Ви відмовитися від уживання наркотиків?

так ні

5.5. Чи знаєте Ви, що вживання наркотичних речовин руйнує ментальну діяльність?

так ні

5.6. Чи замислювалися Ви про здоров'я нащадків?

так ні

БЛОК 6

6.1. Які книжки Ви читаєте?

- про кохання
- детективи
- про політику

- наукові праці: монографії, енциклопедії, словники, статті тощо
- поезії
- філософські твори
- Святе Писання

6.2. Чи знаєте Ви, що знання – це духовна сила?

- так ні не замислювався

4. Методичні рекомендації з проведення психолого-педагогічного анкетування «Окремі складові культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності»

Об'єктивність самоаналізу з дослідження стану культурного фону суб'єкта педагогічної діяльності (випадковість наданих відповідей), ступінь широті корегується безпосередньо методикою проведення анкетування, в основу якої покладено принципи співробітництва, взаємоповаги, рівноправ'я і свободи вибору: «Чи хочу я добровільно брати участь у пропонуваному дослідженні індивідуального ресурсу сил?».

Зниження рівня страху, що перешкоджає неупередженому самооцінюванню респондента, досягається гарантуванням дотримання принципів анонімності й невторчання, наданням права добровільної участі в процесі анкетування.

Активізація респондента до об'єктивного самоаналізу та самооцінки із створення індивідуального портрету за окремими складовими культурного фону реалізується методом переконання у вигляді бесіди на зразок: «Відомо, як непросто об'єктивно оцінити себе, оскільки страх побачити свою недосконалість перешкоджає цьому. Однак здатність подолати в собі відчуття небезпеки й сорому, побачити себе не таким, як звик усвідомлювати в думках, відкриває перед людиною необмежені можливості для творчості, робить її рішучою, правдивою і вдячною за надані життям умови пізнати себе, свої здібності і свої

внутрішні сили. Тому максимально правдиві відповіді на запропоновані запитання є кроком до безстрашності – кроком до самотворення та творчої самореалізації». Такі прості, невимогливі звернення дозволяють респонденту наблизити свої відповіді до достатнього ступеня щирості, виявити відповідальне ставлення до самоаналізу, з'ясувати щирість намірів, побачити себе без прикрас. Виконання поставлених завдань, послідовна відповідь на запропоновані в анкеті запитання сприяють об'єктивному та адекватному аналізу особистих уподобань, схильностей і звичок, надають можливість трансформування негативних проявів у структурі індивідуального ресурсу сил.

У підсумку проведеного анкетування рекомендується стисла завершальна бесіда, яка ґрунтується на достовірних фактах наукових досліджень про руйнівний вплив нецензурних, вульгарних слів на свідомість людини і спонукає учасників самоаналізу до роздумів про категорії «добра» і «зла», наближає до розуміння необхідності свідомого вибору свого подальшого життєвого спрямування.

Зміцненню довіри як необхідної складової взаємоповаги між учасниками педагогічної співпраці сприяє об'єктивація самооцінки особистісно-професійних якостей в структурі індивідуального ресурсу сил. Досвід засвідчує, що оцінити іншого з мінімальним виявом суб'єктивізму може лише той, хто здатний об'єктивно оцінити особистий рівень самосвідомості, свої знання та вміння.

5. Відомість зведених даних з проведеного анкетування Загальні показники

Навчальний заклад (однорідна соціальна група тощо)

Дата проведення анкетування _____

№ з/п	Назва аналізованого компонента блоку	Кількісний показник	Відносний показник (%)
Результати блоку № 1			
1.1	Стать: чоловіча		
	жіноча		
1.2	Вік: до 10 років		
	до 18 років		
	понад 20 років		
1.3	Місце проживання: місто (у тому числі жіночої статі)		
	село (у тому числі жінки)		
1.4	Загальна кількість опитаних, що не використовують ненормативну лексику, не курять, не вживають алкоголь та наркотики (тому числі жінки)		
1.5	Індекс культури «ІК» (відносна величина кількості респондентів, хто не має зазначених вад до кількості респондентів, хто має зазначені вади)		
Результати блоку № 2			
2.1	Загальна кількість тих, хто використовує ненормативну лексику (у тому числі жінки)		
2.2	Причини, що спонукають до використання ненормативної лексики:		
	наслідування батьків, доросліших (у тому числі жінки)		
	наслідування друзів (у тому числі жінки)		
	наслідування кіногероїв, артистів, співаків тощо (у тому числі жінки)		
	тому, що більшість з оточення використовує у розмові ненормативну лексику, мода (у тому числі жінки)		
	тому, що подобається, звук (у тому числі жінки)		
	не визначився, звук (у тому числі жінки)		

2.3	Коли вперше нецензурно висловився:		
	до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
2.4	Коли вперше нецензурно висловився і продовжуєте:		
	до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
2.5	Чи замислювалися, що нецензурні слова негативно впливають на здоров'я оточення:		
	так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
2.6	Чи знаєте, що куріння руйнують психіку:		
	так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
Загальний показник «НС» (у тому числі жінки)			
Результати блоку № 3			
3.1	Загальна кількість тих, хто курить (у тому числі жінки)		
3.2	Причини куріння:		
	наслідування батьків, доросліших (у тому числі жінки)		
	наслідування друзів (у тому числі жінки)		
	наслідування кіногероїв, артистів, співаків тощо (у тому числі жінки)		
	тому, що більшість з оточення використовує у розмові ненормативну лексику, мода (у тому числі жінки)		
	тому, що подобається, звук (у тому числі жінки)		
	не визначився (у тому числі жінки)		

3.3	Коли вперше почав курити: до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
3.4	Коли вперше почав курити і продовжуєте: до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
3.5	Чи замислювалися, що куріння – шкідлива звичка: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
3.6	Чи замислювалися про здоров'я нащадків: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
3.7	Чи намагалися покинути курити: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
Загальний показник «КР» (у тому числі жінки)			
Результати блоку № 4			
4.1	Загальна кількість тих, що вживають алкоголь		
4.2	Причини, що спонукали до вживання алкоголю: наслідування батьків, доросліших (у тому числі жінки)		
	наслідування друзів (у тому числі жінки)		
	наслідування кіногероїв, артистів, співаків тощо (у тому числі жінки)		
	тому, що більшість з оточення використовує у розмові ненормативну лексику, мода (у тому числі жінки)		
	тому, що подобається, звик (у тому числі жінки)		
	не визначився (у тому числі жінки)		

4.3	Коли вперше почав вживати алкоголь:		
	до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
4.4	Коли вперше почав вживати алкоголь і продовжує:		
	до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
4.5	Чи замислювалися, що вживання алкоголю шкідливо впливає на розумову діяльність людини:		
	так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
4.6	Чи замислювалися про здоров'я нащадків :		
	так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
4.7	Чи намагалися покинути:		
	так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
Загальний показник «АЛК» (у тому числі жінки)			
Результати блоку № 5			
5.1	Загальна кількість тих, що вживають наркотики (у тому числі жінки)		
5.2	Причини, що спонукали до вживання наркотиків:		
	наслідування батьків, доросліших (у тому числі жінки)		
	наслідування друзів (у тому числі жінки)		
	наслідування кіногероїв, артистів, співаків тощо (у тому числі жінки)		
	тому, що більшість з оточення використовує у розмові ненормативну лексику, мода (у тому числі жінки)		
	тому, що подобається, звук (у тому числі жінки)		
	не визначився (у тому числі жінки)		

5.3	Коли вперше почав вживати наркотики: до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
5.4	Коли вперше почав вживати наркотики і продовжуєте: до 10 років		
	до 16 років		
	після 20 років		
5.5	Чи замислювалися, що вживання наркотиків руйнує розумову здатність людини: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
5.6	Чи замислювалися про здоров'я нащадків: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
5.7	Чи намагалися покинути: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
Загальний показник «АЛК» (у тому числі жінки)			
Результати блоку № 6			
6.1	Загальна кількість тих, що читає книжки (у тому числі жінки)		
	про кохання(у тому числі жінки)		
	детективи (у тому числі жінки)		
	про політику (у тому числі жінки)		
	наукові праці: монографії, енциклопедії, словники тощо (у тому числі жінки)		
	поезії (у тому числі жінки)		
	філософські твори (у тому числі жінки)		
	Святе Писання (у тому числі жінки)		

6.2	Чи знаєте, що знання – це духовна сила: так (у тому числі жінки)		
	ні (у тому числі жінки)		
Загальний показник читацького інтересу «ЧІ» (у тому числі жінки)			

Дослідження стану культурного фону суб'єктів педагогічної діяльності проводиться відповідно до нижньої границі «норми», яка визначається окремими її складовими, зокрема: відсутністю залежності від наркотичних речовин; відсутністю пристрасті до вживання алкоголю; відсутністю звички палити; відсутністю у мовленні нецензурних слів; наявністю читацького інтересу до художньої, політичної, професійної та філософської літератури, Святого Письма.

6. Оцінювання рівня сформованості культурного фонду

Кількість умовних балів	Рівень сформованості комунікативної культури	Характеристика рівня сформованості комунікативної культури	Особливості індивідуального ресурсу сил	Границя культурного фонду	Рекомендації
> 98	Високий рівень	Відображає здатність до системного само-вдосконалення	Відкритий. Відвертий (стійкий вольовий, емоційний, ментальний імунітет)	Верхня границя культурного фонду	Системне особистісно-професійне само-вдосконалення
97–83	Достатній рівень	Відображає здатність до свідомого самопізнання	Правдивий. Здивований самою та оточенням	Середня границя культурного фонду (самоорганізація)	Свідоме застосування технології формування комунікативної культури засобами самопізнання
82–68	Середній рівень	Відображає наявність недосконалостей в індивідуальному ресурсі сил	Упертий. Неправдивий. Перебільшення чи применшення у сприйнятті зовнішнього середовища	Нижня границя культурного фонду (вживання нецензурних слів)	Самообмеження. Рекомендовано опанування технологією формування комунікативною культурою засобами самопізнання

Продовження таблиці Оцінювання рівня сформованості культурного фону

Кількість умовних балів	Рівень сформованості комунікативної культури	Характеристика рівня сформованості комунікативної культури	Особливості індивідуального ресурсу сил	Границя культурного фону	Рекомендації
67–53	Низький	Відображає наявність недоліків в індивідуальному ресурсі сил	Хитрий. Очевидне сприймає за дійсне. Підлесник. Уявне сприймає за дійсне	Низький рівень вольового імунітету (вживання нецензурних слів, алкоголю, куріння)	Потребує додаткових консультацій психолога
52–38	Наднизький	Відображає наявність вад в індивідуальному ресурсі сил	Лицемірний. Сприймає бажане за дійсне	Залежність від стороннього впливу (вживання алкоголю та наркотиків)	Потребує допомоги психоаналітика, психотерапевта
< 37	Рівень ментальної деградації	Відображає руйнацію індивідуального ресурсу сил	Фальшивий. Викривлення дійсності	Стижка залежність від вади	Підлягає ізоляції з соціокультурного середовища

Наукове видання

Т. В. Черкашина

**ЦІННІСНО-СМИСЛОВА СФЕРА СУБ'ЄКТА
ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ВИМІРІ
ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО
САМОВДОСКОНАЛЕННЯ**

*Навчально-методичний посібник
для післядипломної освіти педагогічних працівників*

Технічний редактор – Ю. Чабаненко
Коректор – Л. Тимошенко
Верстка – А. М. Зоря

Підписано до друку 2.06.2022.
Формат 60x84 1/16. Папір офсетний.
Умов. друк. арк. 15,86. Гарнітура Neuristica.
Зам. № 1256. Тираж 300 прим.

Видавець: Чабаненко Ю. А.
Свідоцтво про внесення
до Державного реєстру видавців
серія ДК № 1898 від 11. 08. 2004 р.
Україна, м. Черкаси, вул. О. Дашковича, 39
Тел: (096) 288 13 36, (050) 442 50 65
E-mail: office@2upost.com

Друк ФОП Чабаненко Ю. А.
Україна, м. Черкаси, вул. О. Дашковича, 39
Тел: (096) 288 13 36, (050) 442 50 65
E-mail: office@2upost.com

