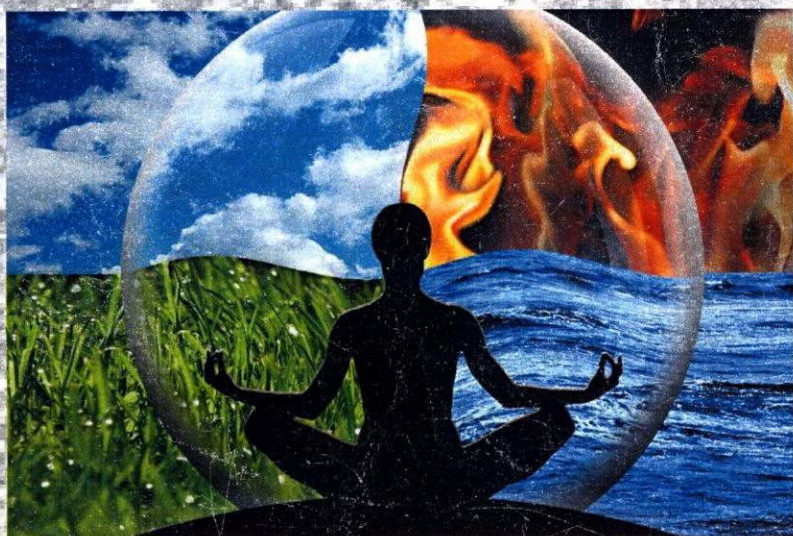


И.Ә. Абеуова, Б.П. Мырзатаева,  
Т.Н. Қараева

# **ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ ДАМУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ**



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ  
МИНИСТРЛІГІ  
ҚАЗАҚ МЕМЛЕКЕТТІК ҚЫЗДАР ПЕДАГОГИКАЛЫҚ  
УНИВЕРСИТЕТІ

**И.Ә. АБЕУОВА, Б.П. МЫРЗАТАЕВА,  
Т.Н. ҚАРАЕВА**

**ӨЗІН-ӨЗІ ТАҢУ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ  
ДАМУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ  
НЕГІЗДЕРІ**

*ОҚУ ҚҰРАЛЫ*

«ТҰРАН» УНИВЕРСИТЕТІНІҢ

ОҚУ ЗАЛЫ \_\_\_\_\_

«Қыздар университеті» баспасы  
Алматы 2015

УДК 159.9(075.8)

ББК 88.52я7

А 15

*Қазақ мемлекеттік қыздар педагогикалық университетінің  
Редакциялық баспа кеңесі ұсынған*

*Пікір жазғандар:*

**Қожахметова К.Ж.** – пед. ғылым. докторы, профессор;

**Бапаева М.Қ.** – психол. ғылым. кандидаты, доцент.

**А 15 Абеуова И.Ә., Мырзатаева Б.П., Қараева Т.Н.**

**Өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамытудың теориялық негіздері:**

*Оқу құралы.* – Алматы: «Қыздар университеті» баспасы, 2015-  
164 б.

ISBN 978-601-224-663-6

Оқу құралында өзін-өзі танудың теориялық-әдіснамалық негіздері, өзін-өзі танудың жалпы сипаттамасы мен үрдіс ретіндегі мақсаттары, мотивтері, тәсілдері, нәтижелері, сәйкестендірілу және рефлексия туралы теориялық мәліметтер берілген. Сондай-ақ өзін-өзі дамытудың жалпы сипаттамасы, адамның өзін-өзі дамытуы, ішкі дүниесінің қалыптасуы мен өмірлік жолы, өзін-өзі дамытудың механизмдері ретіндегі өзін-өзі қабылдау мен өзін-өзі болжау мәселелері неғұрлым толық баяндалады.

Оқу құралы жоғары оқу орындары мен орта кәсіби білім беру мекемелерінің оқытушыларына, жалпы білім беретін мектеп мұғалімдеріне, студенттерге, жалпы өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамыту проблемаларымен айналысатын адамдарға арналған.

**УДК 159.9(075.8)**

**ББК 88.52я7**

ISBN 978-601-224-663-6

© Абеуова И.Ә., Мырзатаева Б.П., Қараева Т.Н, 2015

© «Қыздар университеті» баспасы, 2015

## КІРІСПЕ

Бүгінде Қазақстан Республикасы жаңа мың жылдықтағы білім беру міндеттерін шешу мақсатында өз халқының діліне және уақыттың рухына сай келер ұлттық білім беру үлгілерін ұсыну үстінде. Білім берудің бұл ұлттық үлгісі әлемдік стандарттар мен нормативтерге жауап беретін шетелдік білім беру бағдарламаларын, педагогтық инновациялар мен жаңа технологияларды саралап, өзіне әлемдік тәжірибені сіңіріп отыр. Әрине бұл тәжірибе қазақ халқының ұлттық мінезін, оның сан ғасырлы еуразиялық бауырластығынан туған мәдени-тарихи ерекшелігін танытатындай етіп өңделіп, меңгерілуі тиіс.

Осы орайда Қазақстан «базалық білім» ұғымын түбегейлі өзгертетін бала құқығы жайлы Конвенцияның және білім жөніндегі Бүкіл әлемдік декларацияның бағдарламалық тұрғыларына сүйенеді. Алайда білім беру жүйесінде ертеректе ең алдымен ғылым негіздерін меңгеру мен сауаттылыққа көңіл бөлінсе, қазіргі базалық білім – мейірімділік, әділдік, махаббат, зорлық көрсетпеу, бақыт, дұрыс мінез-құлық сияқты адами құндылықтарды білу және соларды оқытуды мақсат етеді.

Осы орайда еліміздің бірінші ханымы С.А. Назарбаеваның идеясының негізінде рухани-адамгершілік «Өзін-өзі тану» пәні оқу орындарының бағдарламасына енгізілді. Адамның өзін-өзі тану проблемасының ауқымы кең және ғылыми негіздері де күрделі. Осы мәселенің бір шешімі ретінде аталмыш оқу құралын ұсынып отырмыз.

Ежелгі философтардың бірі: «Адам — барлық заттардың өлшемі» деген сөз қалдырған екен. Ал адамның өзінің өлшемі не? Жауап, сірә, айқын болар — оның істері мен әрекеттері. Нақ істері мен әрекеттері бойынша адамның құндылықтары туралы, оның тұлға ретіндегі кемелділігі туралы жорамалдайды. Егер назарымызды іс-әрекет нәтижесінен (істері мен әрекеттерінен) адамның өзіне аударатын болсақ және өзімізге: Адам ненің есебінен іс-әрекет жасауға қабілетті болады? (яғни, адамның өзінің құндылығы неден тұрады?) деген тағы бір сұрақ қойсақ, онда жауаптар мүлде бірімәнді болмайды. Біреу таланттан үміттенеді, басқалары — өзге адамдармен қарым-қатынас құра алудан үміттенеді, ал тағы біреулер өмірдегі және еңбектегі табыстарын сәтті қалыптасқан жағдайлармен түсіндіреді.

Психолог бұл сұраққа: «адамның құндылығы тек оның істері мен әрекеттерінен ғана емес, оның үнемі өзімен жұмыс істей алуынан, өзін-өзі жетілдіруінен, барған сайын өзінің мүмкіндіктерін терең танып, оларды өз өмірінде және іс-әрекетінде пайдалана алуынан тұрады» деп жауап береді. Шынында да, тек үнемі өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамыту ғана өзінің сарқылмас тұлғалық және шығармашылық әлеуетін ашып, осы әлеуетін толық пайдалана алатын өмір тіршілігінің салаларын айқындау құралы болып табылады. Қабілетті, тіпті талантты адамдардың өздері белгілі бір табыстарға жеткен соң, көңілі жайланып, өзімен жұмыс істеуді тоқтатудың нәтижесінде бұрын қол жеткізгендерінен де айрылып қалған жағдайлардың аз еместігі белгілі.

Өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамытудың құндылығын бекіту көптеген діни, философиялық, психологиялық-педагогикалық тұжырымдамаларда қарастырылған. Мысалы, Ежелгі Шығыстың діни сенімінде өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамытудың тұтастай дәйекті жүйесі жасалды. Олар адамның шынайы мәнін түсіну, Бүкіл Әлеммен бірігу құралы ретінде көрінді. Христиандықта өзін-өзі тану өзіндегі діни бастаманы ашу, ал өзін-өзі дамыту — сенім мен шіркеудің құпияларына қатысу арқылы Құдайды түсіну жолы.

Ізгілікке бағдарланған психология мен педагогикада өзін-өзі өзектендіруге қажеттілік адамның жоғары қажеттілігі ретінде қарастырылады, оны қанағаттандыру адамның өзін толық жүзеге асыруына, оның өмірі мен тағдырына жазылған миссиясы мен тағайындалуын орындауына мүмкіндік береді.

Тек осы жағдайда ғана ол өзінің өмір сүруінің мәніне жетеді, ол айналадағылар таңған адам емес, өзі кім болуға қабілетті болса, сол болады.

Айтылғандардың барлығы өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамыту не екендігі, өмірде олар қандай рөл атқаратыны, олардың қызмет ету механизмдері қандай екені, түрлі жас кезеңдерінде қалай дамытыны, өзін қалай және ненің көмегімен тануға болатыны және т.б. көптеген нәрселер туралы білімдерді талап етеді. Ұсынылып отырған оқу құралы осы мәселелерді қарастырады.

«Өзін-өзі танудың теориялық-әдіснамалық негіздері» деп аталатын I-бөлімде интегративті курс ретіндегі «Өзін-өзі тану» пәнін ғылыми-әдіснамалық негіздеуде маңызды болып табылатын философиялық, педагогикалық және этнопедагогикалық, мәдени-

лік тұрғылар бойынша тұжырымдамалардың негізгі қағидалары қысқартылып беріліп отыр.

«Өзін-өзі танудың теориялық негіздері» деп аталатын 2-бөлімде өзін-өзі тану түсінігі беріледі, оның адам өміріндегі маңызы ашылады, өзін-өзі танудың аумақтары мен аймақтары сипатталады, өзін-өзі танудың адамның өзіндік санасының құрылымдық компоненті болып табылатыны көрсетіледі. Өзін-өзі танудың үрдістік жағына, оның амалдары мен құралдарына, механизмдеріне және өзін-өзі танудың бөгеттеріне ерекше көңіл аударылады.

«Өзін-өзі дамытудың теориялық негіздері» деп аталатын 3-бөлімге «даму» және «өзін-өзі дамыту» ұғымдары ендіріліп, өзін-өзі дамытудың кезеңдері сипатталады, оның формалары: өзін-өзі таныту, өзін-өзі жетілдіру, өзін-өзі өзектендіру механизмдері мен өзін-өзі дамытудың бөгеттері ашылып көрсетіледі.

# І БӨЛІМ. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ- ӘДІСНАМАЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ

## 1-тарау. ОҚУ ПӘНІ РЕТІНДЕГІ «ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ» БІЛІМ БЕРУ ЖҮЙЕСІНДЕГІ ОРНЫ МЕН РӨЛІ

### 1.1 Рухани-адамгершілік білімнің философиялық тұрғысы

Адамзаттың рухани тәжірибесінің байлығы философия болып есептелетіндіктен, «Өзін-өзі тану» пәнінің әдіснамалық-теориялық негіздемесін алғашқылардың бірі болып жасап, өз тұжырымдамаларын ұсынған отандық философ-ғалымдар А.Н.Нысанбаев пен Г.Г.Соловьева. Бұл ғалымдардың пікірінше, «өзін-өзі тану» пәнінің мақсаты — рухани білімді, біртұтас адамды, Жаһандану дәуірінде өмір сүруге және бақытты болуға қабілетті Қазақстан және Ғаламшар азаматын қалыптастыру, сондай-ақ ол қоршаған әлемді қорғап және сақтай алатын, өмір сүру бейнесі басқа адамдарды түсініп, әртүрлі елдердің мәдениетіне және өмірлік тәжірибесіне құрмет көрсетіп, өзінің ұлттық әлем үлгісін дамытып, қорғай алатын болуы керек.

Бұл мақсат келесі күрделі міндеттерді шешуді ұйғарады:

- Қазақстан Республикасындағы педагогикалық парадигманың өзгеруіне мүмкіндік туғызу, еуропа орталықтандырылған және онымен байланысты рационализмді жеңіп, руханилықтың басым болуына қайта бағдарлану;

- гуманитарлық және жаратылыстану ғылыми білімдердің интеграциялық қағидасын жүзеге асыру, барлық оқытылатын пәндерді адам тұлғасына түйіндеп, оқу жоспарлары мен бағдарламаларын қайта құру және топтастыру (барлық білім — адам үшін және адам арқылы).

- адам мен әлемнің үйлесімділігінің қалыптасуына, рухтануды тереңнен сезінуге, табиғаттың өзіндік құндылығын, оның құдіретті шығу тегі мен адамның Құдай алдында өз тағдырына ғана емес, сонымен қатар Жер бетіндегі барлық тіршіліктің тағдырына да жауапкершілігін қалыптастыруға мүмкіндік туғызу;

- адами қасиеттер мен рақымшылықтың үйлесімділігін қалыптастыру: *интеллектуалдық* (сыни тұрғыда ойлауға қабілеттілік; білуге құмарлық (эуестік), шығармашылық ізденіс, проблема

кою және шеше білу, жаңа теориялар мен тұжырымдамалар жасай алу, қазіргі ақпараттық қоғам тілін игерген сауатты маман болу); *әлеуметтік* (басқаны тыңдай және түсіне білу; өз ұстанымын қорғай отырып, қарама-қайшы көзқарастар мен ой-пікірлерге құқығын мойындау; өзінің әлеуметтік және азаматтық жауапкершілігін түсіне отырып, шешім қабылдауға қабілетті болу; кез келген дау-дамайдың шешілу әдістері мен амалдарын таба білу; серіктестік пен бірлескен қызметкерлікке қабілетті болу; өмірдің барлық саласына демократияны енгізуге бағытталған мінез-құлықтың демократиялық стилін игеру; сайып келгенде, өзін Қазақстан Республикасының және бір мезгілде дүниежүзінің азаматы ретінде түсіну); *рухани-адамгершілік*. Бұл сфера негізге алынатындығымен, жетекшілігімен және мәнділігімен ерекшеленеді: махаббатқа қабілеттілік, өмірге сүйіспеншілікпен қарау; зорлық пен қатыгездіктен бас тарту; мейірімділік пен жан ашу стратегиясын бекіту; табиғат пен әлеуметтік ортаны рухтандыру; рухани өзін-өзі жетілдіруді, әділ мінез-құлықты шамалайтын, рухани жетілгендіктің айғағы ретіндегі шынайы бақытқа (жалған емес) кенелу;

- адам тұлғасында, әсіресе, қазіргі полифониялық (көп дауысты), көп нұсқалы қоғамға қажетті сапаларды тәрбиелеу: планетарлық мәдени тұрғының бірлігі мен тұтастығын сақтай отырып, әртүрлілікке бағдарлау. Бүгінгі жағдай мәдениеттің, экономиканың, әлеуметтік құрылымдар мен кодтардың децентрализациясымен, ұлттық-мәдени түрлілікті қалпына келтірумен сипатталады. «Өзін-өзі тану» ұлттық, туған мәдениетке тереңдеп еруге мүмкіндік береді. Өйткені тек өз туған анасын сыйлайтын адам ғана басқа адамдарды сыйлап, бағалай алады;

- түрлілікті (этностық, жыныстық, жас ерекшелік) сақтауға бағдарлауда рухани-адамгершілік бірлікпен, махаббат пен ізгілікті сақтайтын жалпыадамзаттық құндылықтармен қамтамасыз етілген, адамзаттың тұтастығын түсінуге жағдай жасау.

«Өзін-өзі тану» пәні, демек, анық түсініктен бастау алуы керек: Әлем деген не? Адамның мәні неде? Біз нені және қандай мақсатпен танимыз? Нені бекітеміз, тәрбиелейміз, дамытамыз, жетілдіреміз, өзектендіреміз? Әрине, «Өзін-өзі тануды» материалістік психология рухында түсінуге де болады. Сонда, бұл жанжалдардан қаша отырып, әлеуметтік ортада өзін бекітудегі және көрсетудегі, сондай-ақ кәсіптік жетістік пен қызметтік



серіктестік «бағытында өзін-өзі жетілдірудегі» өзінің мінезі, әдеттері, қабілеттері, темпераменті туралы прагматикалық, утилитарлық (тәжірибелік) білім. Маңызды міндет пе? Сөзсіз. Бірақ шабыттандырмайтын, жеткіліксіз міндет. «Өзін-өзі тануды» философия тұғырынан рухани шыңға шығу, рухани іс-әрекет тәжірибесі ретінде түсінуге болады. Сонда адам ішкі дүниеге тереңдеу, іштей тазару, үйреншікті сананың таптауырындарынан босану арқылы, Болмыс пен болмыстың Мәніне, руханилықтың жарығы мен аспанына көтеріледі.

Философиялық парадигманың ауысуы міндетті түрде өзімен бірге педагогикалық парадигманың алмасуына, тек философиялық материализм ғана ғылыми және зиялы мемлекет сипатына сәйкес деп түсініп, соның қағидаларына бағдарланған білім берудің мәнін, мақсаты мен міндеттерін терең қайта ойлауға ықпал етеді.

...Ғаламтордың гипершынайылығы қалыптасатын постиндустриалды мәдениет пен постмодернистік шақыру әлемінде адам да ақпараттық, коммуникативті ағымдар тоғысына орналаса бастайды, жаһандану үдерісі мен экономикалық және білім беру құрылымдарының кірігуі қарқын ала түседі. Осындай әлемде өзара түсіністікке, *рухани* келісімге, бірліктің жаңа пішімдері мен «күш көрсетпеушіліктің синтезіне» деген қабілеттілік маңызды бола түседі.

«Өзін-өзі танудың» қойып отырған міндеттері мен одан да жоғары міндеттері бір пәннің аумағынан асып түседі. «Өзін-өзі тану» Қазақстан Республикасындағы білім беру үдерісін дүниетанымдық өзгертудің нақты бастамасы» деп анық тұжырымдауға болады. Бірақ та осындай күрделі де, бірінші дәрежедегі міндетті сәтті түрде жүзеге асыру үшін философия, психология, педагогика, мәдениеттану, гендерлік пәндер, саясаттану, әлеуметтану, жаратылыстану аумағындағы зерттеулермен нығайту және де оның пәндік-бағдарламалық, оқу-әдістемелік қамтылуын жасау керек. Тек үсті-үстіне жүргізілген ғылыми зерттеулер ғана айтылған парадигманың берік теориялық базасын қамтамасыз етеді (қазақстандық еркін философия мен өзіндік негіздері мен тұғырларын қайта қарастыратын психология және педагогика туралы айтылып отыр).

Анықтап айтқанда, тарихи ретроспективаға (өткенді шолуға) жүгіне отырып, жаңа философиялық парадигманың мәнісі мен соған сәйкесті жаңа педагогикалық парадигмаға сүйенеміз.

Біздің мәнмәтімізде, географиялық мағынаға ғана ие емес, сонымен қатар онтология мен антропологияның белгілі типтерін, әлемдік қатынастағы мағынаны қамтитын Шығыс пен Батыс негізгі түсініктерін ендіреміз. Шығыста адам рухы жоғарғы абсолютті бастамамен бірлестікті иелену үшін, өзіндік сананың тереңіне ұмтылады. Батыста рух сыртқы әлемді ыңғайлы және сәтті ету үшін, сыртқа ұмтылады.

Шығысқа адам-әлем деген тұтастай қарым-қатынас тән, адам өзін тірі Ғарыштың, соның барлық маңызды заңдарын өзінде қайталап отыратын (макрокосмның) жанды бір бөлігі деп есептеу тән. Шығыстың тәжірибесі адамның бар тіршілікпен сөзсіз бірлестіктегі сезімдерімен негізделген. Мұнда «өсімдік», «жануар», «адам» бірін-бірі өзара толықтырады, ұлы демократиялық тіршілікте бір-бірімен байланысты және тең қатынаста болады деп саналады. Шығыстық білім парадигмасы руханилықтың басымдылығымен анықталады: адамның жарқындана түсуі мен өзгеруі. Үнді дәстүрі қасиетті шәкірттілікпен байланысты: адамның жолы — білімді тасымалдау, құдайдың жолы — мұғалім тұлғасын қайта жаңғырту. Білім онтологиялық, әлемді құрушы үдеріс тұрғысында қарастырылады: адамның рухтануы универсуумның рухтануының жолы.

Батысқа, керісінше, деформацияланған (формасы өзгерген), кемістікті субъект-объектілі қатынас тән: табиғат – түрлі акциялар, тұтынулар, пайдаланулар объектісіне айналады. Демек, адамның сыртқы табиғатқа деген *үстемділігі* басым болады, яғни ішкіге де өктемділік көрсетіледі. «Өзімшілдігін» құрастырып, үстемділік субъектісіне айналу үшін адам барлық табиғи құштарлықтарын, импульстерін, арман-тілектерін ығыстыру керек (Фрейд). Екі қайнар көзі — ежелгі грек мәдениеті мен еуропалық мәдениетке — ие бұл парадигмада адамдардың, әлеуметтік қатынастарды ұйымдастырудың және ойлау практикасының ерекше үлгісі: инструменталды рационалдылығы қалыптасады («Біз орынды өмір сүреміз және өлеміз, егер де біреу қатты ашуланса, ашулану көрінісі де ғылыми сипатта болады»).

Бұл мәдениеттің басымдылығы ретінде ғылым, позитивті білім мойындалады, ол табиғаттың объективті заңдарын тануға және оған үстемдік етуге шақырады («Білім — күш»). Адам өз қатынасының бүкіл толықтығы мен тұтастығын жоғалтады да, негізінен интеллектісін, *рационы* дамытуға талпынады.

Философия мен психология ғылымилық формасын қабылдап, психиканы санаға, жаңа еуропалық ғылым мен философияның атасы Р.Декарт талап еткендей, тіпті сананың айқын, сергектік формасына телиді. Бейсаналылық пен жоғарғы сана, түс көрудің трансперсоналды жағдайы мен жоғарғы ақыл-ой нұрлануы толығымен «ғылыми» психологияның шегінен шығарылады. Бұл парадигмада батыстың мәдени үлгісінің негізгі сипаттамаларын сақтайтын, толығымен батыстық білім беру үлгісі қалыптасады. Білім беру ұтымды, позитивті, білімді тасымалдауға, есте сақтауға бағытталған (ақыл — таза тақта, «tabula - газда»), яғни ағартушылық, рационалды, мақсатталған іс-әрекетке дайындыққа айналады. Шығыс үшін ең түйінді міндет болған — рухани- адамгершілік жарқырау білім беру үдерісінің «шетіне» ығыстырылады және де «тәрбиелеу» түріндегі «толықтырушы», «қосымша» пішінін қабылдап, адамгершілік бағдарлар мен қағидаларды дамыту түрінде ғана қалады.

Сонымен адамзаттық мәдениеттің екі тарихи үлгісінде - Батыс және Шығыста бір-бірімен өзара байланысқан, бірақ бір-біріне мүлдем қосылмайтын білім беру құбылысының сипаттары көрініс береді: жарқырау, рухани-адамгершіліктің оянуы (Шығыс) және ағарту, әлеуметтік тәжірибені тасымалдау, әлеуметтену тәсілі, мәдени кодтар мен алгоритмдердің заттануы (Батыс). Білім беру күрделі әлеуметтік-мәдени құбылыс ретінде өзіне осы екі аспектіні де ендіреді: жарқырау және ағарту, бұлар бір эллипстің екі полюсі (қарама-қарсы екі жағы) сияқты. Әрі түрлі мәдениетте басымдылық екі түрлі полюсте (қарама-қарсы екі жағында) болады.

Қазақстандық еркін философия ІІІ-ші мыңжылдықтың үндеулеріне сәйкес келетін, Батыс пен Шығыстың әлемдік қатынас үлгісінің конструктивті синтезі болып табылатын идеяны басшылыққа алатын жаңа онтологиялық стратегияны: батыстық өркениеттің ресурстары мен жетістіктерін, қазіргі заманғы ғылыми және технологиялық әлеуетті сақтай отырып, Батыс айырылып қалған (жоғалтып алған) рухани дәстүрлерді қайта қалпына келтіруді, Шығыстың рухани тәжірибесін, «адам-әлем» тұтастық қатынасын оңалтуды тұжырымдайды. Жаһандану үдерісіне оның негативін (жағымсызын) жою және позитивін (жағымдысын) айқындау сипатын береді. Бұл жерде сөз адамзат мәдениеті мен рационалдылығының үлгісін түбегейлі өзгертудің қажеттілігі

туралы болып отыр. Адам осындай жағдайда ғана адамзатты бүкіләлемдік апаттың шегіне әкелген мәдени негіздердегі орасан зор дағдарысты жеңе алады.

«Адамзаттың болуы керек пе немесе болмауы керек пе?» деген әлемдік сұрақты шешуге мәжбүр болған адам, ғылым адамгершілік пен руханилықтан жоғары тұрған батыс дәстүрінде ғылымның адамзатқа қарсы, жат, алпауыт күшке айналғанын саналы түрде түсіне бастайды. Жаңа парадигма (постклассика), ғылымды қоса алғандағы мәдениеттің бүкіл құбылыстары ең алдымен рухани-адамгершілік өлшемдерін басшылыққа алуы тиіс болатын, табиғатқа «достық» (шығыстық) қатынас қағидасын ойластырады. Тұлғаның рации, интеллект дамуына біржақты бағдарлануын жеңетін, біртұтас кешенді жаңа үлгісі қалыптастырылады; адам психикасындағы бейсаналық пен трансперсоналдықтың «құрылықтары» ашылады.

Қазақстандық жаңа философия, Шығыс пен Батыстың дәстүрлерін синтездей отырып, ұлттық философия үлгісінде жасалынауда.

Біз, өзіне адам туралы білімнің: жаратылыстану, гуманитарлық, діни, көркем-өнерлік, адамгершілік-этикалық сияқты барлық типтері мен формаларын ендіретін тұтастай ілім жасауды міндет етіп қоятын дәл осы контексте қазақстандық философияның антропологиясын толық ашып көрсете алмаймыз. Дәл осы рухани әлеуетті ояту, тұлғаның шығармашылықпен өзін-өзі игеруінің ерекше мүмкіндігін береді. Шексіз (түпсіз) руханилықтың қайнар көзінен қалқып ала отырып, адам барлық қабілеттер мен таланттардың «тамырына» тартылады, дарынды бола түседі, демек іс-әрекеттің көп түрлі формаларын меңгеруге және жетілдіруге бейім болады. Сонымен қатар ол икемді, елгезек болып, Ғаламтор және ақпарат жүйесіне кіруге де қабілетті болады және өзінің бірегейлігін және жеке даралығын сақтай отырып, өзін телекоммуникация қызметіне айналдыруға жол бермейді. Қазақстандық білім беру жүйесінің алдында дүниетанымдық өзгерілу міндеті тұр, дәл осы, шұғыл да күрделі, түпкі ойы керемет, ұлы міндетті «Өзін-өзі тану» пәні іске асыруға арналған.

Тағы да анықтап алайық, білім өзінің міндеті, қоғам өміріндегі рөлі бойынша ұрпақтар сабақтастығында өзара байланысты, өзара толықтырушы екі қызметті орындайды: оқыту, ұрпақтардың әлеуметтік-мәдени тәжірибелерін игеру, философия, ғылым,

өнер, адамгершіліктің негіздерін, яғни индивидке әлеуметтік әлемге тең құқықты азамат ретінде еруге мүмкіндік беретін, қажетті білім қорын, тілді, нормаларды, мәдениетті меңгеру. Әлеуметтенумен байланысты бұл бағыт индивидке әлеуметтік континуумде өз орнын алуға, әлеуметтік-мәдени алгоритмдерді шешуге, «заттанудың», әлеуметтік-мәдени шығармашылықтың жағдайы және алғышарты болып табылатын ұлттық дәстүр мен ұрпақтар тәжірибесіне тартылуға, өзінің өмірлік міндетін анықтауға, кәсіби салаға енуіне мүмкіндік береді. Білім берудің екінші бағыты - адамды адам етіп қалыптастыру, оның рухани ішкі әлеуетінің оянуы және өсуі, өзінің жоғарғы рухани шынайылыққа қатыстылығын ұғыну, тұлғааралық қарым-қатынас үрдісінде тұлғаның рухани өзін-өзі анықтауы, өмірді жоғары құндылықтарға, мұраттарға, мағыналарға сәйкес құру.

Егер тарихи тұрғыда шығыс мәдениеттерінде екінші бағыт — руханилық және адамшылдық басым болса, ал батыс дәстүрінде бірінші бағыт – прагматика, сәттілік, өмірлік маңызды нәтиже, кәсіби білім, ғылым анық жоғары тұрды. Қазіргі уақытта, біртұтас планеталық адамзат пен әлем мәдениеті қалыптасып жатқан жағдайда, осы екі бағыттың өзара қатынасын өзгерту қажеттілігі туындап отыр: басымдылық (доминанта) руханилық және адамшылық бағытымен байланысады, және дәл осы руханилықтың өсуімен басқа бағытқа әсер ету, оны руханиландыру, «позитивті» білімді құтқару біліміне айналдыру үміті пайда болады.

Әрине, білім адамның тек ішкі рухани өміріне ғана шоғырлана алмайды, ол «нанды қалай табу керек» дегенді оқытуға саймауы керек. Ол сөзсіз білім негіздеріне, жоғары кәсіби білімді және іс-әрекеттің басқа да бағдарламалары мен тәртіптеріне тез ауыса білуді талап ететін постиндустриалды ақпараттық қоғамның күрделі жүйесінде бағдарлану шеберлігіне үйретуі керек. Егер де білім беру бұл міндеттен бас тартса, ол индивидтерді әлеуметтендірудегі және әлеуметтік-мәдени тәжірибені тасымалдаудағы өзінің әлеуметтік миссиясын орындай алмайды. Іс-әрекеттің сыртқы түрінде жүзеге аспайтын руханилық әлсіз, самарқау, әрекетсіз болып шығады. Оның мәнісі мынада, адамдағы руханилықтың өсуіне мән бере отырып, оның әлеуметтік әлемін де руханиландыру керек, руханилықты тұрмыстың тәсілдері мен типтеріне де ендіру керек, табиғи және әлеуметтік тарихи әлемді жарқырату керек. Позитивті ғылымдар, бүгінгі таңдағы

технологиялар, коммуникативті және ақпараттық жүйелер, өмір құпиясына басып кіретін гендік инженерия мен адамды «клондаудың» ғажайып мүмкіндіктері, жаһандану, барлық осы айрықша әсерлендіретін қиялдар, ғылыми нәтижелер рухани-адамгершіліктік инстанциясының бақылауында болуы керек. Тек осы жағдайда ғана ғылым және техника өзінің мәнін анықтап, «болмыстың шынайылық жолына» айналады. Бұл ойды Шығыстың ұлы ойшылы Әбу Насыр әл-Фарабидің шығармашылығына жүгіне отырып дәлелдеуге болады: ол егер ғылым мен ақыл ішкі сеніммен жылынған және рухани-адамгершілік идеалмен мөлшерлес (салыстыруға) келетін болса, онда олар Аллаға, Жаратушыға жақындататын тәсіл деп көрсетті. Сондықтан да, «Өзін-өзі тану» бүкіл білім беру үдерісін руханилыққа бұра отырып, білімнің барлық корпусының жаңа мүмкіндіктерін және көкжиектерін ашады.

### ***Білімдегі жаңа дәуір («Өзін-өзі тану» пәнін құрудың қағидалары)***

Парадигманың ауысуы — «Өзін-өзі танудың» негізгі идеясы (ғаламдық түпкі ойы) — Қазақстан Республикасындағы білім берудің жаңа дәуірінің ашылуын меңзейді: табиғат қайсібір өлі, сірескен, шеттелген ретінде тек қолдану мен пайдалану үшін керек деген көзқараста қарастырылатын, бекітілген «субъект-объектілік» антитезаның (қарама-қарсылықтың) орнына, универсуумды қастерлеуге иландыратын, тірі орта ретінде адамзаттық қабылдаудың барлық толықтығын орнына келтіретін «адам-әлем» деген тұтастай қатынас онтологиясы. Жаңа онтология адамзат субъектілігінің үлгісін де өзгертеді: психикасы тек санаға, рационалды процедуралар жиынтығына келіп тірелетін адамның орнына, тұлғаны «руханиланған жан» ретінде түсіну қалыптасады, ол шексіз рухани қайнар көзден сусындайтындықтан, рационалды «кескінге» берілмейді (бойұсынбайды), «меннің» барлық дауыстары тұлғада оның «Эго»-сынан тыс естілуі қажет: ақылдың қорытындылары, жүрек, көкейкөз, саналылықтың, бейсаналықтың, санадан жоғарылықтың дәлелдері, махаббат және аяушылық білдіру логикасы мен математикасы. Бұл «көпөлшемді», «көпқабатты», «көпдеңгейлі тұлғаның» (Бердяев) бірөлшемді, рационалды субъекіден айырмашылығы, ол әлемнің барлық бояуларын (түрлілігін) бейнелеу құралдарын

қабылдайды, бірақ онда «жайылып» және «ағып кетпейді», себебі оның теңбе-теңдігі жоғары мағынаның қалыптасуымен, рухани актілердің жиынтығымен қамтамасыз етіледі.

«Өзін-өзі танудың» осы негізін қалаушы қағидаларынан мынандай маңызды салдарлар туындайды:

- конструктивті, ашық диалог, серіктестік, шығыс және батыс дәстүрлерінің бірлескен шығармашылығы, Шығыстың рухани тәжірибесі мен Батыстың өркениет ресурстары. Өзіндік үңілу, медитациялар, рухани тәжірибелер, ішкі аймақ белсенді өмірлік іс-әрекетпен, әлеуметтік өзін-өзі бекіту формаларымен; ішкі өзіндік жетілдірілу — азаматтық өмір формалары мен демократиялық құрылымдарды, адамзаттық өзара қарым-қатынастың типтері мен өркениет модельдерін жетілдірумен толықтырылуы тиіс. Тұлғалық аймақ ішкі өмір мен көпшілік алдындағы өмір арасында орналасады. Тұлға — өзінен тыс жүзеге асыруды талап ететін, ішкі әлем. Ішкі өмірсіз, сыртқы өмір де бос және мағынасыз болады, ал сыртқы белсенді әлеуметтік әрекетті қатыстырусыз, ішкі өмірдің заттануы мен заттанбауының диалектикасы келенсіз жағдайға әкелуі мүмкін. Педагогика, тұлғаның ішкі рухани әлеуетін дамыта отырып, сонымен бір мезгілде өмірлік тұғырдың белсенділігін, шығармашылықпен ойлайтын, іс-әрекет аумағын тез ауыстыруға икемді, іс-әрекет алгоритмін өзгертуге, бірлескен өмірдің жоғары адамгершілік формаларын құруға, күнделікті жағдаяттарға қатысуға және сүйіспеншілікке танытуға, жердегі өмірді руханиландыру арқылы жарқыратуға қабілетті білімді маман болудағы білік пен дағдыларды қалыптастыруы қажет;

- «Өзін-өзі тану» еуразиялықты нығайтушы, жалпыұлттық қазақстандық идеяға бағдарланады. Қазақстан территориясы Шығыс пен Батыстың, Солтүстік пен Оңтүстіктің, Еуропа мен Азияның қиылысқан жерінде орналасқан, геосаяси мағынада бірегей ерекше ел. Бұл жерде мыңдаған жылдар бойы тарихи тағдырлары, экономикалық та, мәдени де, антропологиялық та өзара байланысты болған халықтардың өмір сүру нәтижесінде біртұтас мәдени-тарихи аймақ — Еуразия құрылды. Еуразия идеясының интегративті әлеуетін келешегі зор евразиялық бастаманы көтерген Қазақстан Республкасының президенті Нұрсұлтан Назарбаев айрықша баса айтты. «Өзін-өзі тану» рухани келісушілік, өзара түсіністік, нығаю мен саяси тұрақтылық

басым құндылықтар және мультимәдениеттілік қағидасы жүзеге асырылып отырған мемлекеттік саясат деңгейіндегі артықшылық болып табылатын, полиэтностық, полимәдени, көп конфессионалдық Қазақстанда өзін бекіткен еуразиялық қағидаға сүйенеді.

- Еуразиялық қоғамдастықтың біріктіруші, алып жүруші негізі болып Қазақстан халықтарының мәдени дәстүрлі сұхбатында қазақтың дәстүрлі мәдениетінің басымдылық көрсетуі мойындалады. «Өзін-өзі тану» түркі мәдениетінің онтологиясына енетін әлемді белсенді, әрекетті меңгеру және оны аялап, қамқорлықпен сақтауды нақты көрсететін көзқарасын мақұлдайды. Осының нәтижесінде, адам қарым-қатынасқа және өзара түсінісуге, жақсылық пен әсемдікті тудыруға, бағдарланған тұтастай дүниетаным қалыптасады. Нақ осы түріктік дүниетаным ғана руханилық пен болмыстың, жан мен тәннің бірігуінің шынайылығын мазмұндайды. Психикалық пен физикалық жан мен тән дуализмін жеңе отырып, бір ғана шындықтың екі жағы ретінде түсініледі. Қазақ дүниетанымына сәйкес, адамның рухани күшінің дамуы, содан кейін оларды жарқырата және руханиландыра отырып, болмыстың жердегі шынайы аумақтарында іске асуы қажет. Адам ішкі, рухани дүниеге толығымен шомып, жер табалдырығында тұрып қалмауы керек.

«Өзін-өзі тану» қазақ халық педагогикасының осы идеяларын басшылыққа ала отырып, жан мен тәннің, ішкі мен сыртқының, жеке-даралық пен әлеуметтіктің бірлігіне негізделген білімнің ұлттық үлгісін (моделін) құруға мүмкіндік туғызады;

- «Өзін-өзі тану» білім беру үдерісінің тұтастығы мен интегративтілігін педагогикалық шындыққа айналдыруға, барлық ғылымдар - адам туралы ғылымдар - деген қағиданы ұстана отырып, жаратылыстануғылымдық және гуманитарлық білімдерді біріктіріп байланыстыруға арналған. Адам - Құдай - Әлем мәнмәтінінде әрбір пән тұтастықта, жүйелілікте өз орнын және мәнін табады. Оның үстіне бүтін бөліктердің арифметикалық қосындысына саймайды, қандай да бір одан да үлкендеу нәрсені білдіреді.

Тұтастық тек мазмұны бойынша ғана емес, пішімі бойынша да жүзеге асырылады: «Өзін-өзі тану» барлық жас кезеңдері мен өмір кезеңдерін қамти отырып, үздіксіздікке бағытталған. Барлық осы кезеңдер өзара байланысты, тұлғаның рухани



әлеуетінің өсуі, өзін-өзі тануының өзін-өзі түсінуі ретінде және адам мен Құдайдың, адам мен өзге адамның, түрлі дәуірлердің, халықтардың, мәдениеттердің, этностардың, конфессиялардың, балалар мен ересектердің, ерлер мен әйелдердің өзара түсінісуі ретіндегі идеясының өзегінен өткен.

• Өзін-өзі тану» сондай-ақ, «пәнаралық тұрғыны да жүзеге асырады, онда барлық оқу пәндерін «адам — Құдай - әлем» мәнмәтінінде кіріктіріп қана қоймай, сонымен қатар, өз бағдарламасында гуманитарлық білім (философия, психология, дінтану, мәдениеттану, әлеуметтану, саясаттану, тарих, әдебиет) мен табиғат туралы білімді (биология, физика, астрономия) байланыстырады. Барлық пәндер адамға деген сөзсіз қатынас тұрғысынан өзара байланысты болғанда, өмірге «персонология» қағидасы кіргізіледі. Ол өзінің ішкі әлемін сыртқа кескіндейді, және керісінше, сондықтан әлем тарихының барлық оқиғалары оның өз өмірбаянының оқиғасына айналады.

Жаңа қазақстандық философия — Шығыс пен Батыс дәстүрлерін синтездей отырып, түркілік мұсылмандық мәдениеттің өзіндік ерекшелігіне негізделген ұлттық философияның үлгісін жасауда. Қазақтың далалық өркениетінің онтологиясы мен антропологиясы не таза Шығыс (пайымдау, өз-өзіне тереңдеу) не таза Батыс (іс-әрекет, әлемде әрекет ету) стратегиясына теңбе-тең келмейді. Көшпенділерге табиғатты аялап қорғау, онымен белсенді өзара әрекеттесу тән. Осыдан ақыл-парасат пен жүректің арасындағы ала ауыздықты білмейтін (ақылды жүрек пен ар-намысты ақыл) тұлғаның ерекше үлгісі қалыптасады. Қазақтың халық педагогикасы осы бүтіндік қағидасын, жан мен тәннің, физикалық пен психикалықтың бірлігін өзектілейді: тіршілік күйбеңінен бас тарту емес (көшпенді өзінің қоректенуін қамтамасыз ету үшін самарқау «медитация» жасай алмайды), жоғары, өмірде мәнді рухани-адамгершіліктік бағдарлармен және бағыттардан тұратын белсенді шығармашылықтық іс-әрекетте болады. Сол себепті де халықтық педагогика, адамның тұтастай, денелік пен руханилықтың бірлігінде қалыптастыру мәселесін қояды. Бұл түріктік онтология, антропология мен педагогиканың өзіндік құнды тәжірибесін қазақстандық еркін философия өзіне кіріктіреді, солайша адам тұлғасын түсінудің өзіндік қағидаларын анықтайды.

## 1.2 К.Ж. Қожахметованың педагогикалық және этнопедагогикалық тұрғысы

Белгілі педагог-ғалым К.Ж.Қожахметованың тұжырымдамасында бұл мәселеге жаңа тұрғылар негізінде рухани-адамгершілік тәрбиенің мәнін қайта ұғынуға талпыныс жасалынады. Бұл тұжырымдамада:

- рухани-адамгершілік тәрбиенің өзіндік мәні және оның басқа да әлеуметтік-біліми процестерден ерекшелігі;
- көптеген әлеуметтену факторлары жүйесіндегі рухани-адамгершілік тәрбие процесінің орны мен қызметтері;
- технологиялық ережелер мен тыйым салуларға айналатын рухани-адамгершілік тәрбиенің құралдары анықталады.

**Рухани-адамгершілік тәрбиесі** — мәдени құндылықтарды іске асыру мен таратудың маңызды механизмі, өмірдің мәні мен өнегесі, тарихпен, ана тілімен, философиямен, әдебиетпен, дәстүрмен, психологиямен «ұлттық-мәдени әлемнің» арнайы детерминизациялаған мазмұны мен түрі.

Рухани-адамгершілік тәрбиенің міндеттерін жүзеге асыру төл мәдениетімізді тұтастай сақтаудың маңызды шарты және қоғамның рухани қауіпсіздігінің басты алғышарты, өйткені «мәдени дербестік» қана мемлекеттік тұрмыстың тәуелсіздігінің және халықтың ұлылығының кепілі.

Тәрбие теориясында «мораль», «моральдық нормалар», «адамгершілік», «ішкі адамгершілік еркіндігі мен жауапкершілік», «адамгершіліктік таңдаудың еркіндігі», сияқты маңызды ұғымдар анықталмағандықтан, нақты құбылыстар: моральдық және адамгершілік тәрбиесінің араласып кетуі болды. Балалық шақтың барлық жас ерекшелік кезеңдерінде адамгершілік тәрбиесінің құралы ретіндегі сөздің абсолютті мағынаға ие болуы, моральдық қарым-қатынастың, әдет-дағдылардың ұйымдастырылған тәжірибесінің, тәрбиеші беделінің дұрыс бағаланбауы, адамгершілікті тұлғаны қалыптастырудағы өз бетімен кетушілік пен құлдыраушылық, мақсатсыздыққа әкеліп соғуы осымен түсіндіріледі.

Сонымен қатар, рухани-адамгершілік тәрбиенің маңызын ашуда — оның негізін қалайтын және жүйелілігін құрушы категориялар: адамгершілік, мораль, олардың мәні, олардағы бірдейлік пен ерекшелікті қарастыру

қызығушылық тудырады.  
«ТҰРАН» УНИВЕРСИТЕТІНІҢ

ОҚУ ЗАЛЫ

Бұл тірек ұғымдардың мәні В.А.Сухомлинский, Б.Г.Лихачев, Б.П.Битинас және басқалардың еңбектерінде ашылады.

**Мораль** — жалпы халықтық, топтық, қоғамдық пікірге ие болып, мақұлданған, қоғамдық сана мен қарым-қатынастың дәстүрлі де маңызды формасы. Мораль — тұлғаның ішкі рухани әлеміне қатынас арқылы ішкі рухани күші мен қоғамдық қарым-қатынастың сипаты болып табылады және осылайша анықталады. Оның ішінде бала кезден қалыптасып, өсіп келе жатқан адамға тән ырымдар мен тыйымдар, өсиеттер, заңдар, ережелер, жалпы қабылданған әдеп нормалары кіреді.

Мораль, құқық сияқты адамды белгілі бір мінез-құлық нормаларына, қоғамдық қажеттілік тәртібіне шақырады. Біріншіден, қоғамдық пікірдің көмегімен айыптау, қоғам тарапынан адамды сый-құрметтен айыру. Екіншіден, жазалаудың қарастырылған түрлері арқылы, заңның көмегімен айыптау. Мораль қоғамның әрбір мүшесінің ары мен абыройын, мүлкі мен құқығын қорғау мақсатында құқықпен одақтасады.

Мораль — бір жақты емес, күрделі қоғамдық құбылыс. Ол қоғамның сан қилы қарым-қатынастарында, адамның табиғатпен, қоғаммен, жеке өмірімен өзара әрекеттесуі арқылы көрінеді. Ақырында моральдың педагогикалық қызметінің көмегімен балалар әлеуметтік қатынастардың күрделі әлемін игереді. Мораль арқылы олардың алдында руханилықтың биігіне жетуге мүмкіндіктің жүзеге асырылуына қатысуды талап ететін өзара әрекеттің сан қырлылығы ашылады.

Осылайша, мораль бала тұлғасының әлеуметтік-рухани күшіне сырттай ықпал ете отырып, оны қоғамдық өмірдің жағдайына бейімдеуді қамтамасыз етеді, мінез-құлық ережелері, нормалар аясында ұстайды. Міне, сондықтан да тұрақты педагогикалық нәтиже бере бермейтін моральдық тәрбие, ағарту мен үйрету адамға тек қоғамдық әсердің нәтижесі және абсолютті мақсаты бола алмайды. Ол тек тұлғадағы негізгі: тереңдіктегі рухани-адамгершілік бастауларын дамыту мен өсірудің кезені ғана болып табылады.

Адамгершіліктің моральдан ерекшелігі оның күрделі әлеуметтік-психологиялық құрылым екендігінде. Ол жеке зияткерлік-әсершіл сенімнен, өз бетінше талап пен қалауды, қажеттіліктерді бақылау мен іске асыратын тұлға бағыттылығы, оның өмір салты мен рухани бейнесін анықтайтындардан

құрылады. Адамгершілік рухтың қалпы ретінде адамның ішкі жанынан, ұятынан мінез-құлқын детерминациялайды, сыртқы теріс әсер мен ықпалдарға қарсы тұруға көмектеседі. Адамның ішкі адамгершілік сенімі мен жоғары адами қағидалары, оны рухани байытады және өзін-өзі сыйлауға үйретеді. Адамгершілік адамның әлеуметтік тұрмысы, жинақты түрде рухани-материалдық азығы іспеттес пайда болады. Осының ішінде «жалпыға ортақ адамгершілікті» адамдарға арналған зияткерлік-адамгершілікті еркі бар, ар-ұяты мен жауапкершілікті өмірлік ұстанымдарынан көрінетін және оның ішкі өзегін құрайтын руханилық бар. Олардың арасында:

- мұраттылық, руханилық, сенімділік;
- ұят үстемдігі, мінез-құлық, іс-әрекетті ішкі таңдау еркіндігі және адамгершілікті шешім қабылдау;
- оқшаулану, өзіне өзі бекемдік, рухани және әлеуметтік жауапкершілігі бар тұлға ретінде сенімге беріктік;
- басқаша көзқарастағыларға шыдамдылық таныту, сонымен қатар адасуларға белсенді түрде рухани қарсы тұру;
- адамгершілікті ойдың бейімділігі, өмір шындығы мен әділеттілік негізіне қайта бағдар алған құндылықтарға, тап-таурындарға, тыйымдар мен моральдық догмаларды бұза білуге қабілеттілік;
- адамдарды адамгершілікке насихаттау және бекіту мақсатымен ұжымшылдыққа жалғыз ғана құрал ретінде ұмтылуларды атауға болады.

Адамгершіліктің мәнін түсінудің осындай ұстанымында, нағыз адамгершілік иесі моральдық нормаларды аттамайтындар емес, ол адамгершілік қағидаларына берік, соларды бекіту үшін өзін де, сыртқы кедергілерді де жоя білетіндер болып табылады. Нақты адамгершілік-әлеуметтік құбылыс қана емес, ол рационалды тұтынушылық, ынталандырушылық, ерікті, әсерлік, жүйкелік-психикалық, жыныстық сияқты адами ұйымдасулардың барлық салаларымен байланысты психологиялық та құбылыс. Олар адамгершіліктің мазмұнын, оның императивтері мен ұстанымдарын анықтай алмайды, бірақ тұлға адамгершілігінің көрінісін әрлейді, адамгершілікті шешімді жүзеге асырудың тәртібі, себептері, күресу тәрізді сипаттарға ықпал етеді. Адамгершіліктің тұлғалық-сипаттылық қасиетінің арқасында адамдағы адамгершілік оның жеке адами мінез-құлқы, мақсаты,

қызығушылығы, талабы, мінезінің қыры және адамгершілік ұстанымдарының ішкі жиынтығы ретінде қалыптасады.

Осылайша, мораль — өмірі мен әрекетінің әртүрлі саласындағы тұлғаның мінез-құлқына арналған талаптар мен ережелер, нормалар жүйесі болса, ал **адамгершілік** осы нормалар мен ережелерді сақтауға байланысты әдет- дағдылардың жиынтығы ретінде қарастырылады.

*Осыған байланысты адамгершілік тәрбиесінің мазмұны моральдық қарым-қатынастардың: өзіне деген қатынасы, басқа адамдарға деген қатынасы, еңбекке деген қатынасы, табиғатқа, сұлулыққа, Отанға деген қатынастардың қалыптастырылуларын қамтиды.*

**Руханилық** — заттандырылған, прагматикалық құндылықтардан да жоғары, өмірде аса маңызды да биік нәрсенің бар екеніне о-бастан-ақ саналы немесе бейсаналы бағдар. Ол адамның шындыққа, мейірімділікке, сұлулыққа деген табиғи, үнемі қажетті іңкәрлігінен және құштарлыққа ұмтылысынан көрінеді. Ол көзге байқалмайтын, Құдаймен байланысты сезінуден туындайды.

Л.П.Буюва: «*Руханилық* — бұл діндарлық қана емес. Қазіргі руханилық — ғылым мен діни ойлардың қайшыласа орналасқан күрделі құрылымы. Руханилықтың ұғымы, діндарлық ұғымынан да бай. Мұның бәрі адамда бар және өз қабілетіне сай, биіктікке, сұлулыққа, қайырымдылыққа бағыт алған оның рухынан жаралғандар» — деп көрсетті.

Кезінде **В.Даль**, орыстың әдеби-ақыл ой-қазынасын, өзінің сөздігінде «Ақыл — адам рухының бір жартысы, ал екіншісі — мінезі, адамгершілігі, қалауы, махаббаты, құштарлықтары...» деген.

Руханилықтың басты ерекшеліктерінің бірі — қанағатшылдық — ол адамдарды бірін-бірі жақсы көруден жалықтырмайтын, жерітпейтін, елжандылық, Отанға қызмет ету сияқты адамдардың жан байлығын сақтайтын, қоғамдық қатынастардың өркеніеттілігі, қоғамның руханилығының көрсеткіштері тәрізді нақты өлшемдерінен танылады.

Б.П.Битинастың айтуынша, адамдағы *руханилық* туғаннан және тәрбие үрдісі арқылы жинақтаған өз мәдениетінде жеке адамның «өніп-өсуі» арқылы өзінен өзі көрінеді. Бұл «өніп-өсу» тұлғаның қалыптасу үдерісі, ол өз еркіндігімен ерекшелене отырып, ішкі мүмкіндігімен өз шешімдерін қабылдай алу қабіле-

тінен байқалады. Адам өзінің руханилығына байланысты — сыртқы әлем — *макрокосмостан* бөлінетін — *микросмос* деп қарастырылады.

Рухани-адамгершілік тәрбиесінің мәніне бойлау барысында педагогикалық сөздікте жиі қолданыс тауып жүрген «жан», «рух», «аура» (биоөріс) ұғымдарының мазмұнына мән беру орынды сияқты.

**Жан** қазіргі түсінік бойынша индивидтің физиологиялық, энергетикалық, саналық-бейсаналық психофизиологиялық және рухани күшінің органикалық жиынтығы ретінде сипатталуы мүмкін. Жан тікелей бақылаудан тыс ішкі идеялы-материалды үрдістің иерархиясы ғана емес, ол сыртқы және ішкі факторлар мен сигналдардың өзара әрекеттесуінің нәтижесінде қалыптасатын біртұтас рухани құрылым ретінде де болады. Ол іште қалыптасатын, өз ішкі кенінен нұрланып, әр жеке адамға тән өзіндік идеялы-материялық ақпарат — аураны қалыптастырады. Бұл аура тұлғаның белгілі бір рухани мәні, оның моральдық бейнесінің жеке мінездемесі ретінде, адамгершілік-эстетикалық бағыттылығы ретінде, дербестігінің рухани өзегі ретінде байқалып, нығаяды. Өмірде тұлғалыққа мүмкіндік беретіндер қандай да бір топтағы тұлғалармен жанасудан, олардың әлеуметтік-психологиялық жағдайларымен, партиялығы, азаматтығы, діні, кәсібі, моралы бойынша анықталады.

Аураның жүйесінде: ми, энергетикалық нүктелер мен ошақтар сияқты барлық физиологиялық жүйелердің — биоэнергетикасы іске қосылады. Ол ішкі психикалық және физиологиялық үрдістер, көңіл-күй, уайым, қалыпты туындататын жағдайлар туралы барлық ақпараттарды жинақтап өзіне сіңіреді, еститін, көретін, ұстап сезінетін, дәм сезетін, жалпы сезіну ақпараттары арқылы байиды. Дені сау адамда осындай шамадан тыс ақпараттардың есебінен көріпкелдік, елестеулер, түс көру, басқалардың аурасын ішкі түйсігі арқылы сезінулер, олардың адами мінез-құлқының жағымды-жағымсыздығын, қауіп-қатерді бейсаналы сезу, көңіл-күйдің ауытқуы, жақтыру-жақтырмаушылық, индивидтердің өзара жақындасуы немесе алшақтауы сияқты әрекеттер жүреді.

Сонымен, **аура** — адамдағы жасырын (лептонды), энергетикалық, электромагниттік, психофизиологиялық және идеалды ішкі, әрі оны қоршаған ақпараттар өрісі, ол айналасындағы тірі де, өлі де табиғат нысандарының барлығымен белсенді әрекетте

болады. Бір адамдағы аураның қалыптты жағдайы басқа адамдарға да тез тарайды. Энергетикалық күші жоғары, кең де белсенді аурасы бар адамдар оның қалпын өзгертуге психогипноздық және психотерапевтік әсер етуге қабілетті, осылар арқылы өз емделушілерінің психикасы мен ағзасының жағдайына да ықпал етеді. Осы орайда педагогтар, актерлар, дәрігерлер және солар сияқты адамдармен жұмыс істейтіндердің жағымды аурасының айналасындағылардың аурасының жағдайы мен қалыптасуына ықпалының маңызды екені түсінікті.

Адамдық субъективті қабылдауда, ал оның санасы мен тұлғалық аурасында бейне дыбыспен, иіспен, түйсікпен, дәммен біте байланысқан. Дыбыс түсте, иістерде, елестерде байқалады, дәм тактильді түйсіктердің, музыканың, бейнелердің есебінен байиды; иіс бейнелерді, дыбыстарды, түйсіктерді туғызады; түйсікпен сезінулер бір мезетте өзіне қабылдап алып, рецепторлардың барлық белгілерін кіріктіре отырып, оларды әсершілдігімен әрлей түседі.

Адам өзінің жаратылыстық табиғи және әлеуметтік-мәдени орнында әдеттегі қоршаған орта мен таныс микроатмосферасында, климатпен, табиғатпен, халықтың рухымен, мәдениетімен және тәрбиесімен байланыста болғанда ол үйлесімді құбылыс ретінде пайда болып орнығады. Осындай аура жеке адамның физиологиялық және рухани-адамгершілікті денсаулығының қалыптасуына ықпал етеді. Халықтық педагогиканың рөлінің маңыздылығы осымен шартталынады, өйткені кез келген тәрбиенің өзегі болып табыла отырып, ол тұлғаның таза мінезді, экологиялық жағынан сау дамуын жолға қояды. Халықты ұлтсыздандырудан туындайтын халықтық ақпаратты аураның бұзылуы, адамды физиологиялық жағынан да, руханилық тұрғысынан да әлсіретеді, энергетикалық жағынан сарқып, қалжыратады, күшінен айырып жігерін жасытады. Ондай адамды басқаның еркімен жүргізу оңай, оны рухынан айырып, өзіне, туысқандарына, жақындарына, халқына немқұрайды қаратуға болады. Оған Отанына сатқындық жасатуға да болады. Міне, сондықтан да Отанынан алыстап кеткендердің көбінде ақпаратты, энергетикалық, рухани байланыс үзілетіндіктен, міндетті түрде туған ортасына деген сағыныш ауруымен ауырады, ағзасына қажетті психо-физиологиялық нәр алудан айырылып, тұлға ретінде күйрейді. Дәл сондықтан да халықтарды өз туған жерінен көшіру оларды жоюмен (геноцид) пара-пар.

**Экологиялық таза аура** әлеуметтік және экологиялық таза, өзі туған табиғи ортада өмір сүретін, дені сау қалыпты индивидке тән. Оның бейнелі-ақпаратты мазмұны бәрінен бұрын туған-туыстардың бейнелері, қалыптасқан өмір салты, туған табиғат пен жақын да таныс фауна мен флора, әдеби және өнер бейнелері, сүйікті адамдар мен заттар арқылы қалыптасады. Осы бейнелердің бәрі Отандық әдебиетпен, ана тілімен, поэзиямен айшықталып, басты мәселеге айналады. Тұлғаның экологиялық таза рухани тұрмысының бейнелі негіздері ретінде санаға сіңіріледі. Білім беру саласында балаларға туған табиғатты тануды, тарихты, әдебиетті, ұлттық мәдениет пен тұрмыс, діни дәстүрлерді оқытуға маңыз берілетіндігі, осының сенімді дәлелі бола алады. Бұл пәндер экологиялық таза аураға, таза руханилықтың қалыптасуына бейнелі білім беретін іргетасты қалайды. Экоаураның бейнелі-дыбыстық мазмұны бейнелі-көру сияқты, бәрінен бұрын, жақын адамдары мен туған табиғатының дыбыстық әсері арқылы және музыкалық ұлттық өнер арқылы қалыптасады.

Дыбыс кеңістігінде өмір сүре отырып, жас бала сәби жасынан-ақ тыныштықты, құстардың үнін, сиырдың мөңіреуі мен қойдың маңырауын, желдің уілін, иттің үргені мен мысықтың мияулауын, жапалақтың қиқылы мен қарғаның қарқылын, қасқырдың ұлуы мен аюдың ақырғанын, жапырақ сыбдырын, орманның шуылын, бұлақтың сылдыры мен теңіздің шуылын, қораздың шақыруы мен тауықтың қыт-қыттауын, найзағай үні мен жанбырдың тырсылын, түнгі оттың сытыры мен тылсым түннің құпиясын өзіне сіңіріп өседі. Дыбыстар мен дыбысты бейнелер адамды үнемі жетелейді, белгілі қалыпты күйлерді туғызады. Таныс, әдеттенген, үйлесімді дыбыстар аясында дені таза аура қалыптасады, ұлтаралық, жалпы адамзаттық дыбысты-бейнелік мазмұнды меңгеруге, жақындастық пен ұлтаралық ауралардың бірігуіне жағдай жасалынады. Ұлттық дыбысты-бейнелік даму мен аура қалыптаспайынша, әлемдік дыбысты-музыкалық мәдениетті меңгеру мүмкін емес.

Экоаураны ығыстыратын адамның табиғи ой-пікірлерін алмастыратын қазіргі өркениеттің аса зор негативті салдарларынан, рухани және материалды-әлеуметтік өмірдің жасанды, күшпен игертілетін теріс бағыттар мен құндылықтар әсерінен адамның **псевдоаурасы** (жалған аурасы) қалыптасады. Позитивті (оң) немесе негативті (теріс) аураның болуы тек тұлға, топ, таптарға



ғана емес, сонымен қатар тұтас халықтар, ұлыстарға, олардың нақты болмысының жалпы жиынтығына да тән болып келеді.

Әдетте, халықтың экологиялық таза аурасы — ұлттық рух, мінез, халықтық деп аталып, адамдардың қоршаған ортамен белсенді араласуы негізінде қалыптасады. Аура адамның табиғаттың бір бөлігі ретіндегі мәдениет саласында, білімде, шығармашылықты еңбектенуі (етуі) негізінде, халықтың әдет-ғұрып, адамгершілік ұстанымдары сондай-ақ, діни нанымдары мен бағыттылығында қалыптасады. Ұлттың **экологиялық таза аурасы**, оның рухы халықшылдықтың таза бастауларынан өзек алады да, басқа ұлттардың рухани құндылықтарымен белсенді әсерлескенде нығайып, олардың мәдениеті есебінен жетіліп отырады.

Мұндай **экоаура**, ұлттық намыс, жоғары адамзаттық адамгершілік, басқа халықтардың оңтайлы дәстүрлері мен ұлттық рухын сыйлау, дәстүрлі діни нанымдары мен мінезі, сондай-ақ өзіндік темперамент қасиеттерімен сипатталады. Бала жастайынан әлемнің қарапайым адамгершілік тұрғысын танып қоймай, өзінің тегін білуі тиіс. Бала өзінің қай рудан екенін, өз руының ішінде қандай адамдарды мақтан тұтатынын, оның отбасы қандай болған, дәстүрлері, жетістіктері, жеңістері, қуаныш-қайғысы және мұңын білгені жөн. Баланың экологиялық таза аурасының қалыптасуына ықпал ететін және оны тәрбиелеуді қамтамасыз ететін шарттарды жасайтын ең жақын экосферасы — отбасы болып табылады.

Осыдан келіп тек жер-жаһандағы ғана емес, сонымен қатар ғарыштық, бүкіл әлемдік процестерге кіріктірілген әлемде, қоғамда өмір сүре алудың өзіндік мәдениетін тәрбиелеудің өзекті мәселесі туындайды.

Адамды өмір сүру кеңістігінде кең ауқымды педагогикалық талдау, оны бүкіл әлеммен байланысқан біртұтастық деп түсінуге, сондай-ақ оны жер шарының ғана емес, ғарыштың бір бөлігі деп ұғу мүмкіндігін береді. Мұндай талдау *адамды полюстік — өрісті өмір сүру теориясы* тұрғысынан қарастырғанда болашағы бар (В.Шубинский).

Оның мәні — төмендегі дәйектерде.

Адам негізгі 4 өлшемдерде өмір сүреді: *биологиялық, психологиялық, әлеуметтік-технологиялық және табиғи-ғарыштық.*

**Биологиялық** — адамның физиологиялық «тән-дене» ерекшеліктері, оның тірі ағза әлеміне кіретіндігін сипаттайды.

**Психологиялық өріс** — өмірде адамдарға ғана емес, басқа да жан иелеріне тән психикалық үрдістерге енгенін (саналы және санадан тыс) бейнелейтін психиканы сипаттайды.

**Әлеуметтік-технологиялық өріс** — адамдардың тарихи үрдістерге, техника әлеміне, ғылыми-техникалық прогреске қатынасын, әлеуметтік (қоғамдық) және технологиялық өмір өлшемдерін сипаттайды.

**Табиғи-ғарыштық өріс** — адамның барлық табиғи ортамен, бүкіл әлемдік үрдістермен байланысын анықтайды.

Философтар көрсеткен *адам — біртұтас биопсихо әлеуметті табиғи ғарыштық зат* деген теориясымен келісе отырып, *полюсті-өрісті теорияны* ұстанушылар келешекте педагогикалық теорияларды жасауда осы бағыт адам өмірінің философиялық-танымдық негізі болады деп анықтайды. Оқыту мен тәрбиелеу негізгі полюсті тіршілікте өмірге адам дайындауға бағыт ала отырып, тұрмыстық қайшылықтарды саналы қабылдап, жолын табуға үйретеді.

**«Өзін-өзі тану»** пәнінің мазмұнын негіздеуде ғалымдардың соңғы жылдары жетілдіріп келе жатқан *адамның био-психо-әлеуметтік мәні* туралы идеясының мағынасы зор.

Осы тұжырымдама бойынша адамда өзінің мінез-құлқына әсер ететін, ештеңеге бағынбайтын өзіндік даму көздері: өзіндік бастаулары, өзінің механизмдері, өзінің тетігі бар дербес, тәуелсіз үш сала бір-бірімен біріктірілген.

Осы үш құрамдастықтың бірлігінде адамның жеке адамдық өзіндік даму көзі жатыр. Онда әрқашан «істей аламын», «керек», «қажет» деген үш күш күреседі және өзара өмір сүреді. Субъектінің мінез-құлқының ерекшеліктері осылардың қайсысы өте жақсы немесе өте төмен дамуына байланысты. Бұл бөлімдерді құрылымдық пирамида түрінде көрсетуге болады:

- Төменде — салмақты биологиялық бөлім («істей аламын»);
- Жоғарыда (оның үстінде) — біршама психикалық бөлім («керек»);
- Ең жоғарыда — жұқа қабат — әлеуметтік бөлім («қажет»).

Бұл жеке тұлғалыққа айналған қоғамнан берілген, игерілген шешім, нәтиже, яғни өзіндік тұлға деп аталатын биіктік.

Темперамент биологиялық саланың маңызды құрамдас бөлігі болып табылады (және де денсаулық жағдайы да). Темперамент адамның мінез-құлқына із қалдыра отырып және оның үдемелі конфигурациясын, өзін көрсету үлгісін шарттайды. Өмір ағымында темперамент өзгермейді, сондай-ақ, күшті мызғымайтын іргетас іспетті біздің мінез-құлқымыздың тұрақтылығы мен қалыптылығын, өміршендігін қамтамасыз ете отырып «бүкіл қабаттардың» жүгін өзіне арқалайды. Бұл — біздің туа біткен қасиетіміз. Жалғыз-ақ, мұғалімнің қолынан келетіні тәрбиеленушінің тәнінің саулығын нығайту.

**Адамның ішкі дүниесі** өзінің ішкі әлемі мен өзіне қымбатты «Мені», яғни психикалығы биологиялық іргетасқа сүйенеді. Бұл жерде өзін көрсету, өзін байқату, өзін-өзі жүзеге асыру сияқты ішкі жағдайларды қалыптастыруда туа және жүре қалыптасқан талпыныстар, қажеттіліктер, себептер, қызығушылықтар мен сезімталдықтар жетекшілік етеді.

Адамның психикалық жағдайын, мінез-құлқының қалыптасуы мен психикалық даму үрдісін анықтауда тіректі био-психо-әлеуметтік қажеттілігін қанағаттандырудың (қорғануға, мойындатуға, өзін іске асыруда және т.б. қажеттіліктер) жемістілік дәрежесінің зор маңызы бар. Осы аталған қажеттіліктердің қаншалықты толық және жақсы орындалуына, субъектінің өзіне деген қатынасы мен «Мен-тұжырымдамасы» тәуелді «психикалық адамның» мінез-құлқының ауқымды бөлігін анықтайтын — «Мен-тұжырымдамасы», оның түп негізі болып табылады. Оның «Мен - бейнесінің» үйлесімді немесе үйлесімсіздігінде біздің барлық мінез-құлқымыздың құпиясы, ерлік істеріміз бен пасық сатқындығымыз жасырын жатыр. «Мен-тұжырымдамасы» адам өмірінің ұзына бойында қалыптасады, солай бола тұрса да оны түзету аса қиынға соғады. Бұл үрдістегі маңызды орын тәрбиеге тиесілі.

Ақырында қоршаған ортаға қарым-қатынасы, сенімдері, көзқарастары, идеялар жүйесі ретіндегі әлеуметтік саласы, дүниетанымы, адамды іс-әрекетке саналы түрде шешімдер шығаруға жетекшілік жасайтын психикалық «бөлім» үстінде орналасады. Нақ осы бөлімді, жоғарыда көрсеткендей, «тұлға» деп атау керек. Өйткені «тұлға» — «адамды қоғам мүшесі ретінде

сипаттайтын оның бігістері, қатынастары, бағдарлары, ниеттерінің тұрақты жүйесі» (В.П.Смирнов). Бұл кезінде К. Маркс айтқан — «барлық қоғамдық қатынастар жиынтығы». Адам болып туады, ал тұлға болып өзінің күші мен еңбексүйгіштігінің арқасында қалыптасады. Сондықтан да біз оны табиғи таланты мен қабілетін арттырып, даралығын өркендете отырып, тәрбиелеуіміз қажет.

**Тәрбиедегі этноәлеуметті-рөлдік тұрғы** (К.Ж.Қожахметова). Оның маңыздылығы адамды жастайынан бастап, өмірінің соңына дейін этноәлеуметтік рөлдерге тарту болып табылады. Негізгі құралы — салттар мен этноәлеуметтік рөлдердің мазмұны. Бұл жерде біз қазақ халқының аса маңызды тұрғысы «Жігіттің үш жұрты бар» деген қағиданы негізге алып отырмыз.

К.Ж.Қожахметованың тұжырымдамалы тұрғысына сәйкес әр адам белгілі бір этностың өкілі ретінде этноәлеуметтік рөлдерді игерудің арқасында өзінің дамуында бірнеше этникалық сатылардан (инкультурация) өтеді. Әрбір этноәлеуметтік рөл белгілі бір этнос өкілінің берілген тұлғалық сапасы мен қызметі, осы рөлді орындауға қатысты міндеттерінің «жиынтығы» болып табылады.

Қазақ халқы — туыстық қарым-қатынасты бағалайтын және ардақтайтын (тәрбиенің имплицитті тұжырымдамасына сәйкес) халық. Осылайша, әрбір қарым-қатынас, іс-әрекеттің өзара қарым-қатынастың белгілі нормаларына (салт-дәстүрлерге) сай негізделуі, сырттай салттар мен рәсімдерде көрініс табу арқылы өзінің сабақтастығын көрсетеді. Демек, байланыстың туыскандық түрлері — туыскандық қарым-қатынас арқылы, өзінің рөлдік қызметіне сай келетін іс-әрекеттер — этноәлеуметтік рөлдер.

Осының негізінде қазіргі кезде қазақтың этностық тәрбиесінің жүйесін жаңғырта отырып, осы тәрбиенің табиғи негіздерін, өз халқының ішінде тамырын тереңге жіберген қатынасының мәдениетінде, оның этноәлеуметтік рөлдер жүйесінде, «Жігіттің үш жұрты бар» деген ұстамында, «Қарға тамырлы қазақ» мәтелінде және т.б. жатқандарды есептеу қажет.

Сонымен, этностық тәрбие аясында тұлғаның дамуы дегеніміз, оның этнос субъектісі ретіндегі өмір сүру барысында этноәлеуметтік рөлдер жүйесін динамикалық игеруі мен өмірлік әрекеттік процесте қалыптасуы. Этнос субъектісі ретінде тұлғаның үйлесімді дамуының көрсеткіші, оның жас ерекшелігі мен жынысына байланысты, қоғамдағы әлеуметтік рөлдер жүйесіне сай, сонымен диалектикалық бірліктегі сол жүйені игеруі болып

табылады.

Әлеуметтік рөлдерді этноәлеуметтік рөлдер жүйесінде диалектикалық бірлікте игеру, тұлғаның қалыптасу үрдісі мен оның дамуы нәтижесінің негізі болып табылады. Кез келген этноәлеуметтік рөлдерді игеру мен орындау үрдісі — тұлға дамуының жиынтықты даму сипаттамасы болып табылады. Тұлғаның рационалды, әсершіл, жігерлі, адамгершілікті, сыпайы, тәжірибелі болуы оның этноәлеуметтік рөлдерді орындауда және игеруінде өз көрінісін табады. Бұл жерде, ниет, талап, іс-әрекет және нәтиже біріге біртұтастықты білдіреді. Демек, тұлғаның этностық тәрбиесінің өлшемі оның белгілі бір этноәлеуметтік рөлдерді толыққанды орындау қабілеті мен дайындығының нысаналы сипаттамасы.

Тәрбиенің этноәлеуметтік рөлдерінің ықпалы қазақта сақталған туыстық қатынастарға өз әсерін тигізе отырып, оның этностық тәрбиесінің кешенді құралы болып табылады:

- этноәлеуметтік рөлді жақсы игерген адам өзін кез келген ортада жақсы сезінеді, өйткені тұлғалы-рөлдік бағыт баяғы кезден бері қазақтардың қарым-қатынасының ұлттық этикеті болып табылады. Этноәлеуметтік рөл — адамның өзін-өзі көрсетудегі мінез-құлық және қарым-қатынас нормасының кешені;

- әр адам туғаннан-ақ этнос мүшесі;
- әр адамда этнос өкілі ретінде туыскандық қатынастың үш арнасы бар:

- өз жұрты;
- нағашы жұрты;
- қайын жұрты.

Біздің этноәлеуметтік рөлдерге көңіл аударуымыздың себебі, балалар қайта жаңғырып келе жатқан этностық мәдениет жағдайында қазақ ұлтына бұрыннан-ақ тән туыстық сезімді бойына сіңіріп өсуі қажет деген ниет. Әсіресе, соңғы уақыттардағы ұлттық бірігу туралы әңгіме бой көтерген кезде, ұлттық мәдениеттің маңыздылығын мойындай бастадық. Бала өзінің этноәлеуметтік рөлін, өзіне: Мен кіммін? Менің қызметтерім қандай? Менің міндеттерім қандай?.. деген сұрақтар қойып, басқалар алдындағы жауапкершілігін сезіне отырып, түсінеді. Әр рөл: ұл, жалғыз ұл, тұңғыш ұл, ортаншы ұл, кенже ұл деген атаулар тек кімнің кімнен кейін туылғандығын ғана білдірмейді. Бұл оларға артқан жауапкершіліктің бір өлшемі, мысалы, тұңғыш

ұл — соңындағы іні-қарындастарына қамқоршы болуға жауапты. «Ағасы бардың жағасы бар», «Ағаның үйі — ақ жайлау» деген мақалдар осы ойды дәлелдейді. Сондай-ақ, кенже ұлға да үлкен жауапкершілік артылады, өйткені ол — болашақ «қара шаңырақ» иесі, әкесінің тікелей мұрагері. Жалпы қазақ халқы ер баланың өмірге келуіне зор көңіл бөлген. Өйткені, ұл — ата-текті жалғастырушы, ұрпақ сабақтастырушы, ерлік пен күштің, ақыл мен жігердің кені, отбасының иесі. Отбасына табыс кіргізу, иелігі мен үстемдігін қамқорлығы арқылы дәлелдеу ер-азаматқа артылатындығы қазақ халқында әлі де сақталып қалған. Осы дәстүрлі аманатты ұрпақтан-ұрпаққа мұра ретінде қалдырсақ, нұр үстіне нұр болар еді.

Қазақта келінге де үлкен жауапкершілік артылады. Қыз баланы тәрбиелегенде оның қыз рөлінде болуына баса мән берілген. Қазақ қызы — қазақтың қызы! Қазақ қызының тәрбиесіне аса көңіл бөлу, бұл тек қана оның басқа ұлттың қыздарымен салыстырмалы түрде, оның ұлттық ерекшеліктеріне құрмет көрсету емес. Қыз баланың әлеуметтік рөлі ғасырлар бойы сақталған. Бұл «Отаныңды сақтаймын десең ұлыңды тәрбиеле, ұлтыңды сақтаймын десең қызыңды тәрбиеле!» - деген Платонның сөзінде дәл көрініс тапқан. Сондықтан болар қазақ қыздары нәзіктік пен махаббат, мейірім аясында тәрбиеленген.

Ұядан ұшпай тұрып, қазақ қыздары өздерінің ертеңгі «келіндік» рөлін: үлкен келін, кенже келін немесе жалғыз ұлдың әйелі сияқты міндеттерді игеруге даярланған. Қосылған қосағымен бірге ата-енені құрметтеу міндеттерін бөліп атқаруға психологиялық тұрғыда дайындық жасалынған. Осындай рөлге ену үшін оған қазақ халқының ғасырлар бойы қалыптасқан салт-дәстүрлері мен әдет-ғұрпы көмектесіп отырған.

Бала өзінің этноәлеуметтік рөлін түсіне отырып, әрбір жас ерекшелігі баспалдағынан өткен сайын, бір этноәлеуметтік рөлден екіншісіне өтеді. Бірақ та олардың жас ерекшелігі мен этноәлеуметтік рөлі бір-біріне сәйкес келе бермейді: өйткені, әр отбасының әлеуметтік жағдайының әр түрлілігі және әр баланың физиологиялық тұрғыда жетілуі де әрқелкі болғандықтан да кейбірінің әлеуметтік жетілуі тезірек өтіп, ол отбасын құрады, яғни жаңа этноәлеуметтік мәртебені иеленеді, ал біреулерде бұл құбылыс кейінірек болады.

Педагогикалық көзқарас тұрғысынан этноәлеуметтік-рөлдік тұрғы этностық тәрбиеде маңызды рөл атқарады. Этноәлеуметтік рөлдік тұрғы идеясын қолданып, қазақ халқының этностық тәрбиесінің ерекшеліктері мен маңыздылығын анықтай отырып, біз этноәлеуметтік рөлдік тұрғы қазақ халқында ерте заманнан-ақ бар екендігіне және оның дұрыс нәтиже беретіндігіне көз жеткіздік. Этнопедагогтардың міндеті — этноәлеуметтік рөлдердің тәрбиелік мүмкіндіктерін, оның белгілі бір дәстүрлер мен салттарға қатынастарын тереңірек зерттеу.

Қазіргі қазақ мектебіндегі тәрбие жүйесіне этноәлеуметтік тұрғы өте қажет. Ал, тәрбиеге кешенділік жағынан талап қойсақ, онда бір этноәлеуметтік рөлді меңгеру оның меңгерілуі мен іске асырылуы аясында төмендегі мәселелерді кешенді түрде шешеді:

- **адамгершілік тәрбиесінің** міндеттерін — әсіресе адамилық, бітімгерлік, байсалдылық, мейірімділік, үлкенді сыйлау;
- **ақыл-ой тәрбиесі мен дүниетаным қалыптастыру** мақсатында — әрбір рөл тек қана табиғат заңдарын ғана емес, сондай-ақ, қоғамдық өмір, әлем заңдарын қатаң сақтай білуді ұсынады;

- **дене тәрбиесінің** мақсатында — әрбір рөл белгілі бір жас деңгейінде тәнін жетілдіруде межеге ұмтылуды ұсынады. Ер балалар үшін бұл атқа міну, садақ ату, ал қыздар үшін — әсем де сыпайы жүріс-тұрыс, сымбаттылық;

- **еңбек тәрбиесі** мақсатында әрбір рөл сәби жастан бастап белгілі бір

іскерлік пен дағдыларды игеруді қарастырады;

- **эстетикалық тәрбие** мақсатында — рөлді игеру адамның сыртқы бейнесінде ғана көрінетін әдемілікті қалыптастыру емес, сондай-ақ өзін-өзі ұстауда, тіл табысуда, кез келген істі орындауда, деннің саулығы тек қана тәннің емес, сонымен қатар моралдық салауаттылық қалыптастыруды пайымдайды;

- **елжандылық тәрбие** мақсатында — рөлді игеру туған жердің экологиялық жағдайын ойлау, оны жауығушылардан, сонымен қатар сезімсіздік қатынастардан қорғауды ұсынады.

Қазіргі мектептерде этноәлеуметтік рөлдермен әлеуметтендіруді диалектикалық бірліктегі байланыста қарау, әлеуметтік рөлдерге: адамзат, еңбекқор, отбасы мүшесі, Отан қорғаушы ретінде дайындау өте қажет.

Қазақ халқының тәрбиесінде ата-ананы асырау жауапкершілігіне баса назар аударылған. «Қара шаңырақ», «Кенже ұл» ұғымдарының негізінде дәл осы идея жатыр. Бұл идеяларды қазіргі тәрбиенің тәжірибесіне жан-жақты зерттеу мен ендіру қажет.

Адам жер бетіндегі жан иелері сияқты белгілі бір заңдар бойынша өмір сүреді, еңбек етеді, дамиды, жетіледі. Заңдар адамдар талап-тілегіне бағынбастан объективті түрде жүзеге асырылады.

Қазіргі адами білімнің негізгі идеялары төменгі заңдарға сүйене отырып түсіндіріледі.

Өзін-өзі тәрбиелеу өзін-өзі танудан басталады. Өзін-өзі тану — өзін-өзі тәрбиелеудің қажетті қыры және алғышарты. Өзіндік таным адамға не және қалай өзгереді, қандай сапалар табысты немесе сәтсіз тәрбиеленеді деген ақпараттарды береді. Өзіндік таным — өзіңе өзіңнің қарым-қатынасың және өзіндік білуіңнің біртұтастығы. Өзіндік танымның негізгі шарты тұлғаның белсенді әрекеті болып табылады.

Өзіндік таныммен бірге өзін-өзі тәрбиелеудің ішкі алғышарты — өзіндік сана болып табылады. Бала бейнелі ойлайтын болғандықтан оның өзіндік санасы да заттық және бейнелі. Ол өзін басқалар арасында алған біліміне сай елестетеді. Өзіндік таным — тұлға ретінде нысаналы әлемнен өзін бөліп ала білуі, өзінің әлемге, адамдарға, өзі-өзіне «Мен-шынайымын», «Мен-мінсізбін», «Мен өзгермелі, дамушымын» деген қырлар арқылы бағалауы. Өзін-өзі тәрбиелеу өзіндік кім сияқты көргің келетін идеалдармен, үлгілермен байланысты. Идеал – өзің еліктеуге тұратын үлгілі адамның тұлғалық ерекшелігі, мінез-құлқы мен адамдарға қарым-қатынасы туралы ой-елестерің.

Өзіндік танымның үш негізгі жолы бар: іс-әрекет нәтижелерінің өзіңде бар жағымды және жағысыз сапалармен байланысы, басқа адамдармен өзін салыстырып көру және өзі туралы өзінің пікірі және басқа адамдардың өзі туралы пікірлері.

Өзіндік танымның өзіндік бақылау, өзіндік сын, өзіндік талдау деген негізгі үш тәсілі болады:





*Өзін-өзі қабылдау* — тұлғаның әлеуметтік денсаулығы үшін аса маңызды психологиялық негіз. Өзін-өзі қабылдау өз болмысының нақтылығына, заңдылығына және өз жауапкершілігіне сенім ретінде болады. Бұл позитивті «Мен-тұжырымдамалы» тұлға, ол өзі қандай болса, өзін сол қалпында қабылдайтын, соған қанағаттанатын, қарым-қатынас пен өзара әрекетке дайын, ішкі емес, сыртқы проблемаларға көңіл аударатын, сондықтан да белсенді, жасампаз, конструктивті тұлға. Оның ішкі көңіл-күйі жағымды эмоциялық күйлермен сипатталады.

Өзін, өзінің психофизиологиялық ерекшеліктерін: реакциялар, қызметтері, құштарлықтары, қабілеттері, қасиеттері, темпераменті, соның нәтижесіндегі мінез ерекшеліктері, өз өмірінің барысы мен өмір сүру әдісін білуі. Бұл — адамның бүкіл өмір сүру барысында толықтырылып отыратын және өмірін мақсатты да, табысты ететін негізгі өзіндік білімнің бірі.

### **1.3 М.Х. Балтабаевтың оқушыларды рухани-адамгершілікке тәрбиелеудегі мәденилік тұрғысы**

Рухани-адамгершілік тәрбие идеялары қазақтың алдыңғы қатарлы ойшылдары мен ағартушыларының еңбектерінде орын алған. Қорқыт бабаның ойлары өзінің «Қорқыт ата кітабында» қанатты сөздер, өсиеттер, аңыз-жырлар ретінде беріліп философиялық тұжырымдамасының негізін құрайды. Оның өсиеттерінің басты тақырыбы — ата-ананың құрметіне сай бала тәрбиесі. «Атаның атын былғаған ақылсыз баланың әке омыртқасынан жаралып, ана құрсағында шырланып, тұмағаны жақсы. Ата даңқын шығарып, өзінің тегін қуған балаға ешкім жетпейді.»

Оның кітаптарының негізгі сарыны бабалар өсиетіне адал болу рухындағы ұрпақ тәрбиесі, батырлық пен ерлік рухындағы тәрбие болып табылады. Үшінші жыр осыған арналады.

Сол кезеңнің салты бойынша он бес-он алтыдағы ер бала соғыс өнерінің барлық қырын меңгеруі тиіс. Үлкендер жас жігіттерді өздері мен бірге майданға әкетеді. Қолына қару алып, тар жол тайғақ кешпеген, жауының қанын төкпеген жігітті ешкім адам ретінде санап, сыйламайды. Ал, жауының алдында тайсақтаған, қашқан адамды өз әкелері қатаң жазалап отырған.

Қорқыт жырлары өз арын жоғары бағалауға, соғыс өнерін танып-білуге, өз Отанын жаудан қорғауға және Отан үшін жан қиюға шақырады.

Ж. Баласағұн өзінің атақты «Құтты білігінде» (Құт әкелетін білім) философиялық ойлары мен дүниетанымдық идеалдарын жеткізеді. Оның түсінігінде мейірімділік пен бақыт мәселелері адамның өмір салтына қатысты. Адам өлгенмен, оның ісі мәңгілік. «Кісі мәңгі болмас, ары — мәңгі қалар шапағаты».

Баласағұн «адам ғұмырының ұзақтығы ұзақ өмір сүруінің емес, ізгі істерімен өлшенеді» дейді. «Егер адам артына өз ұрпағына пайда келтірердей іс қалдырса, оның жаны өлмейді». Ж.Баласағұн бала тәрбиесінде ата-аналарға насихат боларлық өте құнды педагогикалық мұра қалдырды. «Өзіңнен ұл-қыз туса, асыл бекзат, қолда өсір, ұстай көрме алыста жат».

*«Мейірімді, таза болса тәрбиесі,  
Баланың еркін өсер ақыл-есі,  
Ұл-қызға әдеп үйрет, білім-өнер,  
Көп көріп, сонан пайда кемелденер».*

Егер бала жаман мінезді болса, онда жақсы адамдарға қауіп төнгені. Адам өмірде өз ойындағы мақсаттарға жеткісі келсе, ол дұрыс тәрбие алуы керек. Ата-ана өз ұлына бірінші кезекте ата-текті жалғастырушы, үйдің қожайыны екендігін ұғындыруы қажет. Бұл — ата-ананың бірінші парызы. Халыққа тән адамгершілік бейне үлкенді, ата-ананы сыйлау мен құрметтеу арқылы айқындалады. Сондықтан да әкесін құтқару жолында мерт болған ұлдың өлімі — бақытты өлім. Өнегелі тәрбие жас адамның өмірдегі өз жолын жаңылмай табуға көмектеседі.

*Ақылды — ұлы, біл, білімді — білікті,  
Қонса екеуі, ұлы етер жігітті...  
«Ақыл қайда болса, ұлылық толады,*

*Білім кімде, сол білікті болады.  
Ақылды ұғар, білімділер біледі,  
Түгел болар білімді, есті тілегі!»...*

Баласағұн мейірімділіктің, шындықтың мәніне терең үңіледі:  
Әділеттілік — бақыт, негіз (ұя), бақыт — қанағатшылдық пен тәубешілдік. Әділеттіліктің мәні — адамшылдық. (Бұл көзқарастар «Өзін-өзі тануға кіріспе» оқу құралында толығымен келтірілген. Авторлары: Б.Қ.Құдышева, Ғ.Ж.Жұманова, С.С.Нұркеева, Д.Е.Серовайская, Алматы, 2007. — 140 бет ).

Еліміздегі алғашқы педагог-ғалымдар Ж.Аймауытов, М.Жұмабаев өскелең ұрпақтың рухани-адамгершілік тәрбиесі мәселесін тарихи-мәдени көзқарас тұрғысынан қарастырған.

Оннан астам кітаптың, жүздеген ғылыми мақалалардың, көркем шығармалардың, педагогика мен эстетикалық оқулықтар мен оқу құралдарының авторы — Ж.Аймауытов, балалардың моральдық-имани бейнесін қалыптастырудың мақсаты мен міндетінің, әдісі мен құралының белгілі бір заңдылықтары мен қағидаларын айқындаған.

М.Жұмабаевтың «Педагогика» оқулығында рухани-адамгершілік тәрбиесінің қайнар көзі мен қағидалары, мақсаты мен міндеті, мұғалім, тәрбиеші және жетекші тұлғасының моральдық бейнесін қалыптастырудың әдістері мен құралдары айқын ашылған. Балалардың имани тәрбиесінің бастауына этнопедагогика мен этнопсихология алынған. М.Жұмабаевтың педагогикалық жүйесінің жетекші қағидалары адамгершілік, демократтық және отансүйгіштік болып табылады.

Рухани-адамгершілік тәрбиесі идеясы республиканың көрнекті қайраткерлері мен педагог-ғалымдары — М.Әуезов, Қ.Сатпаев, М.Ғабдуллин, Б.Момышұлы, Р.Т.Лемберг, Т.Бегалиев, С.Балаубаев, А.Темірбеков, М.Хамраев және т.б. еңбектерінде де жинақталған.

Сондай-ақ, көрнекті кеңестік педагогтар Н.Н.Блонский, Н.К.Крупская, А.В.Луначарский, А.С.Макаренко, В.А.Сухомлинский, С.Т.Шацкийлердің ғылыми мұраларында да рухани-адамгершілік тәрбиесі идеясы орын тепкен.

ТМД мен Қазақстан ғалымдарының оқушылардың рухани-адамгершілік тәрбиесіндегі көзқарастары жүйесін зерттей келе, біз өзбетінше белсенді тұлғаның қалыптасуының теориялық негіздерін және тұжырымдамалық ережелердің мінездемесін табамыз.

Орыс философтары Н.А.Бердяев, Н.О.Лосский, П.Ф.Флоренский дамытқан адам тұжырымдамасында, дара тұлға мәдениеттің кіндігі, оның жоғарғы рухани құндылығы ретінде көрінеді. Тұлға мәдениетті жасау және игеру арқылы өзінің рухани болмысын табады, адамзаттың ажырымас бөлігіне айналады. Бұл ережелерден «адамның мәдени болмысы оның рухани-адамгершілік тәрбиесін жүйелеуші құрамды бөлігі болып табылады» деген пайымдау өзінен өзі шығады.

Осыларға сүйене отырып, біз рухани-адамгершілік тәрбиесінің басты мақсаты ретінде мәдениет адамын қарастыру мүмкін деп есептейміз. Бұл дегеніміз, бүкіл өмірі бойында өз мүмкіндігін жүзеге асыруға және өз білімін көтеруге қабілеті бар, соның негізінде өзінің адамгершілік, рухани, өміршендігін анықтайтын жеке қасиеттері жатқан жан-жақты тұлғаның бейнесі болып шығады.

Мәдениет адамы — еркін әрі рухани тұлға. Мұндай тұлғаны тәрбиелеу дегеніміз — өзінің оқшау ішкі әлемін тану мен түсінуде өмірлік идеяларды іздестірумен, бақыт құндылықтарын таңдаумен және күнделікті өмірдегі мінез-құлық ұстанымдарын қолдаумен қатар, рухани талабы мен жан жарасымын дамыту деп шамалауға болады.

Педагогикалық көзқарас тұрғысынан келгенде бұл оқушылардың бойында саналылық пен өзін-өзі сыйлау, дербестігі мен ішкі тәртіп, басқа адамдардың пікірін құрметтей отырып, пікір тәуелсіздігін сақтау, рухани идеялар мен жан құндылықтары әлемінде адаспау қабілеті, шешім қабылдай білу және әр істің бастауындағы еркін ізденісте өз ісіне жауапты болу, мінез бағытын таңдау және өзіндік даралық даму жолына түсу сияқты өзара байланысты қасиеттерін тәрбиелеу деген сөз.

Білім — руханилықтың негізі, әрқашанда «барлық тарихи өзгеріс жағдайларында жоғарғы құндылықтарды қабылдау негізінде Жан мен Тәннің үйлесіміне жетуге ұмтылатын әмбебап бағыт» болып табылатын идеал.

Адамды әлеуметтік дамудың мақсаты деп жариялау өзара байланысты екі құбылыстың дамуына — тұлғаның рухани-адамгершілік қасиеттердің иесі ретіндегі «субъективтік байлығына» және осы тарихи кезеңдегі қауымның мәдениеті ретіндегі «қоғамдық байлыққа» негізделген.

Тарихи-философиялық деректерді талдау сияқты, қазіргі зерттеулерді пайымдау да, айтылып отырған мәселе-лерді этнопсихологияның, этнопедагогиканың және этномәдениеттанудың тоғысында қарастыру оның болашағының зор екенін көрсетеді. Өйткені қазіргі ғылыми білімде бұлардың теориялық-тұжырымдамалық негізі де, нақты-әлеуметтік негіздемесі де бар. Бұл кездейсоқ емес, себебі әрбір педагог пен оқушының ойлауы, тілі, сөзі мен қарым-қатынасының арғы түбінде оқыту мен оқу жұмысының мәдени-тарихи жиынтығы жатыр.

Қоғамдық және әлеуметтік ғылымдардың жоғарғы жетістіктерін пайдаланатын әрі адамзатың көркем-эстетикалық мұраларына сүйенетін педагогикалық мәдениеттану; білім беру қызметінің ең болашағы зор рухани-имани бағыты болып табылады. Адам тіршілігінің бүкіл болмысына шын мәнісінде «жайылып кеткен» күрделі көрініс ретінде мәдениет жайлы тұтас әсер беру үшін, біз өз көзқарасымызды мәдениеттанудың педагогикалық қарымының оқушыларды рухани-имани тәрбиелеу мәселесіне араласуында қисындадық.

Педагогикалық мәдениеттануға жанның болмысы мен рухтың құпиясын барлық көрінісінде бірдей зерттеп, тануға мүмкіндік беретін үздіксіз білім беру жүйесінің кешенді тәсілі, жаңа қоғамдық және ұйымдастыру мәселелерін жан-жақты көрсетуді, әрі шешуді қамтамасыз ететін әдістемелік дербестік тән.

Педагогиканың өзекті бағыты — өткеннің мәдени тәжірибесін келешек ұрпақтарға жеткізу; өйткені, кез келген кәсіпқой оқыту мен білім берудің мақсаты — жеке дара пендеден тұлға ретіндегі нақты маман дайындау. Оны қалай жүзеге асырамыз. Бұл аз болса, әрі қарай қалай жылжымыз. Осы жерде біз тағы бір терминді — педагогикалық мәдениеттанудың негізгі анықтамасы — өнер терминін енгізуіміз керек. Өнер халықтың жаны екені көпке белгілі. Ең тиімді әрі әмбебап құрал ретінде тек қана өнер жеке дара пендені тұлғаға және рухани-адамгершілік тәрбиесі субъектіне айналдыра алады.

Эстетикалық білімді меңгеру, ғылым мен мәдениетті өнер тәжірибесі арқылы игеру және сенімді иелену — осы және басқа да көптеген шаралар тұлғаны мәдениет пен өркениет жетістіктеріне жақындату механизмі болып табылады.

Бұл тұрғыдан біз қазақтың дәстүрлі көркем мәдениетін, ұлттық рухани-имани құндылықтар жүйесін іштей талдап берген жағдайда қамтамасыз етілетін тәрбие құралы, әрі оның нәтижесі ретінде қарастырамыз. Жеке білім алу түрі ретінде көркем мәдениетті психологиялық талдаудың педагогикалық тиімділігі, халық өнерінің синкреттік, көпқызметтік және басқа да заңдылықтарынан шығатын, қоғамның рухани құндылықтарының ерекше сипаттарына тәуелді. Көшпенді қазақтардың мәдениеті — бұл ең алдымен олардың көркем шығармада және Ұлы даланы мекендеушілердің этикалық-эстетикалық, философиялық көз-қарастарының ерекше жүйесінде айрықша көрнекті ашылатын рухани дәстүрі. Өкінішке орай, «... он тоғызыншы ғасыр бізде тек қана отырықшы халықтар дамушы өркениетті жасай алады, ал Орталық Азияны тоқырау немесе зұлымдық пен жабайылық жайлады, деген тұжырымдаманы мұраға қалдырды.

Қазақ халқының рухани дәстүріне оралу, көркем шығармада жан-жақты бейнеленген, ғылым мен өнерді үздіксіз білім беру жүйесінде оқытудың, тәрбиелеудің, үйретудің және дамытудың барлық қырын игеру деген сөз.

Қазақтардың көркемдік санасының барлық көрінісі, оның ішінде музыка да, бүкіл ғарыштық әлемнің үлгісін жасауға және ондағы адамның орнын анықтауға саяды. Қазақтың ұлттық өнері шығармаларында көркем-эстетикалық, дәстүрлі-мерекелік және барлық мүмкін болған әлеуметтік қызметтер және ең бастысы, тәрбиелік әрекеттер көрініп тұрады.

Демек, дәстүр оқыту мен оқу жүйесіне ұлттық рәміздің рөлін ойнайтын жекелеген этнографиялық элементтер сипатында қосылмауы керек, керісінше, оны толық меңгеру қажет, сонда халық өнерінің өмірімен, республика тарихымен, халықтың тарихымен тығыз байланысын білуге мүмкіндік береді, жас ұрпақтың дүниетанымын және эстетикалы-имандылық дамуына жағдай жасайды.

Біздің ойымызша, үздіксіз білім берудегі ғылым мен өнердің синтезі адам ойының қызметін қалыптастыру мен құрылымын өзгертуден көрінеді, бұл оқыту мен оқу мәдениетінде айтарлықтай жаңалықтарға әкеледі.

Жаңа идеяларға, құндылықтарға, ұстанымдар мен мақсаттарға бет бұру өндірістен шығатын әлеуметтік тапсырыспен анықталып отырған жоқ, ол айтарлықтай дәрежеде, уақыт әсерін жіті аңғаратын және жаңа жағдайларда тез бағыт табатын білім беру

субъектісі — оқушылардың өзінің талабынан және ықыласынан туындап отыр. Бұл жағдайда білім алу педагогтан оқушыға деген дәстүрлі бағытта ғана жүрмейді, керісінше болуы да ықтимал. Бұл әлеуметтік зерттеулермен дәлелденген.

Рухани-адамгершілік тәрбиесінің шешуші қосарлары «ішкі дәлел» мен «сыртқы ынталандыру», «белсенді белгі» мен «саналы пайымдау», «өзіндік бақылау» және т.б. болып шығады.

Осыдан келіп тәрбие төмендегідей негізгі шарттардан шығу керек:

- оқыту мораль идеалдарына, адамгершілік құндылықтарына және этикалық ұстанымдарға негізделуі қажет;
- оқу оқушылардың ішкі қисыны мен сыртқы ықыласына негізделуі керек;

- педагог пен оқушы тұлғасын дамыту рух - жан - дене бірлігінде және сана-сезім - ерік тұтастығында жүргізілуі керек.

Сонымен бірге педагог пен оқушы қызметінің стратегиясы:

- оқыту мен оқуды педагогтар мен оқушылар арасындағы мәдени шығармашылық диалог негізінде оқу-тәрбие мәселелерінің шешімі ретінде ұйымдастырғандай;

- педагог пен оқушыны үздіксіз білім беру жүйесінің толыққанды субъектісі жағдайына қойғандай;

- педагог пен оқушыны, «оқытушы оқитын адам» және «тәрбиеші – тәрбиеленуші», «жетекші үйренуші тұлға» және «ұйымдастырушы — дамушы субъект» жүйесіне топтық және ұжымдық өзара әрекеттің белсенді мүшесі ретінде қосқандай, жағдайда болу керек.

Мұндай келелі қарым-қатынас жағдайында рухани-имани тәрбие белгілі бір логикаға ие болады. Бұл оқушының тұлға ретінде оның жас ерекшеліктерінің мүмкіндіктеріне сай қалыптасатын мінез ерекшеліктері:

1. Оқытушы мен тәрбиешінің педагогикалық тапсырмаларын орындаудағы **БЕЛСЕНДІЛІГІ** мен **ДЕРБЕСТІГІНІҢ**;

2. Моральды-этикалық және санитарлық талаптарды сактай отырып **ЫНТАЛЫЛЫҒЫ** мен **ТӘРТІБІНІҢ**;

3. Табиғатты қорғау мен өмір сүру аймағын аялаудағы **ШАРУАҚОРЛЫҚ** пен **ҰҚЫПТЫЛЫҒЫНЫҢ**;

4. Жетекші мен ұйымдастырушының нұсқауы бойынша тұрмыстың шаруа және мектеп пен отбасы істерін басқарудағы **ІСКЕРЛІГІ** мен **ТАПҚЫРЛЫҒЫНЫҢ** үйлесімді дамуындағы дәйекті жетістіктерден көрінеді.

### **Бакылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. «Өзін-өзі тану» пәнінің әдіснамалық-теориялық негіздемесін алғаш жасаған философ-ғалымдарды атаңыз.
2. «Өзін-өзі тану» пәнінің мақсатынан туындайтын міндеттерді анықтаңыз.
3. «Өзін-өзі тануды» материалистік психология рухында түсіну дегеніміз нені білдіреді?
4. «Өзін-өзі тануды» философия тұғырынан рухани іс-әрекет тәжірибесі ретінде түсіну дегеніміз не?
5. «Рух» мәселесіне қатысты Шығыс пен Батыстың негізгі түсініктерін ажыратып, түсіндіріңіз.
6. «Өзін-өзі тану» пәнін құрудың негізгі қағидаларын атаңыз.
7. Белгілі педагог-ғалым К.Ж.Қожахметованың тұжырымдамасының мәні неде?
8. Өзіндік танымның негізгі үш тәсілі қандай?
9. М.Х.Балтабаевтың оқушыларды рухани-адамгершілікке тәрбиелеудегі мәденилік тұрғысының мәні неде?



## II БӨЛІМ. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ

### 1-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ ЖАЛПЫ СИПАТТАМАСЫ

#### 1.1 Өзін-өзі тану ұғымы

Әр адам өзіне-өзі өмірінде бір рет болса да мынадай сұрақ қояды: «Мен кіммін? Мен қандаймын? Менің өмір сүруімнің, менің өмірімнің мағынасы не?» Бұл философиялық сұраққа әр адам әрқалай жауап береді: кейбірі жауап таппайды, кейбірі өздеріне толық мінездеме беруге тырысады, кейбірі жауап берсе де, өз жауаптарына қанағаттанбайды.

Бұл сұрақтарды қоюдың өзі жануарларда болмайтын, тек адамға тән өзін-өзі тану қажеттілігі бар екенін білдіреді. Расымен де, әр адамның ішкі дүниесі – бұл бүкіл әлем, ғарыш секілді шексіз.

Сондықтан да, адамзаттың бүкіл даму тарихында өзін-өзі тану мәселесіне деген қызығушылық әрдайым тұрақты түрде туындап отырған, және де адамдар қоршаған әлемге қызығушылық танытқанда, оны түсінуге қабілетті болған сайын, бұл мәселе туындап отырады да.

Сонымен өзін-өзі тану деген не? Атауына сәйкес, бұл сұраққа жауап беру оңай сияқты. *Өзін-өзі тану* – бұл өзін тану, өзінің әлеуетті және өзекті қасиеттерін, тұлғалық, интеллектуалдық ерекшеліктерін, мінез бітістерін, өзінің басқалармен қарым-қатынасын және т.б. тану үрдісі. Алайда өзін-өзі танудың мәні, құрылымы, механизмі туралы көп сұрақтарға оның анықтамасынан жауаптарды сүзіп алуға болмайды. Мүмкін Ежелгі Грекиядағы ғибадатханалардың бірінде жазылған «Өзіңді өзің таны» деген сөздің мәні мен мағынасының әлі күнге дейін жұмбақ болып қалуы да содан болар.

Өзіңе-өзің мінездеме бер (өзің жайлы не білесің?) деген ұсынысқа адамдар тарапынан жалпылама жауап беріледі: «Мен ақылдымын, әділмін, басқалармен жақсы қарым-қатынас жасай аламын». Дәл осылайша жас бала да өзі жайлы жауап қайтарады: «Мен жақсымын, Мен үлкенмін». Білімсіз, мәдениеті төмен ортада өмір сүретін адамдар өздеріне мінездеме беруде және өздерін бағалауда қиналатынын атап кетуге болады.

Қызықты мәліметті біз психолог А. Луриядан табамыз, ол 20 ғасырдың 30 жылдарында Орта Азия адамдарының психологиялық ерекшеліктерін зерттеген. Ол адамдардың өздерін бағалауын сұрайды. Көбі сұрақты түсінбей, кейбіреулері: «Мен жайлы көршілерден сұраңыздар, солар жақсы біледі», – деген.

«Өзінді-өзің таны» деген нақышты сөз мәдениетті және білімді адамдарды қатты ойландырады, оларда жаңа философиялық сұрақтар пайда болады. Олардың ішінен біз 4 сұрақты ерекше атаймыз:

- Адам үшін өзін-өзі танудың маңызы қандай?
  - Өзіңде нені тануың қажет, ал нені тануың қажет емес? (өзін-өзі танудың объектісі не?)
  - Адам өзін-өзі қалай таниды? (өзін-өзі танудың механизмдері, жолдары және құралдары қандай?)
  - Адам өзін таныды дейік, ал ары қарай не болмақ?
- Әрі қарайғы баяндауымызда осы сұрақтарға жауап беруге тырысамыз.

## **1.2 Адам өміріндегі өзін-өзі танудың маңызы**

Өзін-өзі тану мәселесі алғаш Ежелгі Шығыстың діни тұжырымдамаларында пайда болған. Онда өзін-өзі танудың мәні мен мағынасын ашуға ғана емес, оның әмбебеп технологиясын жасауға да талпыныс жасалынған. Олардың кейбір элементтері қазіргі психологияда да қолданылуда.

Өзін-өзі тану мәселесі аяқталынған түрде буддизмде ашылған. Буддизм ілімінің мәні – Гаутама ханзадасы – Будданың үш уағызында баяндалған.

Бірінші уағызда Гаутама екі нәрседен аулақ болуды нұсқайды: сезімдік ләззаттануды тым құптаушылықтан және шектен шыққан сопылықтан. Бұған екі ортадағы жолды таңдау арқылы қол жеткізуге болады. Сонда ғана адам жоғары даналықты иелене алады, іштей сәулеленіп, нирванаға қол жеткізеді. Ары қарай Гаутама, өмір – азаптану (дуккха): туылу, ауру, өлім, бәрі дуккха – дейді. Азаптану себептері – тілектерден, өмірге және ләззаттануға деген жақындықтан тұрады. Азаптануды тоқтату – тілектерден арылу, олардан бастарту жолдарымен мүмкін болады. Оның 8 жолы бар: 1) дұрыс түсіну; 2) дұрыс ой; 3) дұрыс сөйлеу;

4) дұрыс әрекет; 5) дұрыс өмір сүру сипаты; 6) дұрыс ниет; 7) дұрыс ұмтылыс; 8) дұрыс шоғырлану.

Екінші уағызда адамда жанның болмауы туралы теория баяндалады: Денеді (рупада) жан жоқ. Егер денеді жан болса, онда ол дуккханың субъектісі болмас еді. Денеді жан болмағандықтан, ол дуккха субъектісі болады. Бұдан – адам өзінің Менінен бас тартуы керек деген шығады.

Үшінші уағызда адамның шынайы ақыл-ойын жабатын білместікті қозғалысқа келтіретін «өмір дөңгелегі» туралы сөз болады. Білместік әрекеттерді туғызады, нәтижесінде дүниедегі формаларды бөлетін әдеттегі сана қалыптасады. Формалармен байланысқа түсу процесінде тілектерді тудыратын сезімдер пайда болады, тілектер ашкөздіктің себебі болады, ашкөздік мәңгілік тіршілік етуге құштарлыққа әкеледі, өмірге құштарлыққа – туылуға, туылудың міндетті түрдегі салдары қартаю мен өлім. Басқаша айтқанда, Будда іліміне жүгінбейінше тіршілік иесі «өмір дөңгелегінің» айналымына ұшырайды.

«Өмірдің дөңгелегінен» босанып шығу үшін неге қол жеткізу қажет? Буддизмге сыйынатын адам өзінің «Менінен» бас тартуы керек, рухани тазаруға және ақыр соңында нирванаға қол жеткізуі керек. Нирвана – бұл толық ішкі болмыс күйі, тілектердің, толық қанағаттанушылықтың болмауы, сыртқы дүниеден толығымен безіну. Нирвана – абсолютпен толықтай бірлесу.

Нирвана күйіне қалай қол жеткізуге болады? Бұл жерде 1-ші орында – өзін-өзі тану тұрады. Міне осы жерде үздіксіз мәселе туындайды: толықтай өзін-өзі тану – толықтай өзін-өзі реттеу – рухани тазару – нирвана. Осылай, өзін-өзі тану – соңғы мақсатқа, яғни нирвана күйіне қол жеткізудің міндетті шарты болып табылады. Өзін-өзі білмейтін адам, оған ешқашан да жақындамай, «өмір дөңгелегінде» ұзақ уақытқа қала береді.

Өзін-өзі танудың жетекші құралының бірі – медитация болып табылады. Оған буддизмде үлкен мән беріледі. Медитация үрдісінде буддист өз психикасының ағымын, өзінің Менін-бейнелерін, сезімдерін, ойларын, ұмтылыстарын және т.с.с. жан-жақты түрде интуитивті қарастырады. Сонымен, медитация арқылы өзін-өзі тануда әлеммен үйлесімді бірлестікке қол жеткізіледі.

Өзін-өзі танудың мағынасы христиандықтарда басқаша қарастырылады. Олардың негізгі идеялары: күнәлік идеялары, құтқарылу идеясы болып табылады. Күнәлік идеясынан бүкіл бақытсыздық және одан құтқарылу ілімі пайда болды.

«Жеке адамның өзін-өзі тануы – өз ішіндегі ойларын тануы. Өзіңмен-өзің болу, – деп жазды А.Сурожский, – бізді құтқарылсын деген адам кейпінде болу».

Ғылыми көзқарас тұрғысынан өзін-өзі танудың мәні психологияда неғұрлым толық ашылады. Онда өзін-өзі танудың мәнінің түрлі қырлары ашылады. Солардың кейбіреуіне тоқталатын болсақ:

- өзін-өзі тану – тұлғаның психикалық және психологиялық денсаулыққа ие болуының шарты;
- өзін-өзі тану – ішкі үйлесімділікке және психологиялық кемелдікке ие болудың құралы;
- өзін-өзі тану – тұлғаның өзін-өзі дамытуының, оның өзін-өзі жүзеге асыруының жалғыз жолы.

Әрине бұл қырларының бәрі бір-бірінен бөлек көрінбейді, олар өзара тығыз байланысты. Ғылымдағы түрлі психологиялық тұжырымдамаларда (олар өте көп) оның қандай-да бір жағына басымдылық жасалады.

Мысалы, классикалық *психоанализде* өзін-өзі танудың маңызды құраушысы – бейсанаға ығыстырылғанды түсіну болып табылады. Австриялық психолог, әрі психиатр **З.Фрейдтің** ойынша санаға қолайсыздың барлығы ығыстырылады, ең алдымен жыныстық және агрессиялық үрдістер. Психоаналитиктің мақсаты, пациентке психоанализдің қажетті техникаларын қолданып, ығыстырылғанды қайта бастан кешірту, оны сезіндіру. Нәтижесінде катарсис (рухани тазару) және тұлғаның сауығуы орын алады.

З.Фрейдтің шәкірттері, өз ұстазының ережелерінен біршама алшақтап, ары қарай жылжыды. Мәселен, **А.Адлер** (ол да австриялық психиатр) өзін-өзі танудың мәні тұлғадан жиі жалған мақсатпен жасырылатын, оны билікке, өзгелерге үстемдік етуге итермелейтін адамның өзінің шынайы өмірлік мақсатын тануында деп түсінеді. Басқа шәкірті – швейцариялық ғалым **К.Юнг** тұлғаның «Көлеңкеге» кеткен жақтарын адамның өзімдікі деп танымайтын аясын, бірақ шынайы бар және оның ажырамас бөлігі болып табылатынын (тұлғаның бүтіндігі) тануы

деп есептейді. Басты міндет осы жақтарының бәрін тану және қабылдау, сөйтіп өз бүтіндігін және өз «Менінің» толықтығын сезінуге жету.

Италиялық психолог **Р.Ассаджол** негізін салған *психосинтезде*, өзін-өзі танудың негізгі идеясы ішкі үйлесімділікке жетуге, Жоғары «Менмен» бірігуге саяды. Ол үшін адам өз тұлғасының қандай ерекшеліктерімен (яғни субтұлғалармен) теңестірілетінін ұғынуы керек, нәтижесінде олар тұлғаға тұтастай «үстемдік» етеді де, сонысымен оның үйлесімсіздігін анықтайды.

Мысалы, адам өзін «Әкесімен», «Бастығымен», «Жолы болмайтын адаммен», «Мазасыз адаммен», «Бақытты адаммен», «Жылпос адаммен» және т.б. теңестіре алады және өмірде өзін сол таңдап алған рөліне сәйкес ұстай алады. Адам өзінің ішкі үйлесімін табу үшін, өзінің субтұлғаларын айқындап, тануы қажет, өзіне «үстемдік» етіп отырғандарға ұқсамай, олардың бәріне толық бақылау жүргізуі керек.

*Геиштальттерапияның* негізін салушы неміс психологы **Ф.Перлз**. Ол өзін-өзі тану адамның тұлғалық кемелденуінің құралы деп санайды. **Ф.Перлз** тұлғаның кемелденуінің көрсеткіштері ретінде төмендегілерді көрсетеді:

- қолдауды өзгелерден емес, өзінен таба білу;
- өзіне жауапкершілікті ала білу;
- күрделі жағдаяттарда өз ресурстарын жұмылдыра білу;
- тығырықтан шығу үшін тәуекелге бару.

Адам мақсатына жету үшін, өз невротикалық деңгейлерін танып, олармен мұқият жұмыс істеуі керек: «**клише**» – ол бұл деңгейде пайда болатын таптаурындардың әсерінен әрекет жасайды; «**жасандылық**» – бұл жерде рөл және әр түрлі ойындар үстем болады; «**тығырық**» – басқа адамдардың және өздігінен адекватты қолдаудың жоқтығы; «**ішкі жарылыс**» немесе «**өлім**» – өзін-өзі танудың осы деңгейіне жеткеннен кейін, адам өзінің шынайы «Менін» ашады, тұлғаның кемелденген бітістерін игереді.

Өзін-өзі тану мәселесіне *гуманистік психологияда* ерекше мән беріледі. Бұл жерде өзін-өзі тану тұлғаның өздігінен дамуының және өзіндік өзектіленуінің, яғни өзгелердің немесе әлеуметтік ортаның айтқанындай емес, өзі бола алатын адам болуға қабілеттілігінің қажетті шарты ретінде қарастырылады. Гуманистік психологияның беделді өкілдерінің бірі американдық

ғалым **К.Роджерс** болып табылады. Оның тұжырымдамасына сәйкес адамда «шынайы Мен» және «мінсіз Мен» екі құраушы, сондай-ақ адамға тән емес, бірақ оған үлкен әсер ететін тағы бір құраушы – әлеуметтік орта болады. Шынайы «Мен» – адамның өзі, ойлары, өз сезімдері мен талпыныстары туралы түсініктерінің жүйесі. Мінсіз «Менге» адамның қандай болғысы келетіні, оның тәжірибесі және терең толғаныстары жатады. Әлеуметтік орта – бұл адамға сырттан таңылатын нәрселердің бәрі, яғни нормалар, құндылықтар, көзқарастар, мінез-құлықтың тәсілдері және т.б. Шынайы Мен мен мінсіз Меннің арасында пайда болатын сәйкессіздіктер үрейлену сезімін, мінез-құлықтың дағдыдан тыс көрінулерін, тәжірибенің бұрмалануына немесе оны теріске шығаруға алып келетін әртүрлі психологиялық мәселелерді тудырады. Сонымен, өзін-өзі тану адамның өзіндік тәжірибесін меңгеруінің, терең толғаныстарының, сайып келгенде – өзімен-өзі болуының құралы. Ол үшін тұлға өзін-өзі қалай қабылдайды, басқалар оны қалай қабылдайды, өз тәжірибесін бұрмалауға не түрткі болды, қоршаған ортаға сәйкес өзін қалай ұстайтынын түсінуі қажет. Адам өзін-өзі танудың нәтижесінде тұлғалық өсуге, өзін-өзі жетілдіруге және өзін-өзі өзектендіруге қабілетті болып, өмірдің толықтығы мен қуанышын сезінуге, өмірдің мәнін түсінуге мүмкіндік алады.

Ал енді тұрмыстық психологияның тұрғысынан, өзін-өзі танудың мәні

өте қарапайым түрде анықталады. Психологияны ешқашан оқымаған кез келген адам, «Өзін-өзі танудың мәні неде?» деген сұраққа былай жауап беруі мүмкін: «Өзін-өзі тану – өз мүмкіндіктерін жұмыста, басқа адамдармен қарым-қатынаста, бір жұмыспен айналысқанда толығымен пайдалануға мүмкіндік береді» – және бұл жауап дұрыс та болады. Басқалай да жауаптың болуы мүмкін: «Мен басқаларға билік жүргізу үшін, өз мақсатыма жету үшін, оларға айла-амал қолдану үшін өзімді-өзім танымын». Демек, қарапайым тұрғыдан өзін-өзі танудың екі мағынасы болады: бірі – жағымды, екіншісі – жағымсыз. Расымен-ақ, жағымды мағына – кез-келген жағдайда белгілі бір талаптарды қажет етеді және өз мүмкіндіктерін алдын-ала тануын қажет етеді. Теріс мағынада – өзін-өзі жақсы білу – тек өз бас пайдасына ғана қажетті қолданылады дегенді білдіреді.

Сонымен, біз адам үшін өзін-өзі танудың мәні мен мағынасының қаншалықты екендігі туралы сұраққа қысқаша жауап беруге тырыстық. Өзі үшін бұл мағынаны әркім өзінше анықтайды. Сонымен қатар, жалпы жоспарда өзін-өзі танудың үш мағынасы, үш спектрі (шоғыры) бөлініп көрсетіледі:

- діни деңгейде – бұл өзіндегі діни бастаманы тану арқылы адамның Құдаймен (Абсолютпен, Бүкіл Әлеммен) бірігу әдісі;
- қарапайым (тұрмыстық)-психологиялық деңгейде – өз мүмкіндіктерін неғұрлым толығымен пайдалану және өзге адамдарды басқару құралы;
- терең-психологиялық деңгейде – бұл психологиялық денсаулықты, үйлесімділік пен кемелділікті, өзін-өзі дамытуға және өзін-өзі өзектендіруге қабілеттілікті игеру жолы.

### 1.3 Өзін-өзі танудың аумақтары мен аймақтары

Мына сұраққа жауап беруге тырысайық: «адамның өзін-өзі тануының нысаны не?» Кез келген адамнан «Сен өзің туралы не білесің?» – деген сұраққа, әрқайсысымыз алдымен аз ғана минуттық кідірістен кейін: «Мен адамдармен тез араласамын, бірақ ұяңмын, жалпы жақсылық тілеп тұратын адаммын, мүмкін батыл емеспін», т.с.с. жауаптар аламыз. Бұл кезде мәселе емтихан алдындағы жағдайға ұқсап қалады. Студент бір мезгілде көп материалды есіне түсіруге тырысады, бірақ бұл әрине мүмкін емес. Ендігі кезекте ол нақты сұрақтары бар билетті қолына алып тынышталып ойланса, егер материал бұрын жақсы зерттелініп оқылса, онда жауабы тереңірек және мазмұндырақ болады.

Сол сияқты өзін-өзі тану процесінде де біз түсініп, зерттегіміз келетін өзіміздің тұлғалық аумақтарымызды бөліп алуымыз қажет. Психологияда өзін-өзі тану аумағын ең алғаш америкалық психолог У. Джемс (прагматизмнің негізін салушы) бөліп анықтаған. Ол адам санасының элементтері ретінде *физикалық тұлғаны, әлеуметтік тұлғаны, рухани тұлғаны* бөліп қарастырады.

*Физикалық тұлға* – бұл адамның дене құрылымы және қоршаған ортасын құрайтын материалдық заттар (қазіргі психологияда осындай тұрғы ғалымдар арасында тартыстар тудыруда): киімі, отбасы, әл-ауқаты, өз еңбегінің жемісі.

*Әлеуметтік тұлға* – бұл біздегі дара тұлғалықты өзге

адамдардың мойындауы. У.Джемстің пікірінше, индивид адамнан қаншама тұлғалық сипаттарды көрсе, онда соншама әлеуметтік тұлғалар болады.

*Рухани тұлға* – бұл нақты алынған рухани қабілеттер мен қасиеттерінің, адам санасының жекелеген күйлерінің толығымен бірігуі.

Тұлғаның осы үш түрі иерархиялық жолмен ұйымдастырылған. Жоғары деңгейде рухани тұлға, төменгісінде физикалық тұлға, осы екеуінің аралығында әлеуметтік тұлға орналасқан.

Осыған орай У. Джемстің пікірі бойынша өзін-өзі тану физикалық, әлеуметтік немесе рухани тұлға деңгейлерінде жүзеге асады.

Көптеген ғалымдар адамдардың био-әлеуметтік табиғаты туралы тұрғыны ұстанады. Осыған орай биологиялық және әлеуметтік қасиеттері бөлініп қарастырылады. Сондықтан ұзақ уақыт бойы ғылымда адамның *индивид* және *тұлға* атты екі деңгейлі құрылымы бар деген көзқарас үстемдік етті, тек XX ғасырдың 80 жылдарынан бастап аралық айнымалы – *әлеуметтік индивид* ұғымы енді. Мәселен, психолог В.В.Столин адам құрылымында үш деңгейді бөліп қарастырады: *ағза, әлеуметтік индивид және тұлға. Биологиялық индивид* (ағза) ретінде адам, денесінің белгілі-бір конституционалды құрылысымен, жүйке жүйесінің типімен және миының нейродинамикалық қасиеттерімен, түрлі биологиялық қажеттіліктерімен сипатталады. *Әлеуметтік индивид* – қоршаған ортаны тану, білімді меңгеру, мінез-құлық ережелері мен нормаларын игеруге белгілі бір қабілеттілігімен сипатталады. *Тұлға* – өзінің жеке таңдауы бар, өз өмір жолын құра алатын, басқа адамдармен қарым-қатынас жүйесінде өз мінез-құлқын реттестіруге қабілетімен сипатталады.

Бұл деңгейлер де иерархиялық түрде жүйеленген, жоғарғысы – тұлға, төменгісі – ағза.

Бұл жерден ұғатынымыз, өзімізді барлық үш деңгейде, яғни биологиялық индивид, әлеуметтік индивид және тұлға ретіндегі ерекшеліктерімізді тани аламыз. Дегенмен де тұлғаның деңгейлік құрылымы өзін-өзі танудың аумағы туралы түсінікті толық қалыптастырмайды, оларды нақты мазмұнмен толықтыру керек. Заманауи психологияның жиынтық сызба нұсқаларын қолдана отырып адамдарға кең көлемде мінездеме беруге, жеке өзіндік тануды ұйымдастыруға және де өзіңе-өзің шынайы мінездеме



беруге болады. Жалпы алғанда *өзін-өзі талдауға* және *өзін-өзі тануға қажетті* келесі блоктарды бөлуге болады.

*Тұлғалық-мінездемелік ерекшеліктер:* өзге адамдарға қатынасы (тілектестік, көпшілдік, сыпайылық, жұмсақтық және т.б.); іс-әрекетке, еңбекке, оқуға қатынасы (тапқырлық, іскерлік, еңбексүйгіштік және т.б.); өз-өзіне қатынасы (өзін-өзі сыйлау, өз-өзіне сенімділік-сенімсіздік және т.б.); заттарға қатынасы (үнемділік, ұқыптылық, тазалық); табиғатқа қатынасы; өнерге қатынасы, ғылымға және т.с.с. қатынасы көрінетін тұлғалық сапалар мен мінез-құлқ қасиеттері.

*Тұлғаның мотивациялық-құндылықтық аумағы:* өзін-өзі тануда іс-әрекет пен мінез-құлқын анықтауға себеп болатын өзіндік ұмтылыстары, қызығушылықтары, түрткілері және құндылықтары.

*Тұлғаның эмоциялық-еріктік аумағы:* өзінің эмоциялық жай-күйін танып білу, басым сезімдерін сезіну, күйзеліске түскенде дұрыс әрекет ету тәсілі, жұмыла кірісуге ептілігі, қажырлық, табандылық көрсету, қайсарлық, мақсаткерлік және т.б.

*Қабілеттіліктер мен мүмкіндіктер аумағы* – түрлі өмірлік іс-әрекет аясында өз қабілеттерін талдау, түпкі ойын жүзеге асырудағы мүмкіндіктерін бағалай білуі.

*Тұлғаның танымдық аумағы* – психологиялық үрдістердің қызмет етуін ұғыну және түсіну: қабылдау, ес, ойлау, қиял; өз ақыл-ойының қасиеттері мен сапасы, зейінділігі, өмірлік және кәсіби мәселелерді шеше білу қабілеті.

*Сыртқы келбеті, темперамент ерекшеліктерінің аумағы* – өзін-өзі талдауға сыртқы келбеті, жүріс-тұрысы, өзін-өзі ұстауы, әңгімелесуі, сонымен қатар жиынтығында темпераментін анықтайтын қасиеттері ұсынылады.

*Әлеуметтік ортамен, басқа адамдармен қарым-қатынас аумағы* – адам өзінің өзгелермен — жақын және аса жақын емес адамдармен байланысының, өзара әрекеттесуінің қалай қалыптасып жатқанын, өз мінез-құлқының, кикілжіңдері мен келіспеушіліктерінің стратегиясын талдайды.

*Іс-әрекеттік аумағы* – адам қандай білім, білік, дағды, қабілетке ие екендігін білуі, өмірде және іс-әрекет барысында оларды қалай жүзеге асыратынын, қалай дамытатынын білуі маңызды.

*Өзіндік өмірлік жолының аумағы* – әрбір адам қандай да

бір деңгейде өмір сүрген уақытының қалай өткенін талдайды, қандай да бір қорытынды жасайды, болашаққа жоспар құрады, болжам жасаумен және өз тұлғасын өзі болжаумен айналысады.

Әрине, бұл кескін шартты түрде екені түсінікті, онда өзін-өзі тану мен өзін-өзі талдауға түсетін тұлға және адам өмірінің алуан түрлілігін түгел көрсету мүмкін емес. Кескін тек негізінде өзіміздегі нені тани алатынымызға бағдарлайды.

Өзін-өзі танудың көрсетілген аумақтары сыртқы және ішкі әлемде де «орналасуы» мүмкін. Сол себептен де өзін-өзі танудың сыртқы әлеміндегі сияқты өзін-өзі танудың ішкі әлемі дегенді де айтуға болады. *Сыртқы әлемінде өзін тану (түсіну)* – демек, іс-әрекетті орындау үшін, қарым-қатынас үшін қажетті өзінің мінез-құлқын, өз істерін бағалау, өзінің мүмкіндіктері мен қабілеттерін айқындау. Сыртқы әлем сияқты ішкі әлемнің де өзіндік аясы, өзінің мезгілдік сипаттамалары бар, мұнда адамның шын мәнінде өз Мені болып табылатын өзімен өзінің аяқталмайтын диалогы, көптеген субтұлғаларының «одақ» құруы және «тайталасуға» кірісуі орын алады. Біздің *ішкі әлемімізге* біздің сезімдеріміз, күйзелістеріміз, армандарымыз, ниеттеріміз, ойларымыз және т.б. жатады. Өзінің ішкі әлемін ашу және тану, сыртқы әлемдегі өз мінез-құлқын танудан кем түспейтін қызықты да, қызғылықты нәрсе.

Енді өзін-өзі танудың аймақтарын анықтайық. Психологияда дәстүрлі түрде екі аймақты бөліп көрсетеді: сана және бейсана. Алайда, кейбір тұжырымдамаларда тағы бір аймаққа – жоғарғы санаға немесе жоғарғы бейсанаға көңіл аударылады. Мәселен, З.Фрейд тұлғаның құрылымында Эго немесе Менді, Супер-Эго немесе Жоғары-Менді және Ид немесе Ол-ды бөледі. Мен (Эго) толықтай сана аумағында болады және де болмыстың қағидасына бағынады. Жоғары-Мен (Супер-Эго) бірмезгілде сана аумағында да, бейсана аумағында да болады, ол шын мәнінде адамзаттың ғасырлар бойғы өнімі және нақты тұлғаның іс-әрекеттерін реттейтін – нормалар, құндылықтар, түрлі тыйымдар ретінде болады. Ал Ол (Ид) инстинкттердің көріністері болып табылады және бейсана аумағында болады. К.Юнгтің пікіріне сәйкес тұлға инстанциялардың тұтастай қатарының үйлесімін білдіреді: Эго – адамның шынайы Мені; Бетперде – адамның басқалар алдында көрінгісі келетін қалаулы бейнесі; Көлеңке – адам үшін жағымсыз тұлғалық қасиеттерінің

бәрі, олар мазасыздық тудырады, сайып келгенде оларды адам өзінікі деп санаудан қалады, сондықтан олар бейсана аумағына ығыстырылады; және соңғысы, Ұжымдық бейсаналық, оның негізін құрайтындар – архетиптер немесе көптеген халықтардың жырларында, мифтерінде, аңыздарында кездесетін алғашқы бейнелер, соның ішінде айталық, Ана архетипі, Баба архетипі, Батыр архетипі және т.б. Ұжымдық бейсаналық негізін құрай отырып, осылар адамның түс көрулерінде, шығармашылығында ерекше бейнеленіп, оның тұлғалық ерекшеліктерін, жеке-даралық мінез-құлқын анықтайды.

Сана мен бейсананың болуының кең ауқымды шоғыры америкалық ғалым К. Уилбердің «Мәңгілік психологиясында» ұсынылған. Мұнда тұтастай бес деңгей бөлініп көрсетіледі:

1) Майнд деңгейі, яғни адамның Брахман, Дао, Құдай деп түрліше аталатын абсолюттікпен және универсумның ақырғы шынайлығымен өзінің тепе-теңдігін көкейкөзбен ұғыну;

2) Трансперсоналды аймақ – бұл деңгей жоғарғы тұлғалықты сипаттайтын, адам өзінің Жалпы бірлестікпен тепе-теңдігін сезінбейтін Спектр аймағы, ол тұлғадан жоғарыны сипаттайды, дегенмен де оның тұлғасы жекелеген ағзаның шегімен шектелмейді, дәл осы жерде біз архетиптермен кездесеміз (К.Юнгтікі сияқты);

3) Экзистенциялы деңгей (экзистенция – бұл тіршілік, өмір) – осы деңгейде адам өзін барлық психосоматикалық ағзамен теңдестіреді (психе – жан, сома – дене), бұл жерде қоршаған орта мен Меннің арасында айқын бөлінушілік туындайды;

4) Эго (Мен) деңгейі – бұл деңгейде өз Мені ағзадан бөлініп, Мен бейнесі айқындалады;

5) Көлеңке деңгейі – адамның өзінен окшаулап, қабылдамайтындары бейсаналық аумаққа кетеді, бірақ, шын мәнінде, тұлғаның ажырамас бөлігі ретінде қала береді.

Әрине, бұл жерде аталынған көзқарастар өте қысқартылған, конспекті түрінде мәселені күрделендіру үшін емес, керісінше, тұлғаның өзін-өзі тану барысындағы аймақтарға бөлінуінің қазіргі ғылымдағы сан-алуан түрлілігін көрсету үшін берілді. Қарапайым адамның практикалық көзқарасы тұрғысынан, егер де ол сана аймағында, әсіресе бейсана аймағында өзін тану шеңберін өз бетімен кеңейте алатын болса, бұл оның өз беталысын өзін дамытуға, өз өмірінің бірегейлігі мен қайталанбайтындығының мәнін игеруге ынталандыратын өзіндік «ерлігі» болады.

Қорытындыда, өзін-өзі танудың аумағы мен аймақтарын ғана суреттеп кету жеткіліксіз екендігін ескертеміз. Бұл жерде өте маңызды аспект айқын көрінеді. Біздің барлығымыздың өзімізді-өзіміз тануымыз біздің басқаларды және басқалардың бізді тануымен түйіндес болып келеді. Біз өзіміз туралы не білеміз, бірақ ол туралы өзгелер нені білмейді? Басқалар біз туралы не біледі, ал біз ол туралы білмейміз? – міне, осы сұрақтарды адамдар саналы және бейсаналы түрде, әсіресе, өмірдің ащы жағдайлары болған кезде, өсу және өзгерістің болуы керек болғандығы сезілген кездерде өздеріне қояды. Психологияда өте бір назар аудартатын қысқартылған, кескіндік түрдегі модель бар, ол осы сұрақтарға жауап қайтаруға мүмкіндік береді, яғни біздің өзімізді-өзіміз тануымыздың аумақтары мен аймақтары туралы көзқарасымызды кеңейтеді. Ол өзін құрастырушылардың (Д.Лафт пен Г.Ингром) құрметіне «Джогари терезесі» деп аталады (1-сурет).

Осы модельге (үлгіге) сай әр адам өзінде өз тұлғасының төрт «кеңістігін» алып жүретінін елестетуге болады.

	Өзім туралы білетінім	Өзім туралы білмейтінім
Өзгелердің мен туралы білетіні	Алаң	Соқыр дақ
Өзгелердің мен туралы білмейтіні	Көрінушілік (жасырын аймақ)	Белгісіздік

1-сурет. «Джогари терезесі»

*Мен* өзім туралы не білемін және оны мені қоршаған адамдар да біледі, міне осының барлығын *Алаң* қамтиды. *Соқыр дақ*, бұл – мен туралы басқалардың нені білетіні, ал мен өзім білмеймін. *Көрінушілік* – мен өзім туралы не білемін, ал өзгелер ол туралы тіпті күдіктенбейді де. *Белгісіздік* – мен өзім туралы не білмеймін және өзгелер де нені білмейді. Осыны ескеру негізінде өзін-өзі танудың мақсаты неғұрлым Алаң деңгейін кеңейту, Белгісіздікті ең төменгі деңгейге түсіру, мүмкіндігінше Соқыр дақ деңгейін

кеміту және Көрінушілікке байланысты өзінің нақты ұстанымын анықтау болып табылады.

Бұл үлгіні қолдану тұлғаның басқа адамдармен өзара қарым-қатынаста ұқыптырақ көрінуін және де кейбір сұрақтарды шешуде (мысалы: «Басқалар мен жайлы не ойлайды?») өзін түсінуде сенімділікті арттыруға, басқаларға өзін көрсетудегі өзіндік мөлшерін білуге септігін тигізеді.

Сонымен, біз мына сұрақтарға жауап беруге тырыстық: өзіңнен нені тануға тиістісің? Бұл сұрақтың жауабы бір мағыналы емес екені көрініп отыр. Өзін-өзі тану шеңбері өте кең болуы мүмкін, ал оның аймақтары – жеткілікті түрде терең, оған біздің санамыз да, бейсана мен «санадан жоғарының» түрлі аймақтары да кіреді.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Өзін-өзі тану дегеніміз не ?
2. А.Р.Лурияның «Самоанализ и самосознание» атты эксперименттік-психологиялық зерттеуімен танысып, конспекті-леңіз. Өзін-өзі танудың адамның білімі мен мәдениетіне қаншалықты байланысты екендігі туралы ойыңызды айтыңыз.
3. Буддизмде өзін-өзі тану мәселесі қалай ашылады?
4. Өзін-өзі танудың мағынасы христиандықтарда қалай қарастырылады?
5. Ислам діні бойынша өзін-өзі танудың мәні неде? «Ислам дініндегі өзін-өзі танудың мәні» тақырыбына реферат жазыңыз.
6. Ғылыми көзқарас тұрғысынан өзін-өзі танудың мәні неде? Өзін-өзі тануға қатысты түрлі психологиялық тұжырымдамаларды талдап, кестеге түсіріңіз.
7. У. Джемс пен В.В. Столиннің өзін-өзі танудың аумағы туралы пікірлерінің маңызы қандай?
8. Өзін-өзі талдауға және өзін-өзі тануға қажетті блоктарды атаңыз.
9. Адамның сыртқы және ішкі әлемінде өзін тануының мәнін ашып көрсетіңіз.
10. З.Фрейдтің, К. Юнгтің, К. Уилбердің өзін-өзі танудың аймақтары туралы пікірлерін талдаңыз.
11. «Джогари терезесі» моделін кімдер құрастырды және оның мәні неде?

## 2-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУ АДАМНЫҢ ӨЗІНДІК САНАСЫНЫҢ ҚҰРЫЛЫМДЫҚ ҚҰРАУШЫСЫ (КОМПОНЕНТІ) РЕТІНДЕ

### 2.1 Сана мен өзіндік сана

Ал енді ең негізгі сұраққа бет бұрайық: адам өзін қалай таниды? Бұл үшін мәселені неғұрлым кең тұрғыда қарастыру қажет, нақты айтқанда өзін-өзі тануды тұлғаның тұтастай өзіндік санасының құрылымдық компоненті ретінде талдау керек.

Адамдарды ерте кезден-ақ: адам дегеніміз не? Ол жануарлардан несімен ажыратылады? деген сұрақтар қызықтырған. Философия, психология, педагогика бойынша көптеген оқулықтарда «адам – бұл санаға, тілге ие, еңбек құралын жасайтын және оны пайдаланатын тіршілік иесі» деп анықтама берілген. Көріп отырғанымыздай, бірінші кезекте *сана* тұрады. Нақ осы сана адамды жануарлардан ерекшелейтін басты белгі болып табылады. Сонымен бір мезгілде «сана» ұғымына анықтама беру «адам» ұғымына анықтама беруден күрделірек болып шығады.

Әдетте арнайы сөздіктерде сана «психика дамуының тек адамға ғана тән жоғары деңгейі» деп түсіндіріледі. Бірақ мұндай анықтама бұл ұғымның бүкіл көпқырлылығы мен өзіне тән ерекшелігін бейнелеп көрсете алмайды. Есте сақтауға неғұрлым күрделі де қиын анықтамалар бар, дегенмен оларда сананың неғұрлым маңызды белгілерін бөлуге ұмтылыс жасалған.

Мысал үшін ресейлік философ және психолог А.Г.Спиркиннің анықтамасын келтірейік. Оның пікірінше, «сана – бұл тек адамға ғана тән, сөйлеумен байланысқан мидың жоғары қызметі. Ол шындықты жалпылай, бағалай және мақсатты түрде бейнелей отырып, конструктивті-шығармашылық түрде қайта өзгертеді».

«Сана» ұғымы туралы жоғарыда айтылған анықтамаларды жинақтай келе төмендегіше нақтылауға болады:

- сана адамның өзін қоршаған шындықтан бөле алу қабілетімен сипатталады, көптеген жануарлар олай ете алмайды, басқаша айтқанда, адам үшін қоршаған әлем объективті шындық ретінде көрінеді, қорытындысында, «Мен – Мен емес» типіндегі ажырату қабілеті пайда болады;

- адам қоршаған шындықты жалпылап бейнелейді, сөйлеуді пайдалана отырып бұл бейнені өзінің білімдерінде тіркеп, оларды ұрпақтан ұрпаққа жеткізеді;

- адам өзінің іс-әрекетін жоспарлауға, өмірлік мақсаттар қойып, оған жетуге қабілетті;
- адам дүниеге құштарлығын өзінің эмоцияларымен, сезімдерімен, қобалжуларымен білдіреді;

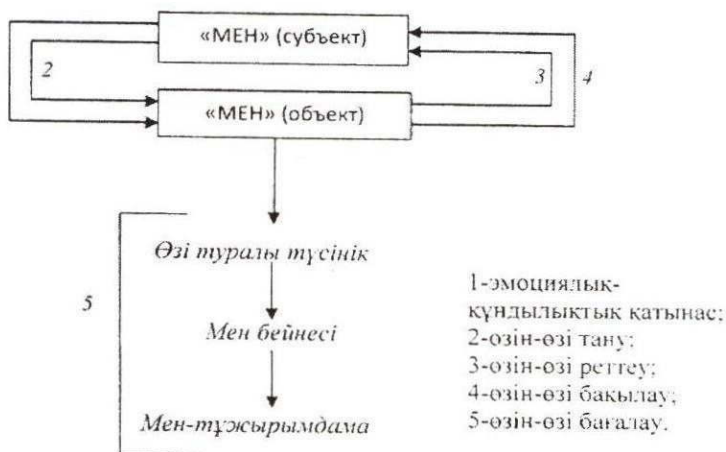
Сонымен, адам болу – демек санаға ие болу, яғни өзін қоршаған сыртқы дүниеден бөле алу, бұл дүниеге белгілі бір қатынасын қалыптастыру, онымен өзара әрекеттесу, оған мақсатты бағытты өзгерістер енгізу. Егер сыртқы «Мен еместің» орнына Менді қойсақ, «Мен – Мен» жүйесі құрылады және біз *өзіндік сана* деп аталатын мүлдем басқа психикалық шындықты аламыз. Басқа сөзбен айтқанда, адам санаға ие бола отырып, міндетті түрде өзіндік санаға, яғни өзін-өзі тануға, өзіне эмоциялық-құндылықтық қатынасқа, өзін-өзі бақылау және өзін-өзі реттеу қабілеттеріне де ие болады.

## 2.2 Өзіндік сананың құрылымы

Адамның Мені біртұтас және бөлшектенбейді, ол өзіне өзі ұқсайды. Бүгінгі «Мен» 10 – 15 – 40 жыл бұрынғыдан әлдеқайда басқа екенін түсінсек те, біз балалық шағымызды есімізге түсіре отырып, бар жағдайды өзімізбен байланыстыратынымыз кездейсоқ емес. Ондай байланыс біздің есте сақтау қабілетімізбен «реттеліп» орнатылады. Ол бұзылған жағдайда ауыр науқастану орын алады, ол тұлғаның екіге, кейде үшке бөлінуі деп аталады. Мұндай жағдайда адам бірнеше рет өмір сүрген сияқты болады. Ол өмірінің бір кездерінде салмақты адам болса, басқа кезде тынымсыз болғандай күй кешеді. Дені сау адамда мұндай жағдайлар орын алмайды.

Алайда өзін өзін-өзі танудың объектісі ретінде бөліп қарау Меннің көп қырының бар екенін білдіреді. Сондықтан Меннің құрылымында Менді субъект ретінде, ынталы іс-әрекеттік бастау ретінде және Менді объект ретінде де бөліп қарауға болады. Демек, танушы – Мен және танылушы – Мен. Егер «МЕН» (субъект) және «МЕН» (объект) бар болса, олардың арасындағы өзара әрекет өлшемін сипаттайтын бір нәрсе болуы керек. Мұндай өлшем бір жағынан – өзін-өзі тану және өзінің-өзіне эмоциялық-құндылықтық қатынасы болса, екінші жағынан, өзін-өзі реттеу мен мен өзін-өзі бақылау болып табылады. Кескін түрінде өзін-

өзі қадағалау жүйесін түсіндіруде өзіндік сананың құрылымын төмендегідей көрсетуге болады (2-сурет):



2 - сурет. Өзіндік сананың құрылымы

Осы кескінді түсіндірейік. Сонымен, көріп отырғанымыздай, өзіндік сананың құрылымындағы орталық бөлімде Мен субъект ретінде көрінеді. Ол түрлі себептердің (мотивтердің) ықпалымен белсенді іс-әрекеттік бастау ролін атқарады. Бұл функцияны ол эмоциялық-құндылықтық қатынаспен тығыз байланысқан өзін-өзі тануды пайдалана отырып орындайды. Өзін-өзі танудың нәтижесі Мен бейнесін ашу, ал кейде тұлға өзі ұмтылатын «жаңа Мен бейнені» құрастыру болып табылады. Бұл Мен бейне бірден пайда болмайды, алдымен Меннің жеке аспектілері, тұлғаның сипаттары, мінез-құлық ерекшеліктері айқындалады, яғни өзі туралы түсініктері қалыптасады. Тек жүйелі өзін-өзі тануда ғана бұл жеке түсініктер тұтастай бейнеге бірігеді. Мұнда өзін-өзі бағалау іс-әрекеті, өзін өзге адамдармен немесе кейбір мінсіз бейнелермен салыстыру маңызды рөл алады. Таңдалған



нормативтерге (шкалаларға) байланысты өзін-өзі бағалау жоғары, орташа, төмен, адекватты (шындыққа жанасымды), адекватты емес жоғары немесе адекватты емес төмен болады. Мен бейне рационалды түсіндіруге, негізделуге, тұрақтылыққа ие болғанда, ол Мен-тұжырымдама деп аталатын психологиялық құрылымға айналады. Қалыптасқан Мен-тұжырымдама адам өмірінің бүкіл саласына және іс-әрекетіне ықпал етеді, оның ниеттерін, жоспарларын, талаптануларын және т.б. анықтайды. Ол субъект ретіндегі Меннің іс-әрекетіне ене отырып, өзін-өзі реттеу функциясын атқарады. Өзін-өзі реттеу барысында өзінің іс-әрекетін кейбір нормативтермен және үлгілермен салыстыру өз өміріне кейбір түзетулер енгізуге мүмкіндік береді, мінез-құлықты неғұрлым бейімді етеді. Өзін-өзі бақылау өзін-өзі тану процесінің өзінде де қажет және ол өзін-өзі бағалаудың, өзге адамдардың бізге берген бағасының мәліметтеріне сүйенеді.

Бұл келтірілген түсініктемелер *өзіндік сананың келесі анықтамасын* тұжырымдауға мүмкіндік береді. **Өзіндік сана** – бұл субъект ретіндегі Меннің Мен бейнені (Мен-тұжырымдаманы) тану (немесе жасау) бойынша іс-әрекеті. Өз кезегінде, Мен бейне субъект ретінде Меннің құрылымына ене отырып, өзін-өзі реттеу функциясын атқарады. Өзін-өзі тану мен өзіне эмоциялық-құндылықтық қатынас бір-біріне тәуелсіз үрдістер ретінде көріне алады, алайда өзін-өзі бағалаудың біртұтас іс-әрекетіне кіріге де алады, нәтижесінде өзі туралы түсініктері, Мен-бейнесі, Мен-тұжырымдама пайда болады. Ал бұл өз кезегінде өзін-өзі бақылау мен өзін-өзі реттеу іс-әрекетінің пайда болуының шарты ретінде көрінеді.

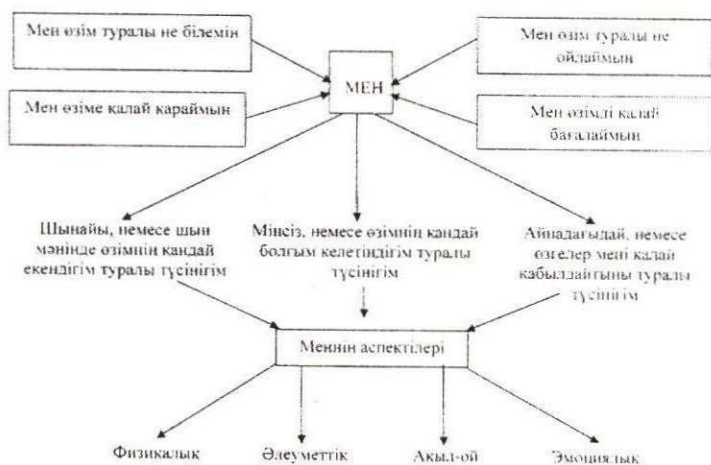
Өзіндік сананың қызметінің бұл келтірілген және суреттелген кескіні жалпыланған сипатқа және адам ұйымдасуының түрлі деңгейлерінде өзіндік ерекшеліктерге ие болады. Олар: *биологиялық индивид, элеуметтік индивид, тұлға* (В.В.Столин). Сондықтан өзіндік сана да бұл деңгейлерде төмендегідей көрінеді.

Биологиялық индивид (организм) деңгейінде өзіндік сана айналадағы дүниеден өзінің физикалық Менін ерекшелеуге, өзінің денелік бейнесін құруға мүмкіндік береді. Элеуметтік индивид деңгейінде өзіндік сана өзгелердің пікірін өзіне қабылдауды (басқалар мен жайлы не ойлайды, не айтады), ата-аналармен сәйкестенуді, әрекетті орындау стандарттарын меңгеруді, өзін-өзі бағалаудың қалыптасуын, жыныстық, кейінірек, кәсіби сәй-

кестенудің қалыптасуын және өзін-өзі бақылауды сипаттайды. Тұлғалық деңгейде өзіндік сана өзінің әлеуметтік құндылығы мен тіршілік етуінің мәнін айқындаумен, өзінің болашағы, өткені мен қазіргісі туралы түсініктерін қалыптастырумен және өзгертумен сипатталады.

Сонымен біз өзіндік санамыздың қалай жұмыс істейтіндігін көрсеткіміз келді. Ол «Меннің» әртүрлі аспектілерінің үнемі өзара әрекеттесу («Диалог») ұстанымы бойынша жұмыс жасайды. Оған бір жағынан, өзін-өзі танудың, эмоциялық-құндылықтық қатынастың, екінші жағынан, өзін-өзі реттеу мен өзін-өзі бақылаудың механизмдері белсенді қатыстырылады. Бұл өзара әрекеттесудің ерекше өнімі – өзін ұғыну, Мен-тұжырымдама болып табылады. Мен-тұжырымдаманың құрылымын неғұрлым егжей-тегжейлі қарастырып, оның кейбір өзіне тән ерекшеліктерін бөлейік.

Бүгінгі ғылымда Мен-тұжырымдаманы сипаттауға әртүрлі тұрғылар бар. Біз оларды жинақтап, осы тұлғалық құрылымның мәнін түсінуге жеңіл түрде жеткізуге тырысамыз. Мен-тұжырымдаманың кескіндік құрылымын төмендегідей бейнелеуге болады (3-сурет):



3-сурет. Мен – тұжырымдаманың құрылымы

Мен-тұжырымдаманың, оның мазмұнының негізін адамның өзі туралы білімдері, яғни өз тұлғасының ерекше суреті құрайды. Мысалы, адам өзі туралы: мен ақылдымын, көпшілімін, аздап өзімді ойлап қалғанмын, зерекпін, сырт бейнем тартымды деп айтуы мүмкін. Осы «суретке» сол сәтте қатынас та таңылады. Мысалы, мен өзіме толығымен қанағаттанамын және қандай болсам, өзімді солай қабылдаймын – өзін-өзі жоғары деңгейде сыйлау. Түрлі нұсқалар болуы мүмкін, мысалы: адам өзінің қабілеттеріне көңілі толады. Бірақ сырт келбетіне көңілі толмайды және т.с.с.

Мен-тұжырымдаманың құрылымындағы қандай-да бір сапалардың, немесе тұтастай Мен-тұжырымдаманың айқындалған суреті өзін басқа адамдармен немесе қандайда мінсіз бейнемен (идеалмен) (әдеби кейіпкер, ойдан шығарылған мінсіз бейне (идеал) және т.б.) салыстыру жолымен бағаланады. Нәтижесінде жоғарғы, орта, төмен, адекватты-адекватты емес, тұрақты-тұрақсыз өзін-өзі бағалау пайда болады. Олар адамның өзі туралы білімдері мен түсініктерін байыта отырып, өзіне эмоциялық қатынасының деңгейіне түзетулер енгізеді. Өзін-өзі бағалау мінез-құлықтың қуатты реттеушісі ретінде болады. Оған біз сәлден кейін тоқталамыз.

Ақырында, «рефлексия» деп аталатын ерекше механизмнің қызмет етуі есебінен адамда өзі туралы, өзінің сапалары, тұлғалық қасиеттері, тұтастай тұлғасы, өзіне өзінің қатынасы туралы нақты бір ойлары пайда болады. Нәтижесінде өзін-өзі жоғары немесе төмен бағалауының, өзіне қанағаттану-қанағаттанбауының себептері ізделіп, табылады, өзін-өзі жетілдіру немесе, керісінше, бәрін өз орнында қалдыру тілектері қалыптасады.

Кескінде сондай-ақ, Мен-тұжырымдаманың барлық осы құрылымдық компоненттері тек шынайы Менге ғана емес, тең дәрежеде мінсіз Менге және айнадағы Менге де тән екені көрсетілген. Әрине, Шынайы, Мінсіз, Айнадағы Мен тұжырымдамаларының бір-бірінен едәуір айырмашылығы болуы мүмкін, қарама-қайшылыққа және тіпті келіспеушілікке де түсуі мүмкін.

Адам өзінде Меннің түрлі: физикалық, әлеуметтік, интеллектуалдық, эмоциялық аспектілерін бөле алатыны және әрбір аспектіге қатысты өзінің түсінігін, жеке Мен-тұжырымдамаларды қалыптастыра алатыны түсінікті. Одан бөлек, Шынайы, Мінсіз,

Айнадағы Меннің шеңберіндегі барлық осы аспектілер тағы да мезгілдік қатынаста қарастырылуы мүмкін.

Енді, адамның Мен-тұжырымдамасы туралы біздің түсінігімізді кеңейтетін кейбір жалпы психологиялық ерекшеліктерді сипаттауға тырысып көрейік. Оған төмендегілерді жатқызуға болады.

*Мен-тұжырымдаманың толықтығы – үзінділігі* – адамның өзінің тұлғасын қаншалықты толық және тыңғылықты білетіндігімен, өзіне және өзгелерге неге өзінің басқаша емес, осындай екенін түсіндіре алуымен, өзінің әлсіз және күшті жақтарының себебі неде екенін білуімен анықталады.

*Өзі туралы білімінің тереңдігі – үстірттілігі* – өзін, сонымен қатар, сен туралы өзгелердің не білетінін және алдымен өзін-өзі талдауға қиын көнетінді тек сана деңгейінде ғана емес, бейсана деңгейінде де тану қабілеті. Өзін үстірт білу, керісінше, шашыраңқылығымен, жүйесіздігімен және жылдам ұғынылатын сапалармен сипатталады. Өзінді терең тану – бұл Аренаны (Алаңды) үнемі кеңейтуге ұмтылу (Джогари терезесін еске түсірейік).

*Мен-тұжырымдаманың үйлесімділігі – жанжалдылығы* тұлғаның әртүрлі, тіпті қарама-қайшылықты бөліктері де тұтастай бірлікті құра отырып, бір-бірімен қаншалықты «үйлесетіндігімен» анықталады. Ол адамның біртұтастығын түсінуі. Жанжалды Мен-тұжырымдамамен біз адам қандай да бір нақты сапаларын қабылдап, басқаларын қабылдамаған немесе ол сол бір өзінде бар қасиеттер мен сапаларына қанағаттанған, және бір мезгілде «Қалаймын», «Істей аламын», «Қажет» дегендердің арасында қақтығыстар пайда болып қанағаттанбаған кезде кездесеміз. Бұл мәселелер туралы біраз кейінірек айтылады.

*Өзі туралы түсінігінің адекваттылығы – адекватты емес-тігі* – тағы бір маңызды сипаттама. Оның мәні түсінікті. Адам істің шын мәнінде шындыққа сәйкес келмейтін және шындықпен жанжалға әкелетін өз-өзінің бір бейнесін жасап алады да оған сенеді; бұл жанжалдың себебі, әдетте өзгелерге жабылады.

Ал адекватты Мен-тұжырымдама – әлемге және өзге адамдарға неғұрлым табысты бейімделудің кепілі.

*Мен-тұжырымдаманың тұрақтылығы – үдемелілігі.* Мен-тұжырымдама екі аспектіде қарастырылуы мүмкін. Біріншіден, бұл *уақыттық аспект*. Ол белгілі бір уақыт аралығында адамның

өзі туралы тұрақты түсінігінің қаншалықты сақталуымен сипатталады. Екіншіден, бұл *тұлғалық өсу аспектісі*, ол адамның аз уақытта өзі туралы түсініктерін қаншалықты жылдам кеңейтуге және тереңдетуге, қажет болған жағдайда өзін-өзі дамытуға қабілеттілігімен анықталады.

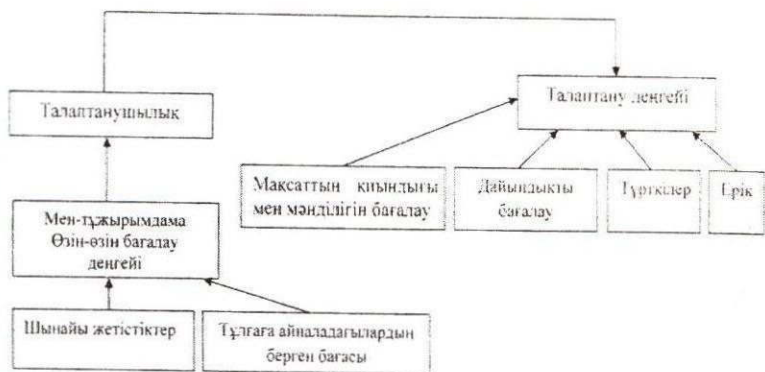
*Өзін қабылдау – қабылдамау* – өзін-өзі сыйлауы төмен адамдар өзін басқалардан кем санайды да, нәтижесінде оларда өзін-өзі қабылдауының төмен деңгейі қалыптасады. Өзін-өзі төмен қабылдау адамды өзімен күресуге немесе көндіруге және селқостыққа, кей кездерде өзіне-өзі қол жұмсау туралы ойлауға да алып келеді. Толықканды өмір сүру үшін адам өзінің, басқалардың ойынша жағымды болып табылмайтын сапаларын да жоғары қабылдауға ие болу керек деп есептеледі. Мұнымен толық келісуге болады, бірақ та бір маңызды ескерту: өзін-өзі қабылдаудың жоғары деңгейі өзін-өзі дұрыс дамыту беталысымен шынайы түрде үйлескенде ғана жағымды нәтиже береді. Мұнсыз өзін-өзі қабылдау білімпаз болып көрінуге, масаттанушылыққа ұласады.

Бұл жерде біз Мен-тұжырымдамасының кейбір маңызды сипаттамаларын келтірдік. Олар тұжырымдаманың өзіне тән ерекшелігі мен өзгешелігін неғұрлым мазмұнды түсінуге, өзін-өзі тануға нақты бағыттылық беріп, өзін-өзі тереңірек талдау жүйесіне бағыттады.

Қорыта келгенде маңызды сұрақтар қойғымыз келеді: Мен-тұжырымдама қалай «жұмыс жасайды»? Ол адамның мінез-құлқын қалай реттейді, оның қылықтары мен әрекеттерін, өмірлік сценарийін қалай анықтайды?

Бұл мәселені *талаптанудың нақты деңгейінің* қалыптасу үлгісінде ашуға тырысамыз. Істің мәні мынада: кез келген іс-әрекетте, қарым-қатынас үрдісінде біз өзіміздің мүмкіндіктерімізді (өзімізді бағалаймыз) іс-әрекет талаптарымен, немесе басқа адамдардың бізге қойған талаптарымен сәйкестендіреміз. Осыған байланысты біз алдымызға қиын немесе оңай мақсат қоямыз, басқа сөзбен айтқанда, бізде мақсатқа, немесе талаптану деңгейіне деген нақты қатынас қалыптасады. Адам өзіне қиын мақсат қойған сайын, оның талаптануы да жоғары; керісінше, егер ол оңай мақсат қояды қаласа, онда бұл оның талаптануының төмендігін, сәтсіздікке ұшыраудан қорқуын білдіреді, және осы оңай мақсат арқылы – өзіне деген қатынасын өзгерткісі келетінін көрсетеді.

Бұл үрдісті кескін түрінде төмендегідей елестетуге болады (4-сурет):



4 - сурет. Мен-тұжырымдаманың талаптану деңгейіне ықпалы

Берілген кескінді түсіндіре кетейік, содан кейін нақты мысалмен көрсетеміз.

Тұлғаның Мен-тұжырымдамасының қалыптасуына көптеген факторлар әсер етеді. Соның ішіндегі ең маңыздысына адамның өзін-өзі тану және өзін-өзі бағалау (ішкі фактор) қабілеттері, тұлғаның шынайы жетістіктері мен оған айналдағылардың берген бағасы (сыртқы факторлар) жатады. Мысалы, қандай да бір адам қандай да бір салада шынайы жетістіктері болса, ол үнемі табысқа жетіп отырса және басқалар, мәнді әлеуметтік орта оны растап отырса, онда бұл сәйкес Мен-тұжырымдаманың дамуы үшін, іс-әрекеттің осы түрінде өзін-өзі жоғары бағалауға өте маңызды алғышарт болып табылады. Және де мұндай іс-әрекет маңызды болатын болса, онда тұлғаның қасиеті ретінде жоғары күтулер, талаптанушылық қалыптасады. Ол адамның жоғары жетістікке жетуге ұмтылушылығымен сипатталады.

Талаптанушылық нақты жағдайда талаптанудың жоғары деңгейін ынталандырады. Бұл табиғи және түсінікті үрдіс. Алайда, бұл жерде бірнеше қызықты «бірақ» кездеседі. Біріншіден, көп нәрсе адамның өзінің алдына қойған мақсатын немесе жағдайды қаншалықты маңызды да қиын деп қабылдауына байланысты. Екіншіден, ол алдына қойған мақсатына жетуге өзінің дайындығын міндетті түрде бағалайды. Үшіншіден, іс-әрекеттің жағдаяттық

түрткілерінің атқаратын ролі де соңғы орында емес. Төртіншіден, табысқа жету қандай да бір қашып құтылмайтын кедергілерден өту барысындағы ерік-жігер сапаларына да тәуелді болып келеді.

Осыдан мінез-құлық нұсқаларының саны едәуір болуы мүмкін, барлығы келтірілген факторлардың үйлесімділігі мен өзара әрекеттесуіне байланысты. Өзін-өзі бағалау мен талаптанушылық төмен, ал талаптанудың нақты деңгейі жоғары болуы мүмкін, кейде барлығы керісінше болады – тұлға жоғары талаптануға ие бола отырып, өзін жоғары бағалайды, ал талаптанудың нақты деңгейі орташа немесе төмен деңгейде болады.

**Мысал** (тек бір мінез-құлық стратегиясы сипатталады). Емтихан тапсырғалы тұрған студентті елестетіп көрейік. Бұрынғы іс-әрекетінің жоғары нәтижелілігі, оқытушылар мен курстастарының жоғары бағалаулары өзіне оң қатынастың, өзін-өзі дұрыс (адекват) бағалауының қалыптасуына мүмкіндік туғызады: «Мен ақылдымын, қабілеттімін, есіме сақтауым да жақсы, жаңа материалды жылдам меңгере аламын, қиялым жақсы дамыған, тіл байлығым да жаман емес және т.с.с.». Әрине, мұның барлығы мәнді нәтижеге жетуге ұмтылу ретіндегі жоғары талаптанушылықтың пайда болуына жағдай жасайды. Ол емтиханда жоғары бағаға үміттенеді деп болжау қисынды. Алайда бұл болжам тек гипотезалық сипатқа ие. Талаптанудың нақты деңгейі дайындық дәрежесінің бағалануына, емтиханның болашақ кәсіби іс-әрекет үшін маңыздылығына, түрткілерге және т.с.с. байланысты. Егер студент дайындалмаса немесе оқытушымен қарым-қатынасы нашар болса, өзінің талаптануын төмендетеді. Керісінше, өзін-өзі бағалауы мен талаптанушылығы жоғары емес студент дайындығы жақсы болса және емтиханды оңай деп қабылдаса, келесі семестрде шәкіртақы алуды қалаған жағдайда, өз талаптануын көтереді.

Қандай жағдайда болмасын, Мен-тұжырымдаманың іс-әрекет мақсатына ықпал етуінің бірмағыналылығы бақыланады. Сол сияқты біздің қарым-қатынасымыз бен мінез-құлқымыз туралы да осыны айтуға болады. Мен бейнесі негізінде (өзін-өзі бағалау) өзін-өзі бақылаумен ілесе жүретін өзін-өзі реттеу жүзеге асады.

Сонымен, біз өзін-өзі тану өзіндік сананың ажырамас бөлігі және құрылымдық компоненті екенін көрсеттік. Өзін-өзі танусыз тұлғаның Мен-тұжырымдамасының туындауы мүмкін емес еді. Біз осы Мен-тұжырымдаманың құрылымын ашуға, оның мінез-құлық пен іс-әрекетті өзіндік реттеудегі ролін көрсетуге тырыстық. Дегенмен ерекше іс-әрекет ретіндегі өзін-өзі танудың механизмдерінің өзін біз әлі талдаған жоқпыз. Бұл арнайы қарастыруды талап етеді.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Сана ұғымы мен өзін-өзі тану ұғымдарының арақатынасын түсіндіріңіз?
2. Сана мен өзіндік сананың өзара байланысы мен айырмашылықтарын ашып көрсетіңіз.
3. Өзіндік сананың құрылымына талдау жасаңыз.
4. Тұлғаның Мен-тұжырымдамасының құрылымы мен мәнін түсіндіріп беріңіз.
5. Мен-тұжырымдамасының кейбір жалпы психологиялық ерекшеліктерін атаңыз (*толықтығы – үзінділігі, тереңдігі – үстірттілігі және т.с.с.*).
6. Мен-тұжырымдаманың талаптану деңгейіне ықпалы қандай? Өз өмір тәжірибеңізден мысал келтіріңіз.

## **3-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУ ҮРДІС РЕТІНДЕ: МАҚСАТТАРЫ, МОТИВТЕРІ, ТӘСІЛДЕРІ, НӘТИЖЕЛЕРІ**

### **3.1 Өзін-өзі танудың үрдіс ретіндегі жалпы сипаттамасы**

*Үрдіс* – қандай да бір құбылыстың дамуы, күйдің бірізді өзгеруі; тар мағынасында нақты мақсатқа жетудің бірізді әрекеті. Біз өзін-өзі тануды екінші түсінік бойынша, тар мағынасында қарастырамыз: өзін-өзі тану – бұл нәтижесінде мақсатқа, яғни өзі туралы білімдерге, Мен бейнесіне, Мен- тұжырымдамасына қол жеткізілетін әрекеттердің жиынтығы мен бірізділігі. Өзін-өзі тану әрекеттердің бірізділігі болғандықтан, ол өзі де ерекше танымдық іс-әрекет болып табылады және кез келген іс-әрекет тәрізді мақсат, мүдде, тәсілдер және нәтижелердің сипаттамалары арқылы көрсетілуі мүмкін. Үрдіс ретінде өзін-өзі танудың өзгешелігін төмендегі бейнеде сызба түрінде көрсетуге болады (5-сурет):

Айқындау (табу)	Бекіту	Талдау	Бағалау	Қабылдау
--------------------	--------	--------	---------	----------

5 - сурет. Өзін-өзі тану үрдісі



Сонымен, алғашында біз өзімізде қандай да бір тұлғалық немесе мінез-құлықтық сипаттаманы табамыз, мысалы, сенімсіздікті. Айқындау (табу) сәті өте маңызды болып келеді, онсыз ары қарай өзін-өзі тану мағынасыз болады. Кейде дәл осы айқындау (табу) ең күрделі сәт болып табылады, біз өзіміздегі көп нәрселерге назарымызды аударып, талдау жасай бермейміз. Кейде адамның маңызды қасиеттері тым кеш байқалады, нәтижесінде оның белсенді әлеуетін пайдалану мүмкіндігі жойылады.

Сонымен қатар өзінің қандай да бір тұлғалық немесе мінез-құлықтық сипаттамаларын тауып қана қою жеткіліксіз, оны өмір барысында жоғалтып алмау үшін, санада бекіту қажет. Біз нақты адамдар тобымен қарым-қатынасқа түсе отырып, оларды ұнатпайтындай жағдаяттар болады, бірақ оны келесі жағдайға дейін бекітпейміз, нәтижесінде – сәйкесті талдау жасап және ұнатпаушылығымыздың шамасын тұтастай бағалай алмаймыз.

Келесі қадам – тұлғаның қандай да бір қасиетіне, мінез-құлқының сипаттамасына, біліктілігіне, мүмкіндіктеріне және т.б. *талдау* жасау. Талдау барысында қасиеттің құрылымы, олардың өзге құрамдармен өзара байланысы, ең бастысы *себеп-салдарлық байланыстары* орнатылады. Өзінде сенімсіздікті байқап, бекіткенде нақты сұрақтарды қою керек: менің сенімсіздігім неден көрінеді? Барлық жағдайларда мен оны сеземін бе? Оның пайда болуына не себеп? Ол өзге қандай қасиеттермен (темперамент түрі, жұмсақтық, ақкөңілдік және т.б.) байланысты? Осындай сұрақтарды бірізділікпен қойып, әрі жауап бере отырып, біз өзіміздің сенімсіздігіміз және оның таралу шегі туралы түсінігімізді тереңдетеміз.

Келесі сатыда – біз өзіміз құрған немесе жалпы қабылданған қандай да бір қасиеттердің мінсіз бейнелерімен салыстыра отырып, қандай да бір қасиеттерді бағалаймыз. Бұл жағдайда біз өзімізді әртүрлі бағалауымыз мүмкін: өзін өзге адамдармен немесе өзіне жақсы таныс адаммен салыстыру арқылы өте сенімсіз адам ретінде; нақты жағдайларда ғана сенімсіздігін көрсететін сенімсіздігі орташа тұлға ретінде; сенімсіздігі тек күтпеген жағдайларда ғана көрінетін және ол таза түріндегі сенімсіздік емес, абыржушылық сияқты көрінетін сенімді адам ретінде.

Сонында, аталған қасиеттерді қабылдау немесе қабылдамау әктісі кезекке келеді. Біз өзіміздің сенімсіздігімізді қабылдаған жағдайда, оны Мен-тұжырымдаманың құрылымына кіргізіп, оның бар екендігіне қалыпты қараймыз, онда жағымды нәрсені

табуға тырысамыз, оның көрінуін шектеуді міндет етіп аламыз да, болашақта өзімізге сенімділікті дамытуды мақсат тұтамыз. Кейде біз сенімсіздікті қабылдамай, оны ығыстырамыз (бейсаналық аймағына), бәріне өзімізді өзіне сенімді адам ретінде көрсетуге тырысамыз, ал кейде онымен «күресетін» жағдайлар да болады. Мұндай күрес жағдайды, жалпы көңіл-күйдің бұзылуын одан сайын ушықтыра түсіп, басқа адамдармен жанжалға ұласуы мүмкін, тұлғашылық кикілжіңді тудырады. Өзімен-өзі күрес – бұл күрестің ең қиыны болып табылады. Сондықтан өзін-өзі қабылдау шеберлігі – бұл үлкен өнер, ол өзін-өзі тану актісін аяқтайды да, өзін-өзі жетілдіру актісін (бұл туралы келесі бөлімде айтатын боламыз) бастайды.

Сонымен, өзін-өзі тану үрдіс ретінде – бұл өзіндегі тұлғалық және мінез-құлықтық сипаттамаларды қандай да бір қасиеттерді байқау, оларды бекіту, жан-жақты талдау, бағалау және қабылдау. *Өзін-өзі танудың неғұрлым жалпы заңдылықтары қандай?* Оларға келесілер жатуы мүмкін.

*Ұғыну – ұғынбау дәрежесі.* Көп жағдайларда өзін-өзі тану үрдісі тоқтаусыз сипатқа ие және нақты кезеңге дейін, ұғынылмаған түрінде болады. Адам жай ғана өмір сүреді, оқиды, еңбектенеді, қарым-қатынас жасайды, өзімен-өзі үзіліссіз диалог құрады. Өмір сүру барысында өзге адамдар туралы, өзі туралы мәліметтер жинақталады, бір күні санның сапаға айналу заңына сәйкес санада ұғынылады және бекітіледі, бірақ олар ұғынылмауы да мүмкін, біздің мінез-құлқымыз бен өзімізді-өзіміз реттеу тәсілдерімізді анықтай отырып, ұғынылмаған ұстаным деңгейінде қызмет етуі мүмкін. Әсіресе жоғары білімділікпен ерекшеленбейтін, рефлексияға бейімсіз, яғни өзінің өзіне қатынасында бақылаушы позициясына тұруға қабілетсіз адамдардың Мен-тұжырымдамасының едәуір бөлігі осылайша қалыптасатынын атап айту керек.

Өзін-өзі тану ұғынылған үрдіс ретінде мақсатқа бағыттылығымен сипатталады, адам өз алдына арнайы мақсат қояды – өзінде қандай да бір қабілеттер, бейімділіктер, тұлғалық сипаттарды айқындауды, бұл үшін ол өзін бағалауға және талдауға көмектесетін арнайы құралдарды қолданады. Дәл осы жағдайда өзін-өзі тану ұғынылған іс-әрекетке айналады және оның заңдарына бағынады. Адам қаншалықты жиі өзінің өзін-өзі тануын іс-әрекетке айналдырса, соншалықты ол өзін терең

және кең тани алады. Мұның кері жағы да бар, эмоциялықтың жоғары деңгейінде, өзін-өзі қабылдамауда, өзін-өзі тану өзін-өзі қазбалауға, өзі туралы объективті емес білімдердің жинақталуына, әртүрлі кешендердің туындауына, сонымен бірге толымсыздық кешенінің де туындауына алып келеді. Сондықтан да барлығында өзінің мөлшері және мәні болуы керек.

Өмір жолының түрлі кезеңдерінде өзін-өзі танудың *мазмұны әртүрлі* болады. Біздің өміріміз қалыпты және дағдарысты кезеңдерден, тағдырымызды және өмірбаянымызды бірден өзгертетін маңызды және маңызды емес оқиғалардан тұрады. Сондықтан да өзін-өзі тану, өмір түрлі оқиғаларға толы болып, жауапты шешімдерді қабылдау керек болғанда (оқу орнын таңдау, жұмыс, әйел немесе күйеу таңдау және т.б.) белсене түседі. Дұрыс шешім қабылдау үшін адам тек жағдайды, оның тағдырына қатысты өзге адамдарды ғана емес, өзін де, өзінің қасиеттері мен мүмкіндіктерін де жақсы білуі қажет. Бұл жағдаяттарда өзін-өзі тану белсенді қызмет етіп, тұлғаға аз уақыт аралығында өзі туралы осы уақытқа дейінгі өмірінде алмаған көптеген ақпаратты алуға мүмкіндік береді. Осындай кезеңдердің көбісі психологияда зерттеліп, белгілі болған, оларға: бала өзін іс-әрекет субъектісі ретінде түсіне бастайтын 3 жас дағдарысы жатады; бұл кезде балада алғашқы әлеуметтік жүйе Мен қалыптасып, өзі туралы айтқысы, бекігісі келеді – «Мен өзім!» деген танымал бала сөзін еске түсіруге болады; жеті жастағы дағдарыс, бала өзін оқу субъектісі ретінде түсіне бастайды және өзіне оқушы ретінде баға беруге қажеттілігі туындайды; жасөспірім кезеңдегі дағдарыс, ол үш жастағы дағдарыстан кем түспейді.

Жасөспірім әлеуметтік ортамен, құрбыларымен өзара әрекетте, өз Менінің көп қырларын ашады, ересектік сезімі пайда болады, балаға тән мінез-құлықтық нормалардан ересектікке бағытталу орын алады. Ересек адамдарда да тоқыраулар болып тұрады: мысалы, отыз жас тоқырауы; кемелдік жас тоқырауы; зейнетке шығуға байланысты тоқырау. Бұл жағдайлардың бәрінде де өмірді қайта ой елегінен өткізу, қалыптасқан өзіндік Менді бекіту, болашақта өзін-өзі дамыту мүмкіндіктерін анықтау және жетістіктер мен сәтсіздіктерді бағалау жүреді.

*Өзін-өзі танудың түбегейлі аяқталмауы* – бұл ең қызықты заңдылықтардың бірі шығар. Ол шынайы өмірдің сана процесінен ілгерілеу жүретінімен шартталынады, адам өмірге келді,

өмір сүріп жатыр, оның физикалық Менін қоршаған әлемнен бөлу түріндегі өзіндік санасының қарапайым элементтері де қалыптасып қалған, ал өзін-өзі ол біршама кейінірек таниды. Дәл осы ересек адамға да тән, шын мәнінде оның тұлғасы мен өмірі өзі туралы түсініктеріне қарағанда әлдеқайда бай. Танылмаған, соқыр дақ әрдайым бар («Джогари терезесін» есімізге түсірейік). Сондықтан, тіпті, бұл салада асқан мүмкіндіктері бар адамдар үшін де өзін-өзі толық тану мүмкін емес. Мысалы, будисттік тақуалар өмір бойы өзін-өзі танумен және өзін-өзі жетілдірумен айналысады, бірақ тек бір ғана Будда (Гаутама ханзада) ғана шарықтау шегіне жетті. Кейбір адамдар егер өз-өздерін тани алмаса, бұл жағдай олардың түңіліп, өмірдің мәнін жоғалтуына дейін алып келеді. Алайда бұл қалыпты үрдіс, бұл фактіні біз өлімнің болмай қоймайтынын қабылдайтынымыз сияқты қабылдауымыз керек. Өзін толық тану емес, жан – жақты және терең тануға ұмтылу маңызды, ал одан да маңыздысы – өз тұлғасының ең мықты жақтары туралы танығанын өмірде, іс-әрекетте адекватты қолдана білу.

Өзін-өзі танудың жалпы заңдылықтары: ұғынықтылық дәрежесі, мазмұнының түрлілігі, түбегейлі аяқталмауынан басқа, оның тұтастығын толықтыратын, өзін-өзі танудың өзіне тән кейбір төл ерекшеліктерін де бөлуге болады.

1. Өзін-өзі тану өз дамуында екі кезеңнен өтеді. Бірінші кезеңде *«Мен – өзгелер»* жүйесінде өтеді. Бір жағынан, адам балалық шақтан бастап тұлғааралық қатынастар жүйесінде болады, басқа адамдар үнемі оны бағалайды, ол ерікті немесе еріксіз түрде осы бағаларды басшылыққа ала бастайды, оларды қандай да бір дәрежеде қабылдай бастайды, бағалау тәсілін де игере бастайды. Екінші жағынан, баланың өзі де басқаларды бағалау тәсілін меңгереді, алдымен ересектердің бағаларын қайталайды, кейінірек оларды өзі құрастыра бастайды. Сонымен ол өзін басқалармен салыстыруды үйренеді, бағалау тәсілі арқылы ақырындап өзінің Менін тани бастайды, оның бойында өзі туралы бастапқы түсініктері пайда болып, содан кейін өзінің басқалардан айырмашылықтарын түсіну арқылы Мен бейнесін құрастырудағы алғашқы тәжірбиесі қалыптасады. Екінші кезеңде *«Мен – Мен»* жүйесінің аясында адам түрлі уақытта қалыптасқан өзі туралы дайын білімдерін пайдалана бастайды. Бұл жерде ол өз іс-әрекетін, оның нәтижелілігін,

басқа адамдармен өзара әрекетін, мінезінің ерекшеліктері мен тұлғалық қасиеттерін талдайды. Яғни, өзін-өзі тану айқындауға, бекітуге, талдауға, баға беруге және өзінде танылғанды қабылдауға қабілетті дербес үрдіс ретінде жұмыс істей бастайды. Алғашқы кезең өз әлеуетін өмірдің соңына дейін сақтайтынын, ол жай ғана табиғи түрде екінші кезеңнің құрамына кіретінін және өзінің маңызын жоғалтпайтынын айта кету керек.

2. Өзін-өзі танудың қарқындылығы, тереңдігі, негізділігі тұлғаның қалыптасқан көптеген қасиеттеріне, нақты айтқанда тұлғаның бағыттылығын анықтайтын қасиеттерге байланысты. Мысалы, оған экстраверсия мен интроверсия жатады. *Экстраверт* – сыртқы дүниеге бағытталған адам, ол осы әлеммен өмір сүреді, ондағы оқиғалар оны бүтіндей билеп алған. Сондықтан оның өзіндік санасы өзін сыртқы әлем аумағында тануда іске асырылады. *Интроверт*, керісінше, ол үшін өзінің ішкі өмірі, өз тебіреністері, армандары, ішкі диалогы маңызды, сондықтан да ол өзінің ішкі әлемі мен соның жағдайларына бағытталған. Оның өзіндік санасы өзінің ішкі әлемінде жүзеге асатыны анық. Әрине, бұл экстраверт өзінің ішкі әлемін тани алмайды, ал интроверт өзін сыртқы әлемде тани алмайды дегенді білдірмейді. Бұл жерде адамның экстраверсия немесе интроверсияға байланысты таңдайтын басымдылықтары туралы сөз болып отыр. Дәл солайша басқа да қасиеттер туралы, нақты айтқанда өзін-өзі танудың аясы мен өзіндік ерекшелігіне мінез акцентуациясының әсері туралы да айтуға болады.

3. Түрлі адамдардың өзін-өзі тануға қабілеттері әртүрлі болады. *Қабілеттер* – білімдерді, біліктіліктер мен дағдыларды игерудің сапасы, тереңдігі мен жылдамдығы тәуелді болатын, бірақ осы білімдер, біліктер мен дағдыларға келіп саймайтын тұлғаның қасиеттері. *Өзін-өзі тануға қабілеттілік* – өзін жылдам, жан-жақты, адекватты және сапалы тануға мүмкіндік беретін тұлғалық сипаттамалар. Осы қабілеттер дамуының түрлі деңгейлеріне қарай, адамдар бір-бірінен айтарлықтай өзгешеленеді: біреулер үнемі өзін-өзі танумен болады, өздерін жақсы және жан-жақты біледі, бұл білімдерін өмірде қолдана біледі; екіншілері өзін-өзі танумен ауық-ауық айналысады, олардың өздері туралы білімдері үзік-үзік және көріністік сипатта, және ең бастысы, олардың өздері туралы түсініктері адекватты емес, яғни шындыққа жанаспайды. Біз өмірде өзін төмен немесе жоғары

бағалайтын, өздерін ойдан құрастырып алған, сол себептерге байланысты қоршаған әлеммен және әлеуметтік ортамен дұрыс қатынас жасай алмайтын адамдарды жиі кездестіреміз. Алайда, кез келген қабілеттер секілді өзін-өзі тануға қабілеттілікті де дамытуға болады. Ол үшін не қажет? Алдымен, өзін-өзі танудың жағымды мотивациясын қалыптастыру; өзін-өзі танудың негізгі механизмдері – сәйкестендіру мен рефлексияның әлеуетін толық пайдалану; өзін-өзі танудың төл әдістері – өзін-өзі бақылау, өзін-өзі талдау, өзін-өзі моделдеу және т.б. үйрену; өзін-өзі танудың түрлі құралдарын пайдалану: көркем әдебиеттерді көп оқу, психологияны оқып-білу, күнделік жүргізу және т.б.

### **3.2 Өзін-өзі танудың мақсаттары мен мотивтері (түркілері)**

Тұлғаның белсенділігінің қайнар көзі – оның қажеттіліктері. Қажеттілік кең мағынада – мұқтаждық, бір нәрсені қажетсіну, ал тар мағынасында – адамның өмір сүру жағдайларына тәуелділігі көрінетін күйі. Адам биоәлеуметтік ағза болған соң, қажеттіліктер әлеуметтік немесе биологиялық болуы мүмкін. Биологиялық қажеттіліктерге: тағамға, суға, жылуға, ауаға, жыныстық серікке және т.б. қажеттіліктер жатуы мүмкін. Іргелі әлеуметтік қажеттіліктерге: еңбекке, танымға, қарым-қатынасқа, жетістікке деген қажеттіліктер және т.б. жатады.

Өзін-өзі тану үрдіс ретінде төл белсенділіктің көріну формасы болғандықтан, оның негізінде де өзін-өзі тануға қажеттілік деп айтуға болатын қажеттілік жатады.

Өзін-өзі тануға қажеттілік жалпы жоспардағы қажеттіліктің, атап айтқанда танымға деген қажеттіліктің көрінісі. Оны қанағаттандырудың құралы қоршаушы болмыс, әлем болып табылады. Адамның адамға айналуының себебі де өте ерте көріне бастайтын және басынан-ақ айқын әлеуеті бар осы қажеттіліктің қалыптасуымен байланысты. Еңбек те, қарым-қатынас та, оқу да танымға деген қажеттіліксіз мүмкін емес. Өзін-өзі танудың объектісі адамның өзі, оның ішкі әлемі болған кезде, танымға деген қажеттілік өзін-өзі тану қажеттілігінің пішінін қабылдайды.

Өзін-өзі тануға қажеттілік өз алдына жеке әрекет етпейтінін, ол басқа да қажеттіліктермен, нақты айтқанда Меннің қажеттіліктерімен тығыз байланысты екенін айта кету керек. Олардың ең маңыздыларына: өзін-өзі сыйлау, Меннің тұтастығына қажеттілік, өзіндік сәйкестенуге қажеттілік, басқалар тарапынан өзінің мойындалуына қажеттілік және т.б. жатады. Кейбір адамдарда жағымсыз жоспардағы қажеттіліктердің де дамытынын айта кету керек, олар оның белсенділігін басқаша бағыттайды, мысалы: өзін кемсіту, яғни өзінің мүмкіндіктерін төмендету, ренжу, сынды, жазаны, бақытсыздықты қабылдауға дайын болу және оған қуану. Мұндай қажеттіліктің дамуы тұлғаның түрлі ауытқушылықтарына әкеледі.

Өзін сыйлауға қажеттілік адамның өзінің және қоршаған адамдардың талаптарына сай болу, биіктен көрінуге беталысын көрсетеді. Меннің тұтастығына қажеттілік, өз Менінің біртұтас аяқталған бейнесін құруға деген ұмтылыспен сипатталады. Өзіндік сәйкестенуге қажеттілігі, Меннің тұтастығын, «бөлінбейтіндігін» қамтамасыз етеді, ал басқалар тарапынан мойындалу қажеттілігі, басқалардың құрметтеуіне қол жеткізу үшін өмір сүру, еңбектену, оқу, қарым-қатынас жасауға ниеттілігін анықтайды.

Осы қажеттіліктердің бәрі бірімен-бірі тығыз байланысты, бірін-бірі толықтырады, мінез-құлықтың күрделі мотивациясын шарттайды. Меннің тұтастығына қажеттілік, өзін сыйлауға қажеттілік және т.б. өзін-өзі тануға қажеттілікті күшейтеді. Өз тарапынан өзін-өзі тануда қанағаттандырылған қажеттілік басқа да қажеттіліктердің қанағаттандырылуын жеңілдетеді. Мысалы: өзіңе деген талаптар деңгейінде болу үшін, өзіндік жақсы білуің керек; өзін жақсы білу – біртұтас, қайшылықсыз Мен бейнесін жасау кепілі және т.б.

Айтылған қажеттіліктер аясында жоғары санаттағы қажеттіліктер, өзін-өзі дамытумен байланысты қажеттіліктер пайда болады: өзін-өзі танытуға қажеттілік, өзін-өзі жетілдіруге қажеттілік, өзін-өзі жүзеге асыруға қажеттілік және т.б. (оған біз 2 бөлімде «Өзін-өзі дамыту психологиясында» тоқталамыз).

Танымға қажеттіліктер біз Меннің қажеттіліктеріне жатқызатын барлық басқа да қажеттіліктермен тығыз байланысты. Мысалы, егер адамда қарым-қатынасқа деген қажеттілік білінсе, оның өзін-өзі тануға қажеттілігі де арта түседі. Қарым-қатынасқа түсу үшін адам өзін-өзі білуі қажет. Сондай-ақ ол жетістікке деген

қажеттілік жоғары болса да күшейе түседі. Қол жеткізу үшін, адам өзін білуі қажет. Бұл тізімді әлдеқайда кеңейтуге болады. Көптеген іс-әрекеттің түрлері мен қажеттіліктердің қызмет етуі өзін-өзі тану мен соған аттас қажеттілікпен байланысты.

Біз қажеттіліктер психологиясына қысқаша шолуды кездейсоқ жасаған жоқпыз, себебі өзін-өзі тануға қажеттіліктің және онымен байланысты Меннің басқа да қажеттіліктерінің көріну деңгейі өзін-өзі танудың мақсаттары мен мотивтерінің ерекшеліктерін анықтайды. **Мотив** (түрткі) – әрекетке нақты итермелеуші күш, онда қандай да бір қажеттілік көрініс табады. Осылайша қарым-қатынасқа деген қажеттілік қарым-қатынас мотивтерін айқындайды, еңбекке қажеттілік еңбек іс-әрекеттерінің мотивтерін, өзін-өзі тануға қажеттілік өзін-өзі тану мотивтерін белсенділендіреді. Қандай да бір мотивтер әсерінен адам іс-әрекеттің нақты бір мақсатын қояды, әдістерді, тәсілдерді, реттелген әрекеттерді пайдалана отырып оларға қол жеткізеді.

**Мақсат**, бұл – болашақ нәтиженің бейнесі. Өзін-өзі танудағы мақсат, болашақтағы нәтиже қандай болуына байланысты әртүрлі болады.

*Мақсаттар кең және тар, шынайы және шынайы емес, ақиқат және жалған болады.*

Өзін-өзі танудағы кең мақсатқа өз тұлғасын жалпы түрде тану және тұлғаның өмірлік мақсаттарын тану жатады. Өзін-өзі тануда өзін тұлға ретінде тану, өзінің Мен-тұжырымдамасын саналы да, бейсаналы да, санадан жоғары деңгейде де танып білуді мақсат етіп қоятын адамдар да кездеседі. Мұндай өзін-өзі тану барлық басқа мақсаттарды екінші орынға ығыстырып, өзінен-өзі өмірлік мақсатқа айналуы мүмкін. Қарапайым адам өзін-өзі танудың түбегейлі аяқталмағанын көкейкөзбен сезініп, өзінің өзін-өзі тануын өмір сүруіне, шығармашылығына, өзін-өзі дамытуына жеткілікті нақты шынайы шеңбермен шектейді. Өзін-өзі танудың басқа кең мақсаты өмірлік мақсаттар болып табылады. Біздің әрқайсысымыз өзімізге мынадай сұрақтар қойып көргенбіз: мен өмірде неге қол жеткізгім келеді? Қандай мамандық таңдасам болады? Мен жетекші, басшы болуды ма немесе бағынышты болуды қалаймын ба? Қандай өмірлік серік таңдасам болады? Өз балаларымды қаншалықты және қалай тәрбиелеп өсіруге шамам жетеді? және т.с.с. Өмірлік мақсаттарды анықтау, тану өз өміріңе мақсатқа бағытталғандық, мәнділік,



табандылық береді. Дегенмен өмірлік мақсаттар жайлы ойланбай, өмір ағымымен жүретін адамдар да аз емес. Осының бәрі әрине, олардың өмірін жұтаңдатады, мәнсіздендіреді, ал адамның мінез-құлқын алдын ала болжамдауға мүмкіндік бермейді.

Өзін-өзі танудың тар мақсаттарына осы сәтте бізге өзекті болатын өзіміздің Мен бейнеміздің нақты мазмұны жатады. Тар мақсаттар үйлестірудің әртүрлі жүйелерінде қараластырылуы мүмкін. Мысалы: біз өзіміздің интеллектуалдық мүмкіндіктерімізді немесе мінез-құлқымызды танып білеміз; зейініміздің қасиеттерін немесе қарым-қатынас жасау мүмкіндіктерімізді танып білеміз. Бұл тізімді ары қарай жалғастыра беруге болады, бірақ маңыздысы өз тұлғасының объектілері немесе іс-әрекет пен мінез-құлқы сипаттамаларының тізімі емес, бүгінгі күнде тұлға үшін не өзекті екендігі. Егер біз мамандық таңдайтын болсақ, таңдалған саладағы өзіміздің қабілеттерімізді бағалау маңызды болып табылады. Егер біз басқа адаммен танысып дос болғымыз келсе, онда өзіндік комуникативті сапалар, ұната алу, жақсы дос бола алу қабілеті маңызды болады. Өзін-өзі тану мақсаттарының жүйелі қойылу мүмкіндігі де бар. Тәжірибеде ең көп аралған және кең қолданылатыны: «Қалаймын» – «Жасай аламын» – «Керек» деген жүйе болып табылады. Адам: мен жақында және алдағы болашақта неге қол жеткізгім келеді, менің мүмкіндіктерім қандай және ол социумның, айналадағылырдың талаптарына қаншалықты сәйкес, – деген сұрақтарға нақты жауап бергенде ғана өзінің өзін-өзі тану шегін әлдеқайда кеңейтеді.

Біз атап өткендей, өзін-өзі танудың мақсаттары шынайы және шынайы емес, ақиқат және жалған болуы мүмкін. *Шынайы мақсат* – біз өзімізде бар нәрсені тауып, талдаймыз; *шынайы емес мақсат* – өзімізде шын мәнінде жоқ нәрсені танып-білуге тырысамыз.

**Мысал.** Кейбір адамдар өздерінде жоқ қабілеттерді табуға, сонымен қоймай, оларға талдау жасап, бағалауға тырысады. Оларды өздерінен таба алмай, оларды ойдан шығарып, олардың бар екендігіне сенеді. Нәтижесінде өзінің өзін-өзі тануын жалған ізге бағыттайды. Адам өзін-өзі танудың жалған ізіне бағытталып, толығымен бәрін ойдан құрастырып, өмір сүруді осы бейнемен жалғастырады және де болмыстан алшақтайды, ал соңында оның бейімделу мүмкіндіктері төмендеп, ішкі жан дүниесінде жанжалдар туатын жағдайлар болады. Осылайша, өзін-өзі танудың шынайы немесе шынайы емес мақсаттары соңғы нәтиже Мен-бейнесі мен Мен-тұжырымдамасының шынайылығына әсер етеді.

Адамға өзін-өзі танудың кең және тар, шынайы және шынайы емес, ақиқат және жалған мақсаттарын қоюға не түрткі болады? Әрине, сәйкес қажеттіліктер көрініс беретін мотивтер (түрткілер). Мұндай мотивтерді екі топқа бөлуге болады: өзін-өзі тану іс-әрекетінің өзінің негізінде жататын өзіндік ерекшеліктері бар мотивтер және өзін-өзі танумен жанама түрде қабысатын өзіндік ерекшеліктері жоқ мотивтер.

*Өзіндік ерекшеліктері бар мотивтерге* өзіне қызығушылық жатады. Қызығушылық – бұл эмоциялық түрдегі танымдық қажеттілік. Нақты жағдайда – өзін-өзі танып білудегі эмоциялық қажеттілік. Өзіне қызығушылықтың дамуының бірнеше кезеңдерін ажыратады:

- білуге құштарлық;
- өз-өзіне деген жеке қызығушылық;
- өзін-өзі тануға құштарлық.

Білуге құштарлық – өзіне қызығудың алғашқы формасы – өзі туралы білуге ұмтылумен сипатталады. Ең бастысы, адамның өзіне белгісіз, бірақ басқа адамдарға белгіліні анықтау. Білуге құштарлық тұрақты болмайды, білгісі келгенді анықтаған соң, ол жоғалып, адам басқа маңызды мәселелермен айланыса бастайды.

Білуге құштарлық жағымды жағдайларда тұрақты түрде өзіне қызығушылыққа айналуы мүмкін, бұл жағдайда өзін-өзі танудың жаңа мақсаттары анықталып, өзін-өзі тануға бағытталған іс-әрекетінің шегі кеңейе түседі. Өзіне қызығушылық белгілі бір шегіне жетіп, мүлдем эмоциялық қызу алғанда, өзін-өзі тануға құштарлыққа айналады. Адам өз өмірінің маңызды бір бөлігін осы құштарлыққа арнайды. Өзін-өзі тануға құштарлықтың жағымсыз түріне ішімдікті қолдану, наша қабылдау, өзінде ұандай да бір асқан ерекшелікті табу мақсатымен (шындығында ондай нәрсе болмауы мүмкін) бейсанаға ену үшін психологиялық құралдарды пайдалану жатады.

*Өзін-өзі танудың өзіндік ерекшеліктері жоқ мотивтеріне,* басқа да қалған мотивтердің барлығы жатады. Оларды да үш топқа бөліп қарастыруға болады:

- «Мен»-ге қатысты мотивтер (өзін-өзі сыйлау, өзіндік бірдейлікке қол жеткізу, басқалар тарапынан өзін мойындату және т.с.с.);
- өзіндік өсіп-жетілумен байланысты мотивтер (өзін-өзі бекіту, жетілдіру, көрсете білу, өзектендіру);

• басқа іс-әрекет түрлерінің мотивтері (қарым-қатынас, бедел, жетістік, танып білу, оқу, моральдық мотивтер және т.б.).

Олардың өзін-өзі тану мотивтері мен өзін-өзі тану іс-әрекеттерімен өзара байланыс механизмдері шамамен бірдей. Өзін-өзі танудың дамыған мотивтері басқа барлық мотивтердің қызмет етуіне жағымды әсер етеді. Өзіне деген қызығушылық өзін-өзі дамыту мотивтерін ынталандырады. Өз кезегінде өзін-өзі дамытудың айқын мотивтері өзін-өзі тануға қажеттіліктің және оның ерекше мотивінің бірі – өзіне қызығушылықтың қалыптасуына жағымды әсер етеді. Басқа мотивтер жайлы да осыны айтуға болады. Мысалы, өзіне қызығушылық, егер ол адамды билеп алғандай құштарлық болмаса, қарым-қатынас мотивіне сәйкес реңк бере отырып, басқа адамдарға деген қызығушылықты тудырады. Өзін-өзі тану мотиві нашар дамыған жағдайда, басқа, неғұрлым айқындалған мотивтер оның орнын басып, өзін-өзі тану іс-әрекетін жандандырады. Мысалы, тұлғада жетістікке жету мотиві айқын, бірақ өзіне қызығушылығы көрінбейді. Маңызы жоғары нәтижелерге тек жолы болғыштыққа, сәттілікке сүйеніп жету мүмкін емес, сондықтан өзінің мүмкіндіктерін таразылап, өз үміті мен қабілеттерін бағалауы, яғни өзін-өзі танумен айналысуы қажет. Басқа сөзбен айтқанда, өзін-өзі танусыз бірде-бір мотивті іске асыруға болмайды. Сонымен, барлығы да өзін-өзі тануға келіп тіреледі, өзіне деген қатынасы, өзін-өзі реттестіру және өзін-өзі бақылауға қабілеттілігі, сонда ғана басқа да мотивтерді іске асыру табысты болады.

### **3.3 Өзін-өзі танудың құралдары мен әдістері**

Енді өзін-өзі танудың мақсаттарына жеткізетін өзін-өзі тану үрдісіне көңіл аударайық. Өзін-өзі тануды ұйымдастыру жолында қандай құралдарды пайдалануға болады? – деген сұраққа жауап беруге тырысамыз.

Өзін-өзі танудың көбірек таралған әдістеріне мыналар жатады: өзін-өзі бақылау, өзіне-өзі талдау жасау, өзін әртүрлі «өлшемдермен» салыстыру, өз тұлғасын моделдеу, әрбір қасиеттеріндегі, мінез-құлық сипаттамасындағы қарама-қайшылықтарды түсіну.

*Өзін-өзі бақылау.* Бұл өзін-өзі бақылау, өзінің мінез-құлқын, іс-әрекетін, ішкі жан дүниесін бақылау жолымен өзін-өзі тану әдісі. Адамзат бір уақыттарда психологияның негізгі әдісі деп саналған «интроспекция» (ішкі әлемге қарау) деп аталатын өзін-өзі бақылаумен бұрыннан таныс. Ол өте субъектілі және адам психикасы туралы дәл суреттеме бермейтіндіктен, кейінірек бұдан негізгі әдіс ретінде бас тартылды, бірақ өзін-өзі танудың тәсілі ретінде оның үлкен мәні бар.

Өзін-өзі бақылау ілеспе түрде, аса ұғынылмаған да, саналы мақсатқа бағытталған да болады. Ілеспе түрдегі аса саналы түсінілмеген өзін-өзі бақылау тұрақты түрде және сананың қызмет етуімен тепе-теңдес іске асырылады. Біз бір нәрсені жасаймыз, қарым-қатынасқа түсеміз, демаламыз және сонымен бір мезгілде өзімізді бақылай отырып, өзін-өзі бақылауды жүзеге асырамыз. Мінез-құлқымыз өзіміз немесе басқалар тарапынан бекітілген норманың шегінен шығып кеткенде, біз оған түзету жасаймыз. Дегенмен де мақсатқа бағытталмаған өзін-өзі тану барысында фактілер жиналады, олардың кейбіреулері маңыздылығына байланысты біздің санамыздың объектісіне айналады, яғни айқындалады, бекітіледі, талданады.

*Мақсатқа бағытталған* өзін-өзі бақылау өзіміздегі қандай да бір сапаның, тұлғалық қасиеттердің, мінез-құлық сипаттамаларының көріністерін айқындап, бекітуге мақсат қойғанда орын алады. Ол үшін адам өзін әдейілеп сәйкес жағдаяттарға қойып немесе оларды өздері құрып, өзіне-өзі тәжірибе өткізеді. Мұндай тәжірибе ретінде өзіндегі нақты бір сапалар мен қасиеттерді анықтауға және бекітуге мүмкіндік беретін арнайы ұйымдастырылған психологиялық тренингтерді айтуға болады.

Айтылғандардан ілеспе түрдегі өзін-өзі бақылаудың да және мақсатқа бағытталған өзін-өзі бақылаудың да тұлғалық қасиеттерді, мінез қырларын, қарым-қатынас ерекшеліктерін, тағы да басқаларды айқындап бекітуге мүмкіндік беретіні көрініп тұр.

*Өзін-өзі талдау.* Өзін-өзі бақылау көмегімен айқындалғандар талданады. Соның барысында тұлғалық қасиеттер және мінез-құлық сипаттамалары жеке бөліктерге бөлініп, себеп-салдарлық байланыстары анықталып, өзі туралы нақты сапа жайында толғану үрдісі іске асады.

**Мысал.** Сіз өзін-өзі бақылау жолымен немесе жағымсыз эмоцияларды байқау арқылы ұялшақ екеніңізді анықтадыңыз. Өзіндік талдау жолымен шынында солай ма, яғни ұялшақтықтың көріністері қандай екенін анықтаймыз. Сіз өзіңізге: «Мен ұяламын, мен қызарамын (немесе бозарамын), қойылған сұрақтарға нақты жауап бере алмаймын», – дей аласыз. Бірақ тек осымен тоқталсаңыз, онда сізді жағымсыз сезімдер билеп, алаңдаулар байқалуы мүмкін, ол толымсыздық кешеніне әкелуі мүмкін. Алайда, бұл тек алғашқы талдау. Әрі қарай бұл жайында ойлана отырып, келесі сұрақтары қоюға болады: ол әрдайым көрінеді ме? Мен туыстарым, жақын таныстарыммен қатынаста ұялшақпын ба?

– Жоқ. Сабаққа жауап беруде ұялшақтығым білінеді ме? – Жоқ. Ал өзіме таныс емес адамдармен араласқанда ше? – Иә. Бәрімен бе? – Жоқ, тек басқа жынысты тұлғалармен. Сонымен сіздің тек қарама-қарсы жынысты тұлғалармен қарым-қатынаста ғана ұялшақ екеніңіз белгілі болды. Ол неге байланысты? Бұл ұнауға тырысу немесе түрлі жағдаяттарда өзін қалай ұстауды білмеу, немесе балалық шақта сізді келеке етіп күлуден пайда болып қалыптасқан, қарама-қарсы жынысты танымайтын адамдармен қарым-қатынаста көрінетін сенімсіздік деп ойлауға болады. Міне біз болжанған мысалдағы жорамалданған шындыққа жақын келдік. Сонымен, ересек адамдардың ұялшақ болуының себебі балалық шағындағы басынан өткен келемеж етілген оқиғасы немесе көңіліне алып қалған реніші әсерінен болған екен.

Көріп отырғанымыздай, берілген алгоритмдегі өзін-өзі талдау өте қарапайым, ол тек өзіне көңіл аударуды, біраз уақыт бөлуді және өзіне дұрыс сұрақ қоя білуді, және оларға өмірмен байланыстыра отырып дұрыс жауап беруді талап етеді.

*Өзін қандай да бір «өлшеммен» салыстыру.* «Өлшем» мен «шкала» сөздері бұл - шартты ұғымдар, алайда солардың көмегімен осы тәсілдің мәнін жеткілікті түрде дәл анықтауға болады. Біз әрқашанда өзімізді өзге адамдармен немесе үлгі тұтатын адамдармен салыстырамыз. Салыстыру тәсілі өзін-өзі танудың маңызды құрамдас бөлігінің бірі ретіндегі өзін-өзі бағалауды іске асыруға мүмкіндік береді. Мұндай салыстырулар қарама-қарсылықтар болып табылатын полярлық полюстер, шкала арқылы жүзеге асады. Мысалы: ақылды – ақымақ, мейірімді – мейірімсіз, әділ – әділетсіз, байқампаз – аңқау, еңбекқор – жалқау. Біз міндетті түрде осы шкаладан өзіміздің орнымызды табамыз.

**Мысал.** Сіз: «Мен ақылдымын, бірақ кейде сөзімде тұра бермеймін, өте мейірімді адаммын, бірақ кей кездері өзіме сенімсізбін». Мұндай өлшемдер бізде басқа адамдармен немесе қалыптасқан нормалармен бейсаналы түрде үнемі өзімізді салыстыру негізінде өмір бойы қалыптасады. Өлшемдер әр түрлі болады: осы жағдайдағы сияқты шкала түрінде немесе қандай да бір сапаның көріну деңгейіне сәйкес. Мысалы: сіз бойыңыздағы өмір сүруге, еңбектенуге, басқа адамдармен араласуға мүмкіндік беретін ең күшті қасиеттерді және керісінше, өмірді қиындататын, үйлесімсіздік

ендіретін, жағымсыз эмоциялар туғызатын нашар тұлғалық қасиеттерді бөлуіңізге болады. Осындай сапалар бойынша өзіңіздің адамдар арасындағы орныңызды анықтайсыз.

Бірақ кез келген жағдайда қандай да бір «эталонмен» (үлгімен) салыстыра отырып, біз өзімізге кейде тұтастай, ал кейде жекелеген қасиеттеріміз бен мінез сипаттамаларымызға баға береміз. Осының нәтижесінде біз Мен-тұжырымдаманы тануға және құруға жақындаймыз.

*Өз тұлғасын моделдеу (үлгілеу)* өзін-өзі танудың неғұрлым арнайы әдістеріне жатады, негізінде оны дұрыс қолдану үшін психологтың көмегіне жүгіну қажет. Өкінішке орай, психологпен тілдесуге бәрінің қолы жете бермейді, сондықтан өзін-өзі үлгілеудің элементтерін өз бетінше де қолдануға болады. *Модельдеу (үлгілеу)* – бұл жекелеген сипаттамалары мен қасиеттерін шынайы үрдістердің белгілерінде, таңбаларында, объектілерінде бейнелеу (бұл жағдайда өз тұлғасын, өзінің өзгелермен қарым-қатынасын).

Модельдеудің (үлгілеудің) қарапайым тәсілі, мысалы, «Мен қазіргі уақытта», «Мен болашақта», «Мен дос ретінде», «Мен оқушы ретінде» және т.б. тақырыптарда өзіңнің суретінді салу болып табылады. Сурет өзін-өзі талдауды жеңілдетеді: мен қандаймын, менің қандай жақтарым, сапаларым бар, мен нені қалаймын, мен не істей аламын және т.б. Мынадай тәсіл де әсерлі болады. Егер белгімен (мысалы, дөңгелекшемен) «Мен» және басқа да маңызды адамдар белгіленіп, олардың бір-бірімен және басқалармен қарым-қатынасы барысында ұнатулары, жаратпаушылығы, басымдық жасауы, бағынуы, кикілжіңдері және т.б. көрсетіліп талданады. Осылайша өз тұлғасының да қасиеттерін белгілеуге: олардың кейбіреуін ортасына, кейбіреулерін бір-бірімен жақындық дәрежелеріне қарай топтастыра отырып (біреулері – өмір сүруге, қоршаған ортамен қарым-қатынас жасауға көмектеседі, кейбіреуі кедергі жасап, тұлғаны әлсіз етеді) шет жағына орналастыруға болады. Мұнан кейін осыған ұқсас талдау жасап, өзі, өзінің мінез-құлқы мен әрекеттерін ой елегінен өткізеді. Өз ішкі әлемімізді сыртқа шығарып, оған сырт көзбен қарауға мүмкіндік беретіндіктен, осындай әдістердің өзін-өзі тану үрдісін едәуір жеңілдететінін тәжірибе көрсетіп отыр.

Өз тұлғасының құрылымын да, қарым-қатынастарын да үлгілеудің күрделі тәсілдері де бар. Мысалы: рөлдік ойындар

мен психикалық қойылымдар, бірақ олар басқа адамдардың қатысуын талап етеді, және де тек тәжірибелі психологтың басшылығымен жүргізілуі мүмкін.

*Қарама-қайшылықтарды түсіну* өзін-өзі танудың ең соңғы кезеңінде, қандай да бір тұлғалық сипаттама анықталып, талданып, бағаланып болған соң қолданылатын және өзін-өзі ауыртпалықсыз қабылдауға мүмкіндік беретін әдіске жатады. Оның мәні біздің тұтастай тұлғамыздың немесе оның жеке сапаларының бір мезгілде жақсы да жаман да жақтарының болуында. Сондықтан, егер оны сөзсіз жағымды немесе сөзсіз жағымсыз ретінде қабылдап, біз тек бір жағына ғана назар аударсақ, онда өзін-өзі тану толық болмайды.

**Мысал.** Жауапкершілік – бұл ең күшті сапа. Біз жауапкер-шіліктің қажет екендігін, сонымен қатар адамдарда осы сапаның болуы туралы көп айтамыз. Алайда, жауапкершіліктің аса жоғары дәрежеде болуы да адамда жағымсыз қобалжуларды тудырып, кедергі жасайды. Себебі барлық жерде және барлық жағдаяттарда жауапкершілікті болу мүмкін емес. Адамдарға кері әсерін тигізетін қасиеттердің бірі – агрессиялық. Агрессиялық қиратушылық сипатқа ие болғандықтан, оған көптеген мәдениеттер мен қоғамдарда қолдау көрсетілмейді және ол тұлғаның әлсіздігі, өзін ұстай алмауы, өзіне ие бола алмауының көрсеткіші ретінде қарастырылады. Бірақ агрессиялық – бұл бір мезгілде «ашуыңды шығару», бойыңдағы жаман қуаттардан арылу, тазару тәсілі ретінде болады. Сондықтан тәрбиелеу және өзін-өзі тәрбиелеу тұрғысынан адамның мүлдем агрессиялықты көрсетпеуі туралы емес, тек оны көрсетудің тиімді тәсілдерін меңгеру туралы сөз болуы керек. Мысалы: қиратушы агрессияны конструктивтіге айналдыра білу, басқа адамдарға, жануарларға, заттарға зиян келтірмейтін әрекеттермен алмастыруды, сондай-ақ өзін-өзі ұстай білу, сабырлық сақтау, төзімділік және т.б. тәсілдерді игеруді үйрену маңызды.

Әдетте адам, бойындағы қандай да бір сапаны анықтап және талдауда қойылған талаптарға жауап беретіндіктен қанағаттанушылықты сезінеді, немесе егер де ол теріс категорияға немесе әлсіздікке жатса қанағаттанбай қалуы мүмкін. Мұндай көзқарас бір жақты болады. Ең күшті сапаның әлсіз жағын, ал теріс сапаның – дұрыс және күшті жақтарын тапқан маңызды. Міне, осындай ішкі әрекет қана дұрыс болады. Осы жағдайды ұялшақтық мысалында қарастырайық.

**Мысал.** Кейбіреулер адамдармен қарым-қатынасына кедергі келтіретіндіктен өзіндегі ұялшақтықты жағымсыз қасиеттерге жатқызады және оны қатты уайымдайды. Уайым өз кезегінде айналасындағыларға қатынасында күмәншілдікті күшейтеді. Күмәншілдік ұялшақ болуды күшейте түседі. Осылай шеңбер тұйықталады. Ұялшақтық қабылданбайды, сондықтан

онымен күресу басталады. Күресу барысында уайымшылдық күшейе түседі. Алайда ұялшақтықтың қандай да бір күшті, жағымды жағын анықтағанда, ол бірден ауыртпалықсыз қабылдануы мүмкін. Мәселен, оның күшті жағы, адамдардың қатынасына деген сезімталдық, ол өз кезегінде тұлғаның ішкі дүниесінің нәзіктігін көрсетеді. Өзіндегі осы нәзіктікті қабылдау, ұялшақтықты қабылдаудан жеңілірек болады.

Шындығында, өзін-өзі қабылдау – өзін-өзі танудың соңғы бөліміндегі маңызды сәт, нақ сол бір мезгілде өзін-өзі танудың кезеңі, тұлғаның біртұтастық пен үйлесімділікке жетуінің тәсілі және өзін-өзі дамытудың механизмі ретінде көріне отырып, өзін-өзі жетілдірудің, өзін-өзі дамытудың бастапқы нүктесі болып табылады.

Өзін-өзі танудың ең кең тараған және қолжетімді тәсілдерінің бірі *басқа адамдарды танып білу*. Жақындарымызға, достарымызға мінездеме бере отырып, олардың мінез-құлықтарының мотивтерін түсіне отырып, көбіне біз басқалармен өзімізді салыстыра отырып, бейсаналы түрде бұл мінеземелерді өзімізге көшіреміз. Осындай салыстырулар ортақтық пен ерекшелікті бөліп алуға, өзіңнің өзгелерден айырмашылығың мен оның мәні нақты неде екенін түсінуге мүмкіндік береді.

Енді өзін-өзі танудың құралдарына тоқталайық.

Өзін-өзі танудың кең тараған құралдарының бірі *өзіңе есеп беру* болып табылады және ол әртүрлі формаларда жүзеге асуы мүмкін. Ауызша есеп беру апта немесе айдың аяғында, т.с.с болуы мүмкін. Бұл жерде күннің немесе аптаның оқиғаларын есіңе түсіру маңызды: әртүрлі жағдаяттардағы өзіңнің мінез-құлқыңа талдау жасау; барлық жағымды мен жағымсызды белгілеу; қалай болғанда да осылай әрекет етуге түрткі болған себептерді анықтау, неғұрлым тиімді мінез-құлық үлгісін ойнап көру; «есеп беру» кезінде көрінген өзіңдегі тұлғалық сапаларды бөлу.

Өзіңе есеп берудің тағы бір түрі күнделік жүргізу. Ол көп уақытты және күшті қажет еткенімен, өз артықшылықтары бар. Біріншіден, егер адам күнделікті жағдайды жазып отырса, онда мидың жұмысы қарқындай түседі. Әсіресе, қандай да бір қатты тебіреністер кезінде жазған кезде, адам сол тебіреністерді де, оны тудырған жағдайларды да түсіну үрдісі қатар жүреді. Екіншіден, күнделік жазуда өзіңнің өмірлік тәжірибенді бекіту орын алады. Үшіншіден, күнделікте бұрынғы өткендерді жазу барысында, оларды тереңірек түсініп, өз тұлғанның даму динамикасын көре



аласын. Төртіншіден, күнделікте сипаттаулар талдаумен үйлесе отырып, өзіңе-өзің мінездеме беруге мүмкіндік тудырады.

Өзін-өзі танудың келесі құралдары – кинофильмдер, қойылымдар көру және көркем әдебиеттерді оқу. Белгілі жазушылар, әсіресе классиктер керемет психологтар екені белгілі, олар кейбір мәселелердің шешімін табуда ғылыми психология енді ғана жақындағандарды көрсетеді. Осындай көркем әдебиеттерді оқығанда олардың ішіндегі кейіпкерлердің психологиялық бейнелері мен мінездемелеріне, іс-әрекеттеріне, басқа адамдармен қарым-қатынасына қарап, сіз өзіңізді еріксіз сол кейіпкермен салыстырасыз. Фильмдер, спектакльдер көріп, бізді көркем әдебиеттерді оқығанда өзіңізге мынандай тізбек бойынша сұрақтар қоюға тырысыңыз: Басты кейіпкерлердің іс-әрекеттері қандай? Басты кейіпкердің мінезін қалыптастыруда қандай факторлар маңызды болды? Адамның дәл осындай болуына не әсер етті? Ол өзін басқаша ұстауы мүмкін бе еді? Ол кейіпкер басқаша болу үшін, өзгеру үшін, меніңше оның не істеуі керек? Және т.с.с. Адам неғұрлым көп оқыса, көп білсе, ол өзін-өзі тану мәселесінде де көп білетіні белгілі шындық.

*Өзін-өзі тануда неғұрлым кең мүмкіндіктерді психология пәнін, оның ішінде: тұлға, топ психологиясы; әлеуметтік психология; танымдық іс-әрекеттер психологиясын оқып-білу ұсынады.* Қазіргі таңда көптеген орта және жоғары оқу орындарында психология міндетті оқу пәніне айналды. Осыған байланысты жаппай пайдалы мәліметтер алуға, өзінің психологиялық сауаттылығын жоғарылатуға, өзін-өзі тану аясын кеңейтуге көмектесетін психологиялық әдебиеттердің көлемі ұлғая түсті.

Психологиялық тестілеуді қолдану тиімді, бірақ, тексеруден өткен тесттерді, нұсқаулықты және өңдеу тәсілдерін мұқият оқуды естен шығармау қажет. Мүмкін болса өңдеуді психолог маманмен бірлесе отырып жүзеге асырған жөн. Ойын-сауық тесттеріне аса көңіл бөлудің қажеті жоқ.

*Өзін-өзі танудың арнайы құралдарына* психологтың қазіргі таңдағы әртүрлі жұмыс түрлерін жатқызуға болады. Психолог жеке кеңес беру барысында пациенттің толықтай ашылуына, өзінің мәселелерін түсінуге, оларды шешуде ішкі ресурстарын табуына, өзін-өзі тану актісін жүзеге асыруына көмектесуі қажет. Әлеуметтік-психологиялық тренинг топтарының жұмысы да

жақсы нәтиже береді. Бұл жердегі қарым-қатынаста топ өзіндік айна ретінде болады, әрбір қатысушының өзін және өзгелерді тануы қарқынданады. Топ пен психологтың өзара қарым-қатынасы орнауының міндетті шарты – жетекшінің сенім және өзара түсіністік ахуалын құруы. Психология ғылымында тұлғаға тек өзін-өзі терең тануға мүмкіндік беріп қана қоймай, сонымен қатар өзін-өзі дамытуды қалыптастыруға, өмірлік мәселелер мен қиындықтарды шешуге мүмкіндік беретін әртүрлі психотерапиялық әдістер мен тәсілдер көп.

### 3.4 Өзін-өзі танудың нәтижелері

Өзін-өзі танудың процессуалды жақтарын қарастыра отырып, ендігі жерде мына сұрақтарды қоюға болады: нәтижесінде біз не аламыз? Өзін-өзі танудың нәтижелерін өз өмірімізде қалай қолдануға болады?

Ең алдымен, өзін-өзі танудың негізінде адамның *өзі туралы білімдері* пайда болады. Бұл білімдер жақындықтары бойынша, мысалы, интеллектуалдық қасиеттер, мінез бітістері, эмоциялық сапалары, қабілеттері, мінез-құлықтық сипаттамалары ретінде топтастырылады. Өз кезегінде, аталған құрылымдар бірлесіп Мен бейнесін айқындайды. Мен бейнесінің құрылымдарын сәйкестендіру, негіздеу адамға өзінің Мен-тұжырымдамысын айқындай түседі. Әрине Мен-тұжырымдама тұтастай және толықтай ұғынылуы мүмкін емес, өйткені оның маңызды бөліктері адамның бейсанасында қалып қояды. Сондықтан да, өзін-өзі тану аяқталған үрдіс болып табылмайды.

Мен-тұжырымдаманы түсіну дәрежесі көп жағдайда адамға оның өзін-өзі тануға қабілеттілігіне, өзін-өзі тануға құлшынысына және өзін-өзі танумен жүйелі түрде айналысу әдетіне байланысты.

Мен бейнесінің «кірпіштері» (өзі туралы білімі) шынайы және жалған, адекватты және адекватты емес, салыстырмалы толық және үзінді түрінде болуы мүмкін. Егер адам шын мәнінде өзіне тән қасиетті бойынан байқаса, ол білім шынайы болады. Адамның өзі туралы жалған білімі – бұл сол тұлғаның өз бойында дамымаған сапаны табуы және бекітуі. Жалған білім туралы айтпағанның өзінде, өзі туралы шынайы білім адекваттылық

дәрежесіне қарай ерекшелене алады. Мысалы, тұлға өзін адамдармен тез тіл табысқышпын деп санайды, бірақ қоршаған адамдар онда тіл табысушылық аздап қана дамыған деп есептейді. Сайып келгенде, өзі туралы білімінің толықтығы тұлғаның өзін тұтастай тануын немесе кейбір қасиеттерін жан-жақты тануын шамалайды. Адам өзінің қасиеттерін талдай отырып, мазмұнды сипаттамаларын ғана емес, сонымен қатар, олардың даму дәрежесін, қолдану аясын бөледі, шектеулерді түсінеді, өзінің мықты және әлсіз жақтарын анықтайды. Фрагменттілік (үзінділік), бұл – үзіктілік, біржақтылық, түсіндіруге, себеп-салдарлық байланыстарды орнатуға қабілетсіздік.

Бірақ, өзі туралы толықтай немесе жекелеген қасиеттерін білу өзін-өзі танудың жалғыз нәтижесі емес. Адам өзі туралы ақпараттарды жинақтаушы және өңдеуші компьютер емес. Өзін-өзі танудың барысында, әсіресе, өзін-өзі танудың аяқталу сатысында маңызды рөлді эмоциялық-құндылықтық құрылым атқарады және ол өзін-өзі танудың мазмұнымен бірге оның нәтижелерінің ерекшеліктерін анықтайды.

Эмоциялық-құндылықтық қатынастар көптүрлі және сонымен қатар әртүрлі ұғымдармен аталуы мүмкін: ұнатушылық, махаббат, шеттетілгендік, өз-өзіне сенімділік, өз-өзіне тоқмейілсінушілік және т.б. Психологияда өзінің ең әртүрлі эмоциялық қобалжуларын орналастыруға болатын кейбір шартты үйлесімдер жүйесінің қайсыбір негізгі өзегін бөлуге талпыныс жасалуда. Психолог В.В. Столин өз-өзіне қатынастың осындай үш өзегін ұсынады: «жақсы көру-жақсы көрмеу», «сыйлау-сыйламау», «жақындық-алшақтық». Мысалы, өзін-өзі ұнатушылық сыйлаумен және жақындықты сезінумен үйлескен кезде өзіне деген махаббатты тудырады; жаратпаушылық өзін сыйламаумен және шеттетілуді сезінумен үйлескенде, өзін жақтырмауды, қабылдамауды, кейде жеккөрушілікті және т.б. тудырады.

Егер өзіне деген эмоциялық құндылықтық қатынас тұрғысынан өзін-өзі танудың жалпы нәтижелерін бөліп алуға талпыныс жасасақ, оларға мыналарды жатқызуға болады: бірдейлік сезімі, өзін-өзі қабылдау, өзін-өзі сыйлау, және осылардың нәтижесі ретіндегі – тұлғалық құзыреттілік сезімі. Бұл түсініктердің барлығы бір-бірімен тығыз байланысты, және бүгінгі психологияда белсенді зерттеліп, талқылануда.

*Сәйкестік.* «Сәйкестік» ұғымын алғаш рет бөліп алып, сипаттама берген америка психологы Э.Эриксон, ол тұлғалық теңбе-теңдік сезімін, өзінің шынайылығы мен толыққандылығын, әлемге және басқа адамдарға қатыстылығын білдіреді. Сәйкестік сезімі өзіндік теңдестірілу нәтижесінде ғана емес, ол өзінің кеңістік пен уақытта өмір сүруінің үздіксіздігін түсінуімен және де басқалардың осы теңбе-теңдік пен үздіксіздікті қабылдауына байланысты туындайды. Қолайлы жағдайларда бұл сезім жасы өсе келе күшейе түседі, адам өзінің өткені мен болашағын баланыстырады, өзінің кім болғысы келетіні мен өзге адамдардың өзіне қатынасындағы күтулерін қалай қабылдайтынын байланыстырады Егер сәйкестік сезімі пайда болмаса немесе алда біз көрсететіндей, адам өзін бір бөлігімен ғана теңдестірсе, онда өзін өз тұлғасынан бөлектеуі, тұлғаның құрылымшаларының, тұлға мен оның мақсаттарының арасында келіспеушілік және т.б. орын алады. Бұл ауыр кобалжуларға, дағдарыстық құбылыстарға, өмірдің мәнін жоғалтуына, үмітін үзушілікке алып келеді.

*Өзін-өзі қабылдау* тұлғалық сәйкестікпен тығыз байланысты, өзінің теріс және оң, күшті және әлсіз жақтарын мойындауды қамтиды және өзіндік теңбе-теңдіктің негізінде өзіне деген жақындық өлшемін білдіреді. Өзін-өзі қабылдау өзі туралы білімдер негізінде, өзінің әлсіз және күшті сапаларын тәптіштеп талдау мен оларды бағалау, және адам тіпті әлсіздікке жатқызатын қасиеттің өзіне де жағымды эмоциялық қатынасының негізінде пайда болады. Өзін қабылдамаған немесе жекелеген бөлігін ғана қабылдаған жағдайда өзімен күресуге, өзін өзгертуге талпыныс пайда болады, алайда бұл бәрінің қолынан келе бермейді. Шынайы өзін-өзі қабылдау өзінмен күресу дегенді білдірмейді, дегенмен ол адам алдына өзгеруім керек деген мақсат қоймайды дегенді де білдірмейді. Шынайы өзін-өзі қабылдау – ол өзін-өзі дамыту мен өзін-өзі жетілдіру үшін негіз болып табылады.

Сәйкестік пен өзін-өзі қабылдау негізінде *өзін-өзі сыйлау* пайда болады, яғни мұнда тұлғаның өзін жақсы көрушілігінің дәрежесі көрінеді. Өзін-өзі сыйлау – бұл өзіне құндылық ретіндегі біртұтас оң қатынасы, онда көптеген өзіндік бағалаулар кірігеді. Әрине, қандай да бір аумақтарда адамдар өзін жоғары, кейбір жағдайларда онша жоғары емес бағалайтыны түсінікті, бірақ тұтастай ол өзін қабылдайды, өзіне оң көзбен қарайды, өзінің

жетістіктерімен мақтанады. Өзін-өзі сыйлауы шынайы болғаны маңызды. Өзін-өзі сыйлауы төмен болған жағдайда адам өзін сүйөді қояды, тұлғашілік жанжалдарды басынан кешіреді. Өзін-өзі сыйлауы өте жоғары болған жағдайда адам өзін сүйөге ғана шоғырланады, басқаларға немқұрайлы қарайды, өзінде ерекше сенімділікті, масайрағандықты, эгоцентризмді көрсетеді.

Өзін-өзі сыйлау тек өзіне деген жағымды ұстанымының және жеке өзіндік бағалауларының егізінде ғана емес, өзіндік талаптану мен шынайы жетістіктерін салыстыру негізінде қалыптасатынын атап айту керек. Америка психологы У.Джемс өз дәуірінде тұлғаның қол жеткізуге ұмтылатын жетістіктері мен талаптануын байланыстыратын бірегей формуласын ұсынған. Бұл формула төмендегідей түрде болады:

$$\text{Өзін-өзі сыйлау} = \frac{\text{Жетістік}}{\text{Талаптанулар}}$$

Неғұрлым жетістік жоғары және талаптануы төмен болса, соншалықты өзін-өзі сыйлауы жоғары болады және керісінше, талаптану жоғары, жетістік төмен болса, адамның өзін сыйлауы да төмендейді.

Дегенмен, оғаштық адамның талаптанудан іс-әрекет мақсаттарына қатынасы ретінде толығымен бас тарта алмауында; жетістік және сәтсіздік – жағдайға және тұлғаның өзіне де байланысты туындайтын шынайы категориялар.

Сондықтан адам өзінің талаптануларын жетістіктері мен өткен тәжірибесіне байланысты өзгертуге мәжбүр болады, ал талаптануларды өзгерту, өз кезегінде, жетістіктеріне әсер етеді. Осындай жеке жағдайларда біз өзіміздің жетістіктерімізге қуанамыз немесе сәтсіздіктерімізге қамығамыз, бірде өзімізді құрметтейміз, енді бірде өзімізге көңіліміз толмайды. Ең бастысы, сәтсіздіктерді уақытша деп қабылдап, өзімізге толығымен жағымды түрдегі қатынасты сақтап, әрдайым өзімізге сенімділігімізді жоғалтпауымыз керек. Шынайы талаптануларда, өзін-өзі жоғары бағалауда және өзін-өзі қабылдауда, қажымай еңбектенгенде көптеген мәселелер өз шешімін таба алады. Көп жағдайда мұндай сенімділік адамға өмір сүруге, келеңсіз жағдайларды жеңе білуге, нәтижеге қол жеткізуге мүмкіндік береді.

Сайып келгенде, бірдейліктің, өзін-өзі қабылдаудың, өзін-өзі сыйлаудың жағымды үйлесімі өзіндік *құзыреттілік* сезмін тудырады, ол өзінің мүмкіндіктерін білуімен, өз өмірінің құндылығы мен саналылығына, адамның өз қолымен өз өмірін құруға, қабілеттілігіне, өз тағдырын, өзінің таңдауларын анықтауға сенімділігімен шартталынады (ал ол барлық адамдарда бар).

Сонымен көріп отырғанымыздай, өзін-өзі танудың нәтижелері жеткілікті түрде жан-жақты және аса кең, ол білімдердің және өзіне деген эмоциялық-құндылықтық қатынастың сипатында болады. Олар: сәйкестік сезімі, өзін-өзі қабылдау, өзін-өзі сыйлау, тұлғалық құзыреттілік.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Өзін-өзі танудың үрдіс ретіндегі анықтамасы мен кезеңдерінің жүйесін атаңыз?

Осы жүйеге сәйкес өзіңіздің бір тұлғалық немесе мінез-құлықтық қасиетіңізге қатысты өзіңізді қалай танитыныңызды түсіндіріп беріңіз.

2. Өзін-өзі танудың неғұрлым жалпы заңдылықтары қандай?

3. Өзін-өзі танудың «Мен – өзгелер» және «Мен – Мен» жүйесінде дамуы қалай іске асады?

4. *Экстраверт және интроверт* ұғымдарының мәні неде? Олардың өзін-өзі тануға әсері қандай?

5. Сіз өзіңізді-өзіңіз тануға қаншалықты қабілеттімін деп есептейсіз? Және оны қалай дамытасыз?

6. Өзін-өзі тануға қажеттіліктің мәні мен маңызы қандай?

7. Меннің қажеттіліктерін атаңыз және сипаттама беріңіз. Танымға қажеттілікпен байланысын түсіндіріңіз.

8. Мақсат дегеніміз не және өзін-өзі танудың әртүрлі мақсаттарына мысал келтіріңіз.

9. Өзін-өзі танудың қандай мотивтері бар және олардың мәні неде?

10. Өзін-өзі танудың әдістерін атаңыз және қысқаша сипаттама беріңіз.

11. Өзін-өзі танудың құралдарына не жатады? Сіз қандай құралды жиі пайданасыз?

12. Өзін-өзі танудың нәтижелерін сараптап, кестеге түсіріңіз.

## **4–тарау. СӘЙКЕСТЕНДІРІЛУ ЖӘНЕ РЕФЛЕКСИЯ ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ МЕХАНИЗМДЕРІ РЕТІНДЕ**

Әдетте механизм ұғымы қандай да бір жүйенің қызметін қамтамасыз ету деп түсіндіріледі. Біз айтып кеткендей, өзін-өзі тану өзіндік сананың қызмет ету механизмдерінің бірі болып табылады. Сондай-ақ өзін-өзі танудың өзінің де іс-әрекетін анықтайтын, өзін танудың басталу және аяқталу актісіне мүмкіндік беретін жеке механизмдері бар. Мұндай механизмдерге сәйкестендірілу мен рефлексия жатады. Сәйкестендірілу кіммен немесе немен болмасын сәйкестендірілуге мүмкіндік берсе, рефлексия, керісінше, талдау затынан алшақтауға, барлық үрдіске сырттан «қарауға» мүмкіндік береді. Бұл механизмдерді кезекпен қарастырайық.

### **4.1 Сәйкестендірілу**

*Сәйкестендірілу (идентификация - латын сөзі)* – теңдестірілу, шамаласу, ұқсасу, бірдейлік, ұқсастық деген мағыналарды білдіреді.

Сәйкестендірілу психологияда бірнеше мағынада қолданылады:

- өзін эмоциялық байланыс орнату негізінде өзге адаммен, адамдармен теңдестіру;
- өзін өзімен және Меннің әртүрлі аспектілерімен теңдестіру. Мысалы, атымен, жынысымен, рөлімен, қандай да бір өзіндік сапаларымен теңдестіру;
- қандай да бір нәрсені немесе адамды тану, бұл мағынасында

ынталандыруды тануды айтады, қылмыскердің сәйкестендірілуі, адамның өз кәсібімен және тағы басқалармен сәйкестендірілуі.

Өзін-өзі тану мәселесінің тұғырынан алғашқы екі аспектісі неғұрлым маңызды болып табылады. Соларға толығырақ тоқталайық.

Өзге адаммен, басқа адамдармен, ойдан шығарылған адамдармен, әдеби кейіпкермен сәйкестендірілуден бастайық. Өз кезегінде, мұның да екі жағы болады: біреуі сәйкестендірілу барысында біреудің қасиетін өзіне аударуды жүзеге асырады; екіншісі — өзінің қасиеттерін басқаға аударуды жүзеге асырады.

Сәйкестендірілудің алғышарттарын жануарлар әлемінен-ақ байқауға болады. Мысалы, жануарлардың балалары ересегінің қылығын қайталайды. Оларға еліктей отырып, мінез-құлықтың әдеттегі дағдыларын меңгереді, нәтижесінде өзіндік еліктей оқу жүреді. Сонымен қатар, жануарларда көптеген инстинкті өмірлік іс-әрекет түрлері бар: жауап реакциясын құру үшін тануға тура келетін дене күйі, дыбыстар, әрекеттер.

Адамның алғашқы даму кезеңінде де сәйкестендірілу маңызды рөлдердің бірін атқарған. Көптеген тарихшылардың, психологтардың айтуынша, туыстық қарым-қатынас уақытында тұлға өзін сол туыстықтан ажыратпай, жалпыға ортақ «Біздің» бөлігі ретінде қабылдаған. Бұл ортақ мақсатқа жетуде күштерді топтастыруға мүмкіндік берді, өзара тәуелділікті бекітті, нәтижесінде ұжымдық деп аталған қатынастарды қалыптастырды. Қоғамның дамуына байланысты ересектердің жастарға білік, іскерлік, дағдыны мақсатты түрде беру феномені, яғни оқыту пайда болды. Оқыту бар жерде мұғалім де, оқушы да болуы керек. Алғашында мұғалімнің рөлі өзінің шәкірттері үшін үлгілі бейне болумен шектелді. Оқушылар өздерін мұғаліммен сәйкестендіріп, оның әрекеттерін қайталап, ойлау тәсілдерін, әртүрлі белгі жүйелерін меңгерді.

Бірте-бірте сәйкестендірілу әмбебап механизмге айналып, тұлғаның даму бағытын, оның өзін-өзі тануының ерекшелігін анықтай бастайды. Алғашқы сәйкестендірілу әрине, ата-аналардан басталады.

**Мысал.** Бала анасы мен әкесіне теңдестіріліп, еліктей отырып, олардың әрекеттерін, қылықтарын, сөздерін қайталайды, осымен ол өзін және өзгелерді тани бастайды. Алғашында бұл үрдіс ұғынылмаған түрде болады, бірақ бірте-бірте ұғынықты және мақсатқа бағытталған бола



түседі. Ол әдетте 3 жас дағдарысы кезеңінде белсенді жүреді. Егерде ересек адам бір нәрсе істейтін болса, ол да соны істеуге кіріседі. «Мен қалаймын», «Мен істеймін», «Мен өзім» сөздері кішкентай баланың өмірін нақтылаушы формулаға айналады. Уақыт өте тұлға сәйкестенетін адамдар шеңбері едәуір кеңейеді: олар туысқандары, балабақшадағы тәрбиешілер, мектеп мұғалімдері, сонымен қатар құрдастары, әдеби кейіпкерлер мен кинофильмдердің кейіпкерлері және т.б.

Осылайша, сәйкестендірілу арқылы тұлға өзге адамды таниды, еліктеу арқылы танылғанды өзіне аударады, өзіндегі аударып алғанды байқай отырып, ұқсастық пен айырмашылықты орнатуға қабілетті болады. Демек, өзгемен сәйкестендірілу үрдісінде адам алғашында орын алған жай имитациялаудың өзінде бұрын болмаған мінез-құлықты, сапаларды, дағдыларды және т.б. түсініп меңгере бастайды. Жасына және тәжірибесіне қарай бұл үрдіс неғұрлым күрделі және таңдамалы бола түседі. Көбінесе тұлға өзге адамның өзімен емес, оның өзіне маңызды деген қасиеттерімен және сапаларымен сәйкестендіріледі.

Тағы да бір сәтке тоқтала кетейік. Ерте жастан бала жақын адамдармен, яғни олардың әрекеттерімен және мінез-құлықтарымен ғана емес, өзгелердің ол туралы не айтатынымен, оны қалай бағалайтындығымен де сәйкестендіріледі. Басқаша айтқанда, бала басқалардың көзқарасын әрдайым өзіне өлшеп көреді. Индивидтің бейсаналы түрде өзге адамдардың бағалауын, ұстанымдарын, көзқарастарын өзінің ішкі әлеміне қосу үрдісін психологияда *«интроекция»* деп атайды. Интроекция нәтижесінде бұл көзқарастар, пікірлер, бағалаулар, соның ішінде өзінің тұлғасына қатыстылары да өзінікі ретінде қабылдана бастайды. Уақыт өте келе, адам өзі және өзінің тұлғалық қасиеттері туралы түсініктерін дербес құруға қабілетті болғанда басқа механизмінің – *рефлексияның* – дамуы нәтижесінде бұл үрдіс неғұрлым сыни және саналы бола бастайды. Ал дамудың ерте кезеңдерінде сайма-сай сәйкестендірілудің нәтижесі ретінде интроекция жетекші рөлдердің бірін атқарады.

Сәйкестендірілудің басқа қыры адамның өзінің қасиеттерін, көзқарастарын, ерекшеліктерін өзге адамға телуге ұмтылысы болып табылады. Осылайша біздің көптеген адамдарға қатынасымыздағы күтулеріміз қалыптасады.

**Мысал.** Ата-аналар тәрбиелеудің басты мақсаты деп есептей отырып, өз балаларына қатысты нақты күтулерді қалыптастырады, балалары сол күтулерді ақтамағанда, оларды сол шеңберге «күштеп кіргізу» үшін бәрін істейді. Бала өз тарапынан мінез-құлықтың белгілі нормативтерін, қандай да бір ерекшеліктерді игере отырып, соларды өзгеден байқауға тырысады, егер бұл онда болса, егер ол өзі солай ойласа, басқалар да солай ойлауы керек деп түсінеді. Сәйкестендірілудің аталған қыры жағымды да және жағымсыз да мағынаға ие. Өзгеден өзінің жалғасын көруге тырысу - сәйкестендірілудің ажырамас бөлігі. Өзге адамдардың әрқашан сен сияқты ойлай бермейтінін, сезе бермейтінін, әрекет етпейтінін түсіну өзгелерді және өзін неғұрлым терең тану үшін ынталандыру болып табылады. Оң мағынасы осында. Сипатталған үрдістің теріс мағынасы тұлғаның өсіресе өзі ұғынбайтын қасиеттерін өзгеге телуі, З.Фрейд айтқандай «бейсанаға ығыстырылып», психологиялық қорғаныс қызметін атқарады және адамның өз тұлғасының қандай да бір ерекшеліктерімен сәйкестендірілмейтінін көрсетеді.

Бұл жерде біз өзін-өзі тану үрдісінде маңызды рөлге ие, өзге адамдармен сәйкестендірілуден гөрі өзімен-өзін сәйкестендіру немесе өзімен-өзін теңдестіру мәселесіне шындап келеміз. Адам өзінің көптеген «Мен» аспектілерімен: есімімен, жынысымен, тегімен, рөлімен, жекелеген қасиеттерімен, сайып келгенде өзінің тұтастай Менімен сәйкестендіріледі.

Сонымен, адамның есімінде тұлғаның дене және рухани жеке даралықтарымен сәйкестендірілулері бекітіледі. Көп жағдайда біз өзімізді есімімізден, тегімізден бөліп қарай алмаймыз, олар біздің мәнімізге етене «бірігіп кеткен».

Адамның есімін немесе тегін күштеп ауыстыру көбінде тұлғалық дағдарысқа, теңдестірілудің бұзылуына, өмір сүру аясын жоғалтуға алып келеді. Сонымен қатар, біз адам өз еркімен есімін және тегін ауыстырғысы келетіндігі туралы да көптеген мысалдарды білеміз. Ол мұны есімі немесе тегі ұнамағандығынан (күлкілі, оғаш, келемеж тудырады) ғана емес, көп жағдайда олармен сәйкестендіріле алмағандықтан, нәтижесінде үнемі ыңғайсыздықты, екіге бөліну күйін, өзіне-өзі «шынайы» болмауды сезінгендіктен істейді.

Ерте жастан қалыптаса бастайтын өз жынысымен сәйкестендірілу де маңызды рөл атқарады. Кішкентай балалар жыныс туралы барлық белгілерді білмей тұрып, өздеріне сенімді түрде: «Мен ұлмын», «Мен қызбын» деп айтады. Жыныстық сәйкестендірілуге тәрбиелеудің бүкіл жүйесі дұрыс тәрбиеге мүмкіндік туғызады, нәтижесінде мінез-құлықтың ер және әйелге тән түрлері меңгеріледі. Қолайлы жағдайларда әрбір

дені сау қалыпты адам өзін жынысымен сәйкестендіреді, ол үшін ер немесе әйел болу – ешқандай күмән тудырмайды, өйткені адамның жынысы туылғаннан беріледі. Ал негізінде бәрі де күрделірек. Адамның жынысы туылғаннан берілсе де ол тұлғаның табиғи күйі болуы үшін оны әрбір адам мойындауы және қабылдауы қажет. Жынысын қабылдай алмау күштеп есімін ауыстырудан да ауыр салдарларға алып келеді. Тұлға өзінің жынысын қабылдамай, оны ауыстыруды армандап, өзін қарама-қарсы жыныстың өкілі ретінде ұстайтындығы туралы жағдайлар да аз емес. Өз тұлғасының жынысымен теңдестірілуінің бұзылу себептері өте көп.

*Мысал.* Ата-аналары ер баланың туылуын күтті, бірақ қыз бала дүниеге келді, нәтижесінде ата-ананың үміті ақталмады. Қыз баланың дүниеге келгенін саналы түрде қабылдаса да, ата-аналары бейсаналы түрде оны ер балаша тәрбиелей бастайды. Басқа бір жағдайда: ер бала, әртүрлі жағдайларда немесе себептерде анасының әкесіне деген қатынасының теріс жақтарын бақылайды да әйел болу жақсырақ деп санай бастайды. Нәтижесінде ер бала қыз баланың әрекеттерін жасай бастайды. Мұндай мысалдарды жалғастыра беруге болады.

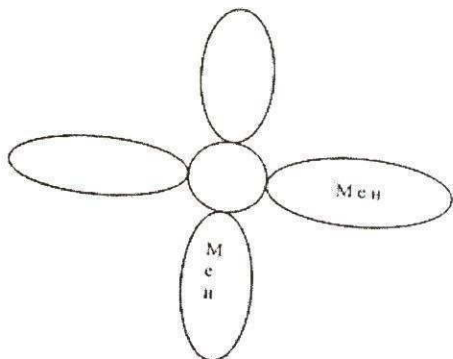
Ерте жастан бастап-ақ адам өзін нақты рөлмен: алғашында – қызы немесе ұлының рөлімен, кейінірек – ата-ана, әже немесе ата рөлімен; әлеуметтік рөлдермен – оқушының, оқытушының, жұмысшының, қызметкердің, ғалымның және т.б. рөлдермен сәйкестендіре бастайды. Қандай да бір рөлді ұзақ орындау адамның өзін онымен толық теңдестіруіне алып келеді. Сондықтан да көптеген мамандық өкілдерін жүрісінен, сөйлеу мәнерінен, өзара әрекеттесу барысындағы тұғырларынан білуге болатындығы кездейсоқ емес. Көптеген адамдарға әлеуметтік рөлдерді ауыстыру қиынға түседі. Бұрынғы оқушы ЖОО-на түсіп, студент атанғанымен өзін оқушы сияқты ұстайды. Бұрынғы студент еңбек іс-әрекетін бастай отырып, ЖОО-да меңгерген әдеттерін біраз уақытқа дейін сақтайды. Өмірде көптеген рөлдерді ойнай отырып, адам солар арқылы өзін-өзі тани отырып сәйкестендіріледі. Мұндай сәйкестендірілу барлық рөлдермен біркелкі болса жақсы, онда тұлғаның дамуы да азды-көпті бірқалыпты жүреді. Ал нашар болуы, қандай да бір рөлдің басым болуында.

**Мысал.** Әйел адам әйелдің, ананың, үй иесінің рөлін игере отырып, өзін үйде қалай ұстаса, жұмыста да солай ұстай бастайды. Немесе жоғары лауазымдағы жетекші болса, үйде де бұл рөлден шыға алмай, отбасындағыларды өз қарамағындағылары сияқты да басқара бастайды.

Сайып келгенде, адам өзінің тұтастай «Менімен» немесе оның түрлі бөліктерімен, тұлғалық сапаларымен, мінез-құлқының сипаттамаларымен сәйкестендіріледі. Өзімен сәйкестендірілу өзін-өзі танудың ең күшті механизмдерінің бірі ретінде көрінеді. Тек өзін-өзі сәйкестендіру арқылы ғана өзінде маңыздыны табуға, оны бөліп алып, жан-жақты талдау пәніне айналдыруға болады. Егер де адам өзінің тұлғасының әрбір аспектісімен және бірмезгілде «Менімен» теңдестіріле алса, онда оның өзін-өзі тануы толық және жан-жақты болар еді, бірақ өкінішке орай бұл әрқашан орындала бермейді. Тұлға көбінесе тек қана өзінің «Менінің» бөлігімен сәйкестендіріледі, дәлірек айтсақ, «Мен» өзінің қандай да бір жеке бөлігімен сәйкестендіріледі: тұлғалық бітісімен, мінез ерекшеліктерімен немесе біз жоғарыда атап кеткен рөлімен. Ол неге және қалай іске асырылады? Бұл ережені италия психологы Р. Ассаджолі негізін қалаған психосинтезде қабылданған үлгінің мысалында түсіндіруге тырысайық.

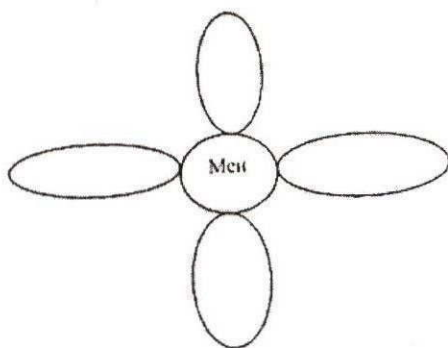
Осы үлгіге сәйкес, тұлғаның құрылымына нақты Мен, әділ бақылаушының өзіне тән қызметін атқаратын жоғары «Мен» және де көптеген субтұлғалар (қасиеттер, мінез бітістері) кіреді, психосинтез өкілдерінің пікірінше олар қандай да бір мөлшерде дербестікте, үйлесімділікте, одақтастықта немесе жанжалды, тайталасты күйде болуы мүмкін.

**Мысал.** Біздегі субтұлғалар деп «Мейірімдіні», «Қорқақты», «Ақылды», «Сараңды», «Бақыттыны» және т.б. атауға болады. «Мейірімді» жақсы іс жасауға ұмтылады, «Ақылды» өз кеңесін береді. «Қорқақ» жағымсыз жарақаттаушы жағдаяттардан қашады, «Бақытты» әрқашан өзінің жолы болатынынан үміттенеді. «Сараң» өз байлығынан айрылғысы келмейді. Сұрақтар: «Мен» өзін қандай субтұлғамен теңдестіреді? Қандай субтұлға жоққа шығарылады? Егер осы қисынға сүйенсек, адам өзін «Мейірімді», «Ақылды» және «Бақыттымен» теңдестіретінін және де басқаларын қабылдамай, «Қорқақпен» күресіп, «Сараңды» мойындамайтынын байқайды. Тұлғаның осындай құрылымы келесі кескіннен көрінеді (6-сурет).



6- сурет. Тұлғаның адекватты емес құрылымы

Өзін-өзі тану көзқарасының тұрғысынан мұндай теңдестірілу адамның өзіндік тұлғасын едәуір шектейді, оны үйлесімсіз етеді, ал өзін тануды – біржақты және кеміс етеді. Бұл жағдаяттан қалай шығуға болады? Өз субтұлғаларымен теңдестірілмей, өзінің Менінің барлық бөліктеріне жетекші болып, басқаруды өз қолына алуы керек, содан соң өзімен және, еш бірін алаламай, өзінің барлық субтұлғаларымен теңдестірілуі керек, басшы да, күйеу де, әке де, және «Мейірімді» де, «Бақытты» да, «Сараң» да, «Қорқақ» та, яғни біремегілде барлығы болуы керек және жеке-жеке ешкім болмауы керек. Енді тұлғаның жаңа құрылымы мүлдем басқаша көрінеді (7- сурет).



7 - сурет. Тұлғаның адекватты құрылымы

Дәл осындай сәйкестендірілу ғана, біз алдыңғы тақырыпта атаған тұлғалық сәйкестікті тудырады. Сәйкестік сезімі өзіне деген жоғары құрметті туындатып, адам өмірін мән-мағынаға толтырады, өзін-өзі жүзеге асыру мүмкіндігін береді.

Сонымен, біз өзін-өзі танудың алғашқы механизмін қарастырдық. Осы контекстен бұл механизм өз алдына оқшау болып, өзін-өзі тану үрдісінің толыққандылығын камтамасыз ете алмайтыны анық көрінеді. Тағы бір маңызды механизм рефлексия болып табылады.

## 4.2 Рефлексия

*Рефлексия* – өткенге қайта оралу (жүгіну), яғни адамның өз әрекеттерінің, ойларының бастапқы кезеңіне қайта оралуы, сырттай бақылаушы тұғырына тұра алуы. Басқаша сөзбен айтқанда, өзінің не істеп жатқаныңды, қалай танып жатқаныңды, сонымен қатар өзінді өзің қалай танып жатқаныңды пайымдай алуға қабілеттілігің. Басқаша сөзбен айтқанда, рефлексия – бұл субъектілердің екі еселену, айна тәрізді өзара бейнелену механизмі. Мұндай субъектілер ретінде адамдар да (басқалармен сәйкестендіріле отырып, адам өзіне солардың көзқарасы тұрғысынан (көзімен) қарайды, және де түрлі Мен-дер: танушы-Мен,

танылатын-Мен, бірмезгілде танушы-Мен мен танылушы-Менді бақылаушы-Мен де бола алады.

Көркем әдебиетте де, поэзияда да рефлексивті бейнелер өте көп, онда кейіпкерлер өзгелер үшін де, немесе өздері үшін де ойлайды. Бұл екі орындық әдістемесін қолданып, өзімен-өзі шахмат ойнағанмен немесе өзімен-өзі әңгімелескенмен бірдей. (Адам бір орындыққа отырып, екінші орындықта өзі отырғандай, мысалға, өзін айыптай, кінәлай, ұялта бастайды немесе мақтайды).

Рефлексияның, рефлексиялық ойлаудың не екенін неғұрлым көрнекі түрде көрсету үшін, психологтардың рефлексиялық ойлауды анықтауда қолданатын «Үш ақылгөй туралы» деп аталатын мысалына көңіл аударайық.

**Мысал.** Үш ақылгөй жол бойына отырып, араларында кім ақылдырақ екендігіне бөстеседі. Осы кезде жолдан бір жолаушы өтіп барады. Үшеуі таласты шешу үшін сол адамнан көмек сұрайды. «Жақсы, – дейді жолаушы. – Міне, менің сөмкемде 5 қалпақ бар: екі ақ түсті және үш қара түсті. Мен байқатпай, үшеуіңе бір-бір қалпақ кигіземін, өзінің басында қандай түсті қалпақ бар екенін кім бірінші тапса, сол араларыңдағы ең ақылды болады. Көздеріңді жұмыңдар!». Осы сөзімен жолаушы әр ақылгөйдің басына қара қалпақты кигізіп, ал екі ақ қалпақты сөмкеге тығып қояды. «Көздеріңді ашыңдар! Өз басындағы ақ немесе қара қалпақ екенін кім бірінші табады?». Ақылгөйлер бір-біріне қарап ұзақ отырады. Ақырында біреуі өзіне сенімді түрде: «Мендегі – қара түсті қалпақ!», – деп үн қатты. Ол қалай тапты?

Тапсырманы өз бетіңізше шешуге тырысып көріңіз. Ал енді сіздің шешіміңіз бен оның шын мәніндегі шешімін салыстырайық.

Бірінші ақылгөй басқа екеуінің басындағы қара қалпақты көреді. Қалған екі ақылгөй де өз тарапынан соны көріп отыр. Бірінші ақылгөй тарапынан толғанамыз:

— Менің көршілерімнің басындағы қара қалпақтар. Ал мендегі ше? Ақ немесе қара. Менде ақ қалпақ делік. Ендеше екінші ақылгөй өзінің алдында бір ақ және бір қара қалпақты көруі керек. Бұл жағдайда ол қалай пайымдауы керек?

Екінші ақылгөй үшін толғану:

— Менің алдымда бір ақ және бір қара қалпақ. Ал мендегі ше? Ақ қалпақ делік... Ендеше үшінші ақылгөй бірден өзінде қара қалпақ екенін білуі керек. Бірақ ол үндемей отыр! Демек, менде ақ емес, қара қалпақ болуы керек. Бірақ екінші ақылгөй де шешімін айтпай үндемей отыр. Демек, менде ақ емес, қара қалпақ!

Олай болса, тапсырманы шешу үшін, бірізділікте алдымен өзің үшін, содан соң екінші және үшінші ақылгөй үшін пайымдауың керек. Дәл осы *рефлексивті толғану* болып табылады. Бірақ тапсырманың тағы да бір шешімі бар, оны жоғарыда келтірілген ойларға сүйеніп өзіңіз тауып көріңіз.

Рефлексия ұғымын көрнекі түрде көрсете отырып, өз мәселемізге оралайық, нақты айтқанда оны өзін-өзі танудың механизмі ретінде қарастырамыз.

Бәрінен бұрын рефлексияның механизм ретінде сәйкестендірілуге қарағанда әлдеқайда кейінірек қалыптасатынын байқау керек. Егер бала сәйкестендірілуге қабілетін ерте жасынан танытса, онда рефлексияның алғы көріністері мектепке дейінгі шақта пайда болып, ал тұлғаның жаңа құрылымы ретінде тек кіші мектеп жасында дамиды. Тіпті ересек адамдарда да рефлексияға қабілеттілік тым төмен деңгейде қала беруі мүмкін. Қоршаған ортаны танудағы, сонымен қатар өзін-өзі танудағы қиындықтар да сонымен түсіндіріледі.

Психологияда дәстүрлі түрде рефлексияның бірнеше түрін ажыратады:

- *коммуникативтік* – оның объектісі өзге адамдардың ішкі жан-дүниесін, оның жасаған істерінің себептерін көрсету болып табылады. Бұл жерде рефлексия басқа адамды тану механизмі түрінде болады;

- *тұлғалық* – мұның объектісі танушы тұлғаның өзі, оның өзіндік қасиеттері мен сапалары, мінез-құлық сипаттамалары, басқалармен қарым-қатынас жүйесі;

- *интеллектуалдық* – әртүрлі міндеттерді шешу жолында көрінеді, шешімнің түрлі тәсілдерін талдауға, неғұрлым рационалды шешімді табуға қабілеттіліктен, тапсырма шарттарына қайта-қайта оралудан көрінеді.

Егер рефлексиялық механизм жұмысының реттілігін қарастыратын болсақ, онда А.А.Тюков оның 6 кезеңін көрсетеді.

1. *Рефлексивті өнім* – басқа құралдармен, тәсілдермен өзін және басқа адамдарды тану мүмкін болмаған жағдайда іске асырылады.

2. *Интенционалдылық* (интенция – бағытталушылық) – рефлексиялау объектісіне бағытталушылық, оны басқа объектілерден бөліп алу.

3. *Алғашқы категоризация* – рефлексиялауды іске асыруға



көмектесетін алғашқы құралдарды таңдау.

4. *Рефлексивтік құралдар жүйесін құрастыру* – таңдалынған алғашқы құралдар бір жүйеге біріктіріліп, рефлексивтік талдауды неғұрлым мақсатты-бағытты және негіздей тексеруге мүмкіндік береді.

5. *Рефлексивтік мазмұнды кескіндеу* – түрлі белгілік құралдарды: бейнелер, рәміздер, кескіндер, тілдік конструкциялар (мысалы, үш ақылгөй туралы тапсырманы шешу үшін олардың суретін салу немесе кескіндеп көрсету арқылы рефлексивтік тануды ұйымдастыруға болады) қолдану есебінен жүргізіледі.

6. *Рефлексивтік сипаттауды объективтендіру* – алынған нәтижені бағалау және талқылау; егер нәтиже қанағаттанарлықсыз болса, онда рефлексивтік үрдіс қайта іске қосылады.

Қорытындыда өзін-өзі тану тұрғысынан басқа адаммен және өзінің-өзімен сәйкестендірілуі барысындағы рефлексивтік механизмнің әрекетін сипаттаймыз.

Адам өзгелермен сәйкестендірілу арқылы оның тұлғалық бітістерін, мінез-құлық амалдарын, қатынастарын және қарым-қатынас ерекшеліктерін бөледі. Әрі қарай осылардың бәрі рефлексивтік талдауға ұшырайды да, соның барысында қандай да бір сапаның көріністері немесе жасалған әрекеттердің себептері айқындалады, олар бағаланады, содан кейін бұл сипаттамаларды өзіне көшіру үрдісі жүреді және салыстыру жүзеге асырылады. Нәтижесінде өзге адамның тұлғалық ерекшеліктері де және өз тұлғасының да жекелеген қасиеттері мен бітістері терең түсініледі.

Бірнеше басқа нұсқалар да болуы мүмкін. Адам өзін өзге адаммен сәйкестендіру арқылы өзіне сол адамның көзімен қарай бастайды да, нәтижесінде өзге адамның көзқарасы мен өзінікінің арасындағы айырмашылықты байқайды, бұл да өзін-өзі тануын тереңдетуге мүмкіндік береді. Бұл интроспекция заңдарының әрекетін жеңуге, өзі туралы адекватты және тұтастай түсініктің қалыптасуына мүмкіндік береді.

Өзімен-өзі сәйкестендірілу жағдайында өзін-өзі танудың рефлексивтік механизмдердің қатысуымен әртүрлі нұсқалары болуы мүмкін. Олар біріншіден, ол адамның өзінің қандай «Менімен»: танушы «Менімен», танылушы «Менімен», мінсіз «Менімен» және т.б. сәйкестендірілуімен; екіншіден, ол

рефлексиялау құралдарын қаншалықты толық және адекватты түрде іріктей алуымен, олардан тұтастай жүйені жасай алуымен анықталады.

Тұлға өзінің қарым-қатынастағы ептестіргіштігін талдай отырып, келесі ерекшеліктерді анықтайды:

- аталынған сапаны өзінің күшті жағы ретінде мойындайды;
- өзге адамның ұстанымынан да осы сапаның бар екенін байқайды;

- көптеген адамдармен қарым-қатынас жасауды аса қажет етпейді, ал осы сапа өзімен табанды түрде жұмыс жасау негізінде пайда болғанын байқайды. Бұл жұмысқа түрткі болған алғашқы себептерді де бөледі:

- қарым-қатынастағы ашық-жарқындығына қарамастан, әлі күнге дейін әсіресе жасы үлкен адамдармен алғашқы байланыс орнатуда кейбір қиындықтардың сақталып отырғанын анықтайды;

- әңгімелесушіге байланысты өзгеріп отыратын кейбір ескірген бағдарламаның, тілдік құралдар мен штамптардың, таптаурындардың және т.б. бар екенін байқайды.

Рефлексиялау – өте күрделі жұмыс, оның уақытты, күшті, қандай да бір қабілеттерді қажет ететіні түсінікті. Сонымен қатар, нақ осы рефлексия сәйкестендірілудегі кемшіліктерді жеңуге, өзін-өзі тану үрдісінің неғұрлым мақсатты және саналы болуына мүмкіндік береді. Кейбір жағдайларда рефлексиялауға қабілеттіліктің айқын көрінуі кедергі келтіруі де мүмкін екенін байқау керек, өйткені, адам «Мен» бейнесін құруға көмектеспей, кедергі келтіретін, сыртқы ортамен өзара әрекеттесу үрдісінде енжар бағдарлануға итермелейтін, өкінумен, толассыз талдау жасаумен айналысуды бастайды.

Сонымен, біз өзін-өзі танудың өзара байланысты екі механизмін қарастырдық. Сәйкестендірілу өзгелерді де және өзін де сәйкестену арқылы тануға мүмкіндік береді, ал рефлексия – танылатынды әртүрлі ұстаным тұрғысынан талдауды, себеп-салдарлық байланыстарды анықтауды ұсынады.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Сәйкестендірілу ұғымының мәні мен маңызы қандай?
2. Сәйкестендірілу баланың тұлға ретінде қалыптасуында қандай рөл атқарады?

3. «Интроекция» ұғымы нені білдіреді және оған мысал келтіріңіз.

4. Бүгінгі көпшілік қыз балалардың «ер мінезді», ал ұл балалардың «қыз мінезді» болып бара жатқандығы туралы не айтасыз?

5. Тұлғаның адекватты емес және адекватты құрылымының түзілу себебі неде?

6. «Рефлексия» ұғымы нені білдіреді және оның қандай түрлері бар?

7. А.А.Тюков бойынша рефлексиялық механизм жұмысының кезеңдерін атап, түсіндіріңіз.

8. Сәйкестендірілу мен рефлексияның байланысы қандай?

## 5–тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ БӨГЕТТЕРІ

Мақсатты бағытталған және жемісті болатын өзін-өзі тануға не бөгет болады? Адамдар неге өзін-өзі тануға ықпалсыз және де сондай ақпаратты өмірі мен іс-әрекеті барысында қолдануға ниеттенбейді? деген сұрақтарды қозғамасақ, өзін-өзі тану мәселесін талдау толық болмайды. Басқа сөзбен айтқанда, өзін-өзі танудағы қиындықтар мен кедергілерді айқындау керек. Сонда ғана оларды жеңуге үйреніп, өз-өзімен табысты жұмыс жүргізуге болады.

Мұндай кедергілер көп-ақ. Неғұрлым жалпы жоспарда оларды үлкен екі топқа бөлуге болады: *адам табиғатының жетілмегендігіне байланысты кедергілер* және де өзін танушы адамның *өзіндік тұлғалық ерекшеліктерімен* байланысты кедергілер.

Көрнекті австриялық ғалым, этология – жануарлардың мінез-құлығы туралы ғылымның негізін қалаушылардың бірі К. Лоренц *адамның өзін-өзі тану жолындағы үш кедергіні бөліп көрсеткен:*

1) ең қарапайымы. Ол адамның өзін-өзі тануына оның өзінің пайда болу тарихын көруіне тыйым салуымен кедергі жасайды. Басқа сөзбен айтқанда, бұл адамның жануарлар әлемінен бөлініп шығу теориясына байланысты мәселе. Осыны адамның эмоциялық түрде қабылдамауының күштілігі сондай,

К. Лоренцтің байқауынша адамның шығу тегі туралы көптеген теориялардың тууына себеп болды;

2) эмоциялық антипатия, біздің мінез-құлқымыз табиғи себептілікке бағынатынын мойындамау. Бұл кедергілер еркін еместікті бұлыңғыр сезіну мен жігер еркіндігіне мұқтаждық арасындағы қарама-қайшылықтан туындайды. Және де адамдар өз әрекеттері кездейсоқ себептермен емес, жоғары мақсаттармен анықталуын қалайды.

3) идеалистік философия мұрасы, әсіресе, батыс мәдениетінде әлемді заттар әлеміне және адамның ішкі әлемінің заңына бөледі, тек біреуі ғана құндылық ретінде мойындалуға лайықты. Бұлай бөлу адамның эгоцентризмін тамаша ақтап алады, өзінің табиғат заңдарына тәуелділігін жаратпауын құптайды – сондықтан да оның қоғамдық санаға терең жайылып кетуі таңқаларлық нәрсе емес.

Осылайша, К. Лоренц түсінігіне сәйкес, адамның өзін табиғаттың бір бөлігі ретінде түсінбеуі, өзін ең жоғары құндылыққа жатқызып, табиғатты басқару құқығы бар деп санауы (ғылымда адам мен табиғаттың өзара әрекеттесуіне осындай көзқарас «антропоцентризм» деп аталады) оның өзін-өзі тануындағы жалпы кедергілер болып табылады.

Егер философиялық биіктіктен жекелеген адам психологиясының деңгейіне түссек, онда әрқайсымыздың өзімізді тануымызға кедергі келтіретін неғұрлым үйреншікті бөгеттерді бөлуге болады. Бұл бөгеттер екі топты құрайды: алғашқысы кейбір объективті факторларға негізделсе, екіншісі – адамның өзіне өзінің құратын бөгеттері.

Бірінші топқа мына бөгеттерді жатқызуға болады:

- өзін-өзі танудың мотивациялық, процессуалдық (үрдістік), бағалаушылық компоненттерінің қалыптаспауының нәтижесінде туындайтын бөгеттер (мысалы, адамда өзін-өзі тануға деген қажеттіліктің дамымауы немесе оның әлсіз дамуы, өзіне қызығушылықтың болмауы, өзінің қарапайым қызығушылықтарының аясынан аспау);

- өзін-өзі тану әрекеттерінің қалыптаспауы: айқындау (табу), бекіту, талдау, бағалау, қабылдау;

- өзін-өзі танудың әртүрлі тәсілдері: сәйкестендірілу мен рефлексияны толыққанды қолдана алмауы;

- өзінің адекватты бейнесін құруға, өз тұлғасын қабылдауға, жеке теңдестік сәйкестік сезімін игеруге қабілетсіздігі.

Ғылыми және практикалық таным тұрғысынан бөгеттердің екінші тобы қызықтырақ болып табылады, оларды адам саналы немесе бейсаналы түрде өзі құрады:

- өзін-өзі тануға қорқыныштың болуы. Ол тұлғаның өзіне сенімділігін шайқалтатын, өз талаптарының деңгейінде болуға қажеттілігін жауып тастайтындай өзіндегі әлде бір қорқыныштыны, жағымсызды анықтауға деген қалтарыстағы қорқынышының нәтижесінде туындайды. Мұндай бөгеттердің болуы, адамның дәрігердің тексеруінен өтпеу үшін бас тартқаны тәрізді, өзін-өзі танудан да бас тартуына алып келеді. Ол үшін өзі туралы көп білудің қажеті жоқ деп ойлау тартымды болып көрінеді. Себебі өзінде танылған нәрсе риясыз болуы мүмкін болғандықтан, ауыр қобалжуды басынан кешіреді де, өзімен жұмыс жасауда күш-жігерді талап етеді;

- тұлғаның өзін әлеуметтік ортаның талаптарына сәйкес бағалауға ұмтылуы. Аталған феномен гуманистік психологияда жақсы сипатталған. Адам ортаның қажеттілігіне сай өмір сүреді, әрекет етеді, нәтижесінде оның шынайы «Мені» мінсіз «Менінен» алшақтай түседі. К.Роджерстің көзқарасы бойынша бұл мінсіз «Мені» тұлғаның терең сезімдерін, толқуларын, тәжірибесін көрсетеді. Адам өзінде өзгелер көргенді таниды, соны қиындайды, өзінің шынайы Менінен алшақтап, адекватты емес бейнеге сәйкес өмір сүреді. Сырттай мұның бәрі мойындалуға қажеттілікті қанағаттандыру үшін жасалатынына қарамастан, мұндай екі жақтылық, соңында тұлғашылық дау-дамайға, невротикалық тұлғаға, басқа адамдармен өзара қарым-қатынастағы көптеген мәселелерге алып келеді.

3. Фрейдтің және оның психологиядағы ізбасарларының еңбектерінің арқасында тұлғаның өзінің психологиялық қорғанысын жеңе алмауының нәтижесінде туындайтын бөгеттер жақсы зерттелген. Қорғаныстар қалай туындайды? Психоанализ өкілдерінің көзқарасы бойынша, бір жағынан, сана үшін тиімсіз импульстер, көбінесе олар жыныстық және агрессивті инстинктер, бейсанаға ығыстырылады, бірақ ізсіз жоғалып кетпейді, «Мен»-ге әсер ете отырып, оны қолайсыз қажеттіліктерді қанағаттандыруға итермелейді. Екінші жағынан, «Менге» қоғамда жинақталған тыйымдар, нормалар ретіндегі Супер-Эго (Жоғары Мен) әсер етеді. Бұл «Мен»-ді *қорғаныс механизмдерін* құруға әкеледі. Олардың ішінде кең тарағандарына: *ығыстыру* – абыржу

тудыратын импульстерді санадан шығарып тастау; *қарама-қарсы реакцияларды құру* – сана үшін қолайсыз бетбұрыстарды қарама-қарсыға өзгерту; *проекция* – сана үшін тиімсіз ойлар мен әрекеттерді өзге адамға телу; *өш қайтару* – бейсаналы түрде қол жетімсіз объекіден қол жетімді объектіге қайта бағдарлану; *рационализация* – өзін-өзі алдау, ақылға сыймайтын әрекеттерді немесе қылықтарды және т.б. саналы түрде түсіндіруге ұмтылу жатады. Қорғаныстың болуы өзін, әсіресе өзінің қолайсыздығының арқасында жарақаттаушы болып табылатын, тұлғаның сол бір бітістері мен бейімділіктерін тануға кедергі келтіретіні түсінікті. Сондықтан қорғанысты саналы түсіну, өзінде қабылданбағанды қабылдау өзін-өзі танудың аясын кеңейтеді, тұлғаны үйлесімді және психологиялық дені сау етеді деп есептеледі.

Өзін-өзі танудың бөгеттеріне өзінің эгоцентризмін жеңе алмауды да жатқызуға болады. Өзінің көзқарастарын, құндылықтарын, пайымдаулары мен әрекеттерін ғана дұрыс деп санайтын адамдарды эгоцентрист деп атайды. Оның эгоцентризмі басқаша көзқарастарды, әңгімелесушінің ұстанымын қабылдауға қабілетсіз болғандықтан, басқа адамдармен дұрыс қарым-қатынас құруға кедергі жасайды. Эгоцентрист адамға өзі туралы адекватты түсінік құру, қалыптасқан өзін-өзі бағалауын өзгерту өте қиын. Мысалы, егер ол өзін ақылды, қабілетті, дарынды деп санаса, олай еместігіне оны сендіру мүмкін емес.

Әлбетте, өзін-өзі танудың бөгеттері, олардың көп жақтылығына байланысты, бұл жерде келтірілгендермен шектелмейді және сан алуан болып келеді, олар тек бөгеттер мен олардың қызмет етуі туралы түсініктер ғана береді. Біздің әрқайсысымыздың өзімізді-өзіміз тануға кедергі келтіретін жеке бөгеттеріміздің болуы мүмкін. Сонымен қатар, адамға лайықты көмек көрсеткенде осы бөгеттердің жойылатынын айта кету керек. Өзін-өзі танудың мотивтері мен қажеттіліктердің қалыптасуы, адамды өзін-өзі танудың тәсілдеріне үйрету, оның сәйкестендірілуге және рефлексияға қабілетін, өзін-өзі құрметтеу деңгейін жоғарылатуға, өзін-өзі қабылдауға қабілетін дамыту, өзінің қорқынышын жеңуге және қорғаныстарын тұрғызуға көмектесу және т.б. педагогикалық проблемалар туралы айтуға болады. Ең тиімдісі тұлғаның өзін-өзі тануға қабілеттілігін өзінің тәрбиелеуі болып табылады – тұлға өз бетінше алдына мақсат қояды және соған өз еңбегімен қол жеткізеді.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. К.Лоренц бойынша адамның өзін-өзі тану жолындағы кедергілерді атаңыз және оларға өзіңіздің пікіріңізді білдіріңіз.
2. Адам табиғатының жетілмегендігіне байланысты, яғни объективті факторларға негізделген бөгеттерге не жатады?
3. Адамның өзіндік тұлғалық ерекшеліктерімен байланысты, демек адамның өзіне өзінің құратын бөгеттеріне не жатады?
4. Өзін-өзі танудың бөгеттеріне қатысты психоанализ өкілдерінің көзқарастары мен зерттеулерінің маңызы қандай?

## ІІІ БӨЛІМ. ӨЗІН-ӨЗІ ДАМУЫНЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ

### 1-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ДАМУЫНА ЖАЛПЫ СИПАТТАМА

#### 1.1 Даму туралы түсінік

«Даму» ұғымы неғұрлым жалпы түсінік болып табылады, оның аясында өзін-өзі дамытуды талдауға болады. Даму бірнеше мағынада қарастырылады:

- психологияның іргелі категориясы, оның әртүрлі аясында кең қолданылады және тәжірибелік мектептер мен бағыттардың өкілдері де оны мойындайды;
- объективті бар дерек;
- материяда, санада, қоғамда және т.б. сандық және сапалық өзгерулері жүзеге асатын табиғи үрдіс;
- физикалық, адамгершілік, тұлғалық, интеллектілік (адамға тән);
- объективті шындықтың көптеген құбылыстарын түсіндіретін қандай да бір қағида (биология, психология, философия, педагогика және т.б. ғылымдарға тән);
- құндылық, әсіресе, бұл адам туралы ғылымдарға тән. Біз үшін осы аспект өзін-өзі дамытудың маңызы мен мәнін ашуда ерекше маңызға ие.

Объективті үрдіс ретіндегі психикалық даму проблемасын толығырақ қарастырайық. Ұзақ уақыт бойы психологияда преформизм теориясы үстемдік етті, соған байланысты: даму тек қарапайым өсу, белгілі сатыдағы жетілу ретінде қарастырылып келді. XVII-XVIII ғғ. дейін балалық шақ өмірге даярлық ретінде, ал бала - кішкентай пішіндегі ақылсыз және пісіп жетілмеген ересек ретінде қарастырылып келуі кездейсоқ емес. Бірте-бірте дамуға психикалық қасиеттердің, күйлердің уақыт барысындағы сандық және сапалық өзгерістерінің қайтымсыз үрдісі ретінде қарай бастады.

Қазіргі таңда: натурализм, социоморфизм, мәдениеттанушылық, теологизм, гносеологизм, антропологизм сияқты психикалық дамуға қатысты көптеген әртүрлі теориялар мен нұсқалар бар.



Психикалық дамудың факторларына қатысты бірнеше тұрғылар бар. *Биологизаторлық түсініктерге* сай, даму биологиялық тума факторлармен себептеледі, олар психикалық дамудың векторы (бағыты) мен бағдарламасын алдын ала белгілейді. *Социологизаторлық бағыт* адам дамуының әлеуметтік шартталуына негізделеді (баланың өмірі мен іс-әрекетін белгілі бір дәрежеде ұйымдастыра отырып, онда қалаған қасиеттер мен сапаларды қалыптастыруға болады). *Конвергенция теориясында* (екі фактордың үйлесуі) баланың дамуы ішкі көрсеткіштердің сыртқы жағдайлармен жақындасуының (өзара әрекеттесуінің) нәтижесі ретінде түсіндіріледі.

Ресейлік психологияда дамудағы жетекші рөлді оқыту мен тәрбиелеу, яғни әлеуметтік факторлар иеленеді, ал биологиялық, тума факторлар нышандар рөлін атқарады деген көзқарас кеңірек тараған. Бір теориялар жоғары дәрежеде, басқалары – төмендеу дәрежеде дамудың ішкі детерминациясы дерегін есепке алмайтынын, дегенмен ресейлік психологияда осы сәтке әрдайым мән берілгендігін атап өту қажет. Бірақ ішкі белсенділік өзін-өзі дамыту үрдісін қосқанда ғана толық мөлшерде түсінікті болады, өйткені өмірлік іс-әрекет субъектісіз жүзеге аспайды.

Психология ғылымында талқыланатын тағы бір мәселе психикалық дамудың қозғаушы күштері мен олардың жал-пы заңдылықтарын іздестіру болып табылады. Ғылымда дамудың қозғаушы күштері ретінде қажеттіліктер мен оларды қанағаттандыру мүмкіндіктерінің арасындағы, мінез-құлықтың жаңа және көне түрлері арасындағы, қоршаған ортаның талаптары мен баланың бар мүмкіндіктері арасындағы және т.б. қарама-қайшылықтар мойындалған. Психикалық дамудың заңдылықтары ретінде: оның біркелкі еместігі, созылымдылығы, сабақтастығы және т.б. көрінеді.

Психологияның әртүрлі мектептері мен бағыттарында жас ерекшеліктері мен кезеңдеріне баса мән беріледі. Ресей психологтарының пікірлері әрбір жас ерекшелік кезеңі: «дамудың әлеуметтік жағдайы», «жетекші іс-әрекет», «психологиялық жаңа құрылымдар» ұғымдарымен сипатталады.

Ресейдің озық психологы Л.С.Выготскийдің пікірінше, **дамудың әлеуметтік жағдаяты** түсінігі әрбір жас кезеңіндегі субъектінің әлеуметтік шынайылықпен ерекше қатынас жүйесі, оның ішкі қобалжуларында бейнеленген және өзге адамдармен

бірлескен іс-әрекетінде жүзеге асырылған, ішкі және сыртқы жағдайлардың үйлесуі ретінде анықталады. Ол баланың өмір бейнесін, әлеуметтік тұрмысын шарттайды, сол жағдайда жаңа қасиеттер мен сапаларға ие болады, психикалық жаңа құрылымдар пайда болады.

**Жетекші іс-әрекет** ұғымын енгізген А.И.Леонтьев, ол – әрбір жас кезеңінде өзінің жетекші іс-әрекеті болатынын көрсетеді, соның аясында психика, негізгі жаңа құрылымдар қалыптасады. Жетекші іс-әрекеттің ауысуы – бір жас кезеңінен екіншісіне өту.

**Психологиялық жаңа құрылымдар** – нақты бір жас кезеңінде игерілетін тұлғаның психологиялық ерекшеліктері және олар басқа жас кезеңдерінен оны ажыратып (ерекшелеп) тұрады. Мәселен, мектепке дейінгі кезеңнің ең маңызды жаңа құрылымдары мотивтердің бір-біріне бағыныштылығы, бастауыш мектеп оқушысында мінез-құлықтың еріктілігі, жеткіншекте – ересектік сезімі және т.б.

Осы ұғымдарды пайдалана отырып Д.Б.Эльконин кеңестік психологияда ең танымал болған *психикалық дамудың кезеңдерге* бөлінуін құрастырды. Д.Б.Эльконин балалық шақты үш үлкен дәуірге бөледі: ерте балалық шақ, балалық шақ және кеш балалық шақ. Әрбір дәуірде екі кезең, ал әрбір кезеңде – екі саты болады. Әрбір кезеңде өзінің жетекші іс-әрекеті бар: сәбилік жас (0-1 жас) – тікелей эмоциялық қарым-қатынас; ерте балалық шақ (1-3 жас) – заттық-айлалы іс-әрекет; мектепке дейінгі (3-7 жас) кезең – сюжеттік-рөлдік ойындар; бастауыш мектеп жасы (7-10 жас) – оқу іс-әрекеті; жеткіншектік кезең (10-15 жас) – қарым-қатынас; ерте жастық шақ (15-17 жас) – оқу-кәсіби іс-әрекет. Сонымен қатар жетекші іс-әрекеттің барлық типтері төменгі қағидаға сәйкес екі үлкен топқа бөлінген: «бала – қоғамдық ересек» (тікелей эмоциялық қарым-қатынас, рөлдік ойындар, қарым-қатынас) және «бала – қоғамдық зат» (заттық-айлалы іс-әрекет, оқу және оқу-кәсіби). Даму әрбір кезеңнің ішінде тұрақтылығымен, ал бір кезеңнен екіншісіне, бір дәуірден екіншісіне өтуде – дағдарыстық, өтпелі болып сипатталады.

Шетелдік кезеңдерге бөлуде ең танымалдылыққа ие болған Э.Эриксонның (америка психологы) жас кезеңдерге бөлуі. Біз қарастырып отырған өзін-өзі дамыту мәселесі тұрғысынан бұл теория ерекше қызығушылық тудырады, өйткені осы жерде зейін

сыртқы емес, ішкі факторларға аударылады және де дамуда позитивті (оң) және негативті (теріс) – екі бағыт ашық көрінеді. Сонымен бірге тек балалық шақтағы дамуын ғана емес, адамның бүкіл дамуын кезеңдерге бөлуге талпыныс жасалады. Кезеңдерге бөлудің негізі ( олар барлығы 8) сәйкестіктің дамуы болып табылады, ол туралы біз өткен тарауда айтқанбыз, олардың әрқайсысында адам қандай жолмен жүру керектігін шешкендей болады – сәйкестенудің жаңа формасын игеру жолымен бе, әлде оны жоғалту жолымен бе. Э.Эриксон өз тұжырымдамасында кезеңдерді қатал бекітпейді, олар бірінен соң бірі жүретін, бейресми уақыт бөліктерінің тізбегіне ұқсауы керек деп есептемейді. Сондықтан да әрбір кезең өзіне алдыңғысын қамтып, соған жанасады, сол себептен «жас кезеңінің басы» - жеткілікті түрде шартты ұғым, бірде-бір жас келесі жас басталып кетсе де аяқталмайды, толығымен бітпейді. Біз тек әрбір сатыдағы дамудың соңғы нәтижелерін келтіреміз.

*Бірінші саты* – сәбилік (0-1-1,5 жас). Осы кезеңде қолайлы жағдайда қоршаған әлемге деген негізгі сенім, үміт қалыптасады, ал қолайсыз жағдайда сенімсіздік, қарым-қатынас пен іс-әрекеттен қашқақтау болады.

*Екінші саты* – ерте жас (1,5-4 жас). Бала өз дербестігін қалыптастыру және оны сақтап қалу мәселесін шешеді. Не ерік, дербестік немесе ұялу туындайды.

*Үшінші саты* - балалық (4-6 жас) – бастамашылдық қабілеттілік немесе кінә сезімі дамиды, мақсатты бағытталған іс-әрекетке қабілеттілік немесе енжарлық, тежеушілік дамиды.

*Төртінші саты* – мектеп жасы (6-11 жас). Балада еңбексүйгіштік және еңбек құралдарымен әрекет ету іскерлігі қалыптасуы байқалады, кері жағдайда – енжарлық, құзыретсіздік сезімі, өзінің толымсыздығы сезімдері дамиды.

*Бесінші саты* – жасөспірімдік (11-20 жас). Адам алдында өзін ұғыну және өзінің өмірдегі орнын ұғыну мәселесі туындайды, бірдейлік сезімі қалыптасады, немесе оның ығыстырылу процесі жүреді, соның нәтижесінде ұялшақтық немесе негативизм туындайды.

*Алтыншы саты* – жастық шақ (21-25 жас). Қалыптасқан немесе қалыптаспаған сәйкестіктің негізінде өзінің ендігі жерде ересектік міндеттерін шешуге көшу болады, оның нәтижесінде – сырластықты немесе оқшауландуды таңдау іске асырылады.

*Жетінші саты* – кемел шақ (25-50-60 жас). Мақсаты – өзін-өзі дамыту және өзіндік шығармашылығына байланысты міндетті шешу. Нәтижесі – өнімділік пен тоқырау арасындағы, өзіне үңілушілікке байланысты карама-қайшылықтарды жеңу; жаңа оң құрылымдар: камқорлық, мейірімділік, терістері – қабылданбағандық.

*Сегізінші саты* – қарттық (60 жастан асады). Сәйкестіктің жаңа формасына қол жеткізумен сипатталады, тұтастықтың, әмбебаптықтың пайдасына немесе жиіркенушілік, үміт үзушіліктің пайдасына таңдау жасалады. Оң жетістігі – даналық, терісі - жек көрушілік, соның ішінде өзін де. Осы жерге қазақ халқының мына мақалы сәйкес келеді деп ойлаймыз: «Жақсы адам қартайса дана болады, жаман адам қартайса заржақ болады».

Сонымен, біз, қысқаша объективті үрдіс ретіндегі – дамуды еске түсірдік, психологияда қойылатын негізгі мәселені көрсеттік. Олар туралы кеңірек жас ерекшеліктері, немесе даму психологиясы оқулықтарынан оқуға болады. Бұл жерде мынандай маңызды деректі атап өтейік – психологиялық дамуды зерттеу психологияның басты міндеті болып қала береді, дегенмен оның барлық көп түрлілігін және айрықшалығын түсіну үшін оның даму үрдісін тек сырттай ғана емес, ішкі тұрғысынан да қарастыру маңызды, ал бұл өз кезегінде тұлғаның өзін-өзі дамытуының көптеген проблемаларын алға тартады.

## **1.2 Психологияда тұлғаның өзін-өзі дамыту мәселесін көтерудің алғышарттары**

Психолог Т.А.Цукерманның сөзінше, «өзін-өзі дамыту мәселесі шыныдан босап шыққан жын тәрізді қазіргі педагогикалық санаға баса көктеп кіріп, ой-толғаныстардың бұрынғы әміршілерінің сарайларын бұзуға және жаңа билеушілеріне дереу сарайлар тұрғызуға кірісті». Мүмкін ол үшін белгілі бір алғышарттар пісіп жетілген болуы керек. Тұлғаның қалыптасуы мен дамуы туралы ұғым құру үшін, дамуды объективті үрдіс ретінде түсінетін ескі идеялар жеткіліксіз болып қалды. Тіпті танымал психолог С.Л.Рубинштейннің – «сыртқы себептер ішкі жағдайлар арқылы әсер етеді» деген формуласын есепке ала отырып та оқыту мен тәрбие үрдісін бұрынғысынша жүзеге

асыру мүмкін болмай қалды. Нақ сондықтан да өзін-өзі дамыту идеясы тек қана кәсіби педагогтар мен психологтар арасында ғана емес, сонымен қатар қарапайым адамдар арасында да танымал. Соңғы он жылдықта психология ғылымына және өзінің тұлғасына қызығушылықтың ерекше арта түскені құпия емес. Оның көптеген себептері бар. Өзін-өзі дамыту мәселесінің алғышарттары ретінде солардың кейбіріне тоқталамыз.

- Психология ғылымына қызығушылықтың өсуі біздің қоғамдағы кейбір позитивті өзгерістерге байланысты болды. Тоталитарлық дәуір келмеске кетті. Демократияға бетбұрыс өздерінің жоспарларын, мақсаттарын анықтауда адамдардың өздерін еркін сезіне бастауына, өзінің өмірлік іс-әрекетінің субъектісі екендігін түсіне бастауына әкелді.

- Ғылымда адамға субъект тұрғысынан қарау маңызды орын ала бастады. Соңғы уақытта тұлға психологиясының әртүрлі аспектілері және оны қалыптастыруға қатысты қызықты жарияланымдар пайда болды. Тұлғаны психикалық үрдістердің, қасиеттер мен сапалардың жеке-жеке жүйесі ретінде зерттеу өткеннің еншісінде қалды. Психологтарды, педагогтарды, философтарды да мына сұрақтар қызықтырады: адам өзін-өзі қалай құрып, жасайды? Ол өзінің белсенділігін қалай ұйымдастырады? Өмірлік мақсаттарды таңдауының себебі неде? Қазіргі адамда қандай құндылықтар бар? Позитивті (жағымды) өзін-өзі дамыту үрдісі қандай себептердің нәтижесінде бұзылады? Тұлға неге өзінің сәйкестілігін жоғалтады? Толыққанды өмір сүру мен іс-әрекеттің орнына неге нашақорлық, ішімдікті таңдайды? және т.б. сұрақтар. Алайда, өзіміздің бастапқы жарқын, көңілді нотамызға қайта оралайық. Көңілді нота неғұрлым өміршеңді үміт пен сенімді ұялатады. «Адам өзінің өмірлік іс-әрекетінің субъектісі, өзінің тағдыры мен өмірбаянының авторы». Осы мәліметті мойындау, шын мәнінде психология ғылымында төңкеріс жасады, көптеген өзіндік зерттеулер жүргізіліп, тікелей тәжірибеге ұласты. Сонымен қатар ешқарсе бос орында пайда болмайды. Кеңестік танымал психологтар баяғыда-ақ жаңа көзқарастар үшін негіз дайындаған. Субъектілік идеясы С.Л.Рубинштейннің, Б.Г.Ананьевтің, А.Н.Леонтьевтің және т.б. еңбектерінде қозғалады. Бұл идеяның негізі қарапайым: егер адам белсенділік танытса, онда ол оның бастамашысы (инициаторы) болып табылады. Ол таңдау еркіндігіне ие. Л.С.Выготский 1926 жылы жазған «Педагогикалық психология» еңбегінде адамды

тәрбиелеуге болмайды, ол өзін-өзі тәрбиелейді, ал қоршаған орта оның өзін тұлға ретінде құруында материалдар береді деп атап көрсеткен.

- Гуманистік психология идеяларын қоғамдық санаға, психология мен педагогикаға енгізу үлкен рөл атқарды. Психолог-гуманистер (Г.Олпорт, А.Маслоу, К.Роджерс және т.б) пікірінше, адам тұтастай және бірегей тұлғаны білдіреді, ол өзінің өмір жолын дербес құра алады, өзінің жоғарғы рухани дамуында ілгері жылжуға қабілетті. Гуманистік психология адамға, оның жоғары дәрежедегі құндылықтарды құрып, жүзеге асыруға әлеуетті және өзекті мүмкіндіктеріне сенуге бағытталған. Ол тұлғаның өзін-өзі құрады, ол үрдіске араласу дамуға жағдай жасамайды, оны тежейді деген деректі ұсынады. Адам өз істеріне, өзінің дамуына белгілі мөлшерде жауапкершілік алып, күрделі жағдаяттан шығудың жолын өзі табуы және тұтастай өз өмірінің мәнін өзі анықтауы қажет. Осының барлығын күштеп қалыптастыру мүмкін емес, сондықтан да өзін-өзі дамытуға қажетті жағдайларды құру қажет. Бұл үрдісте тұлғаға қолдау және көмек көрсетуге болады, бірақ оған қандайда бір құндылықтарды игеру, алға жылжудың қалыптасқан жодарымен жүру (бұл жолдар біреулер үшін тиімді болса да) міндетті деп қоюға болмайды.

- Психологияда адамның ішкі әлемін зерттеу И.С.Конның, В.В.Столиннің, А.Г.Спиркиннің, Б.Г.Ананьевтің, И.И.Чеснокованың және т.б. еңбектерінен бастау алды және едәуір рөл атқарды. Тұлғаның өзіндік санасын, Мен-тұжырымдаманы неғұрлым өнімді және егжей-тегжейлі зерттеу жаңа тұрғыларды туындатты. Олар В.И.Слобочиков пен Е.И.Исаевтің субъективті шындықтың құрылымы мен дамуын оқып білудегі еңбектерінде, Т.Н.Березинаның адамның ішкі кеңістігі мен уақытын, ішкі диалогын зерттеу бойынша еңбектерінде көрініс тапты.

- Тәжірибелік психология аймағында, нақты айтқанда білім беру аумағындағы жетістік – қолдау идеясының пайда болып, жүзеге асырылғанын атап өту қажет (Г.Бардиер, И.Ромазан, Т.Чередникова, М.Р.Битянова, Т.И.Чиркова еңбектерінде). **Қолдау** – бұл барлық өзара әрекеттесуші субъектілердің өзін-өзі жылжытуына, өзін-өзі дамытуына жағдайлар құру мақсатында ересектердің оқу-тәрбие үдерісіне ену тәсілі. Бұл мәселеге кейінірек, мектеп жасына дейінгі балалар мен оқушылардың өзін-өзі тануы мен өзін-өзі дамытуын қолдау, сүйемелдеу мәселелерін талқылағанда тоқталамыз.

### 1.3 Өзін-өзі дамытудың мәні мен негізгі сипаттамалары

Өзін-өзі дамыту не екендігін анықтауға тырсайық. Психологияда осы ұғымға алғашқылардың бірі болып анықтама берген және оның айрықша белгілерін негіздеген В.И.Слободчиков пен Н.И.Исаев болды: «өзін-өзі дамыту» түсінігі – бұл адамның өз өмірінің шынайы субъектісі болуы және өз өмірлік іс-әрекетін тәжірибеде өзгерту пәніне айналдырудағы іргелі қабілеті.

Өзін-өзі дамытудың белгілері мен сипаттамалары қандай?

Ең алдымен, өзін-өзі дамытуды талдау үшін адамның жалпы мақсат қоюы мен іс-әрекетінің, мінез-құлқының үзіліссіз үрдісі ретіндегі неғұрлым жалпы ұғым *өмірлік іс-әрекет* екенін атап өту қажет. Өмірлік іс-әрекет шеңберінде өзін-өзі дамыту үрдісі де жүзеге асырылады. Сондықтан да адам, ерте кезеңнен, шамамен 3 жасынан бастап, қоршаған әлемнен өзінің «Менін» ажырата бастаған (Мен жүйесінің құрылуы) кезден өзінің өмірлік іс-әрекетінің субъектісіне айналады. Ол өзгелердің талаптарын ескере отырып, алдына мақсат қоя бастайды, өзінің қалаулары мен ниеттеріне бағына бастайды. Бірақ, зерттеушілердің, мәселен, Г.А.Цукерманның анықтауы бойынша бала тек жасөспірімдік кезеңде өзін-өзі дамытудың субъектісіне айналады. Сол кезде оның өзіндік санасында түбегейлі өзгерістер жүреді, ересектік сезімі пайда болады, балалықтан ересектік нормаға бағдарлану үрдісі жүреді. Бірақ, адам өзін-өзі бекіту, өзін-өзі жетілдіру, өзін-өзі жүзеге асыру бойынша алдына азды-көпті саналы түрде мақсаттар қоя бастағанда ғана, яғни ол қай жаққа жылжитының, неге қол жеткізетіндігін, нені қалайтындығын немесе керісінше, өзінде нені өзгерткісі келмейтінін анықтаған кезде ғана өзін-өзі дамытудың субъектісі бола алады.

Өзін-өзі дамытудың келесі сипаттамасы *тұлғаның белсенділігі*, ол әлеуметтік белсенділік немесе әлеуметтік реактивтілік болуы мүмкін. *Әлеуметтік белсенділіктің* талдау бірлігі бастамашылық пен орындаушылықтың тиімді үйлесімділігі болып табылады. *Әлеуметтік реактивтілік* әлеуметтік импульсивтілік түрінде, немесе енжар түрінде көрінуі мүмкін, бірақ екі жағдайда да ол адамды өмір әрекетінің субъектісі ретінде сипаттамайды. Әлеуметтік белсенділік өзінің дамуында бірқатар деңгейлерден өтеді. Мектепке дейінгі және бастауыш мектеп жасындағыларға

негізінен *нормативті* деңгей тән. Бала тіпті өзінің бастамаларында да ересектермен өзара әрекеттесу нәтижесінде меңгергендерін ғана қайталап, оларға еліктейді. *Нормативті-тұлғалық* деңгей негізінен жасөспірімдер мен жастарға тән. Мұнда берілген нормативті аядан шығу байқалады, адамның танығанына, істегеніне, өзінің өзіндік қатынасы көрінеді. *Тұлғалық-өнімді* және *өнімді-шығармашылық* деңгейлер ересектерге тән, бұл жерде адам өзінің іс-әрекеті арқылы қоғамға, қауымға өзіндік үлесін қосады, мысалы, жаңа, түпнұсқалық нәрсені жасайды немесе көнені жетілдіреді.

Нормативті деңгей - бұл белгілі нәрсені авторлық орындаушылықта ұдайы өндіру деңгейі екені түсінікті, ал *нормативті-тұлғалық* деңгей тұлғаға толық жеке-даралық мөлшерде көрінуіне, өзін көрсетуіне мүмкіндік береді. Нақ сондықтан да жасөспірімдік шақта бала өзінің өмірлік әрекетінің ғана емес, сонымен қатар өзін-өзі дамытудың да субъектісі бола алады. Өзін-өзі дамыту мәселесіне қатысты тұлғалық бастамаға қабілеттілігі өзін-өзі тану және өзін-өзі тәрбиелеуді ұйымдастыруда өрістетіледі. Егерде жасөспірімдік кезеңде өзін-өзі тәрбиелеу өзіне жекелеген қасиеттер мен сапаларды қалыптастыруды құраса, ал енді жастық шақ кезеңінде тұтастай тұлғасын қайта қарайды. Әлеуметтік белсенділіктің ажырамас атрибуты саналылық пен дербестік болып табылады, олар тұлғаның өзін-өзі дамыту субъектісі ретіндегі ұстанымын күшейте түседі.

Әлеуметтік белсенділік көрсетуге қабілеттілігі біртіндеп тұлғалық таңдауларды жасау қабілетін анықтайды, яғни субъективті еркіндікке бетбұрысын дамытады. Бұл еркіндік адамның өз бетінше баламалар арасында таңдауын жүзеге асыру мүмкіндігінен, осы баламаларды құрастыра білуінен тұрады. Таңдауды, соның ішінде тұлғалық өсуге таңдауды өзі жасау мүмкіндігі – индивидтің өмірбаяны мен өмірлік әрекеттерінің авторы ретіндегі субъективті белгісі. Адам өзі таңдау жасағанда, өзіне жауапкершілікті алуды және басқалардың алдында ғана емес (мұндай жауапкершілік формалды сипатқа ие), өзінің алдында да, өзінің арының алдында жауап беруге үйренеді.

Өзін-өзі дамытудың аса маңызды сипаттамасы *өзіндік санасының даму деңгейі*, өзін-өзі тануға қабілеттілігі болып табылады. Сәйкестендірілу мен рефлексия сияқты механизмдерімен қоса



алғандағы өзін-өзі тануға дамытылған қабілеттілік органикалық түрде тұлғаның өзін-өзі құру, келешегін анықтау, өзін-өзі дамыту құралдары мен тәсілдерін анықтау үрдістеріне енеді.

Енді адамның ішкі әлемінің қалыптасуы мен өзін-өзі дамытуының өзара байланысы, оның онтогенез үдерісіндегі субъективті шынайылығы мәселесін қарастырайық.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. «Даму» ұғымы мен психикалық дамудың мәні мен маңызы қандай?
2. Психикалық дамудың факторлары туралы теорияларға түсінік беріңіз.
3. Д.Б.Элькониннің психикалық дамуды жас кезеңдеріне бөлуіне сипаттама беріңіз.
4. Психикалық дамуда Э.Эриксонның жас кезеңдеріне бөлу ерекшеліктерін атап, маңызын түсіндіріңіз.
5. Тұлғаның өзін-өзі дамыту идеясының пайда болуының себептері неде?
6. Ресейдің озық психологтарының (С.Л.Рубинштейн, Б.Г.Ананьев, А.Н.Леонтьев, Л.С.Выготский) субъектілік идеясының мәні неде?
7. Гуманистік психология өкілдерінің (Г.Олпорт, А. Маслоу, К.Роджерс және т.б.) тұлғаның өзін-өзі дамытуы туралы идеясының мәнін ашып көрсетіңіз.
8. Адамның ішкі әлеміне арналған И.С.Конның, В.В.Столиннің, А.Г.Спиркиннің, Б.Г.Ананьевтің, И.И.Чеснокованың еңбектерімен танысып, аннотациялар жазыңыз.
9. «Өзін-өзі дамыту» және өмірлік іс-әрекет түсініктерінің байланысын атаңыз?
10. Тұлғаның белсенділігі дегенді қалай түсінесіз? Оның қандай деңгейлері бар?
11. Өзіндік сананың даму деңгейі, өзін-өзі тануға қабілеттіліктің өзін-өзі дамытудың аса маңызды сипаттамасы болуының себебін түсіндіріңіз.

## **2-тарау. АДАМНЫҢ ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУЫ, ІШКІ ДҮНИЕСІНІҢ ҚАЛЫПТАСУЫ МЕН ӨМІРЛІК ЖОЛЫ**

Алдыңғы айтылғандардың барлығынан, адамның ішкі дүниесін, яғни субъективті шынайылықты талдамай, өзін-өзі дамытудың ерекшеліктері мен заңдылықтарын толық түсінуге болмайтыны анық. Істің мәні мынада, *өзін-өзі дамыту* – бұл ішкі дүние әрекеттерінің, соның ішінде ішкі дүниенің өзін қайта өзгерту, сонымен қатар тәжірибені қайта жөндеу, өзінің тұғыры мен сенімдерін жасау, өмірлік мақсаттарын қою, өзін-өзі анықтау жолдарын іздестіру бойынша жұмыс формаларының ішіндегі ең күрделілерінің бірі. Мұның барлығы тұлға өзін табатын, өзін құратын, өз өмірінің мәнін ұғынатын, оның өмір жолындағы алға басу үдерісінде жүзеге асады.

### **2.1. Адамның ішкі дүниесі**

Адамның ішкі дүниесі, немесе субъективті шынайылық – мұның бәрі тек бір нақты адамға тән психологиялық іс-әрекеттің ішкі мазмұны. Сондықтан ішкі дүние әрқашан дара және әрқашан бірегей. Әрбір адам сыртқы дүниені және өзін тану жолымен өзінің ішкі дүниесіне бойлауға, оны түсінуге тырысады. Бұл түсінігін ол өз өмірін құру, өзінің бірегей өмірлік жолын таңдау үшін пайдалануға ұмтылады. Ішкі дүниені объективті әдістермен зерттеу өте қиын, біз оның тек сыртқы дүниедегі «сәулесін» ғана көре аламыз. Сонымен қатар, ішкі дүниені объективті ұғынуға тырысу ешқашан тоқтамайды. Өйткені оның табиғаты соншалықты қызықты және тартымды. Психологияда ішкі дүниені, оның құрылымын, оның «жұмысын» сипаттау мен талдау туралы аса қызықты тәжірибелер бар. Мысалы, ішкі дүниенің өзінен-өзі пайда болмайтыны, ол – *сыртқы дүниенің ерекше формадағы бейнесі* және *өзінің кеңістіктік-уақыттық сипаты, өзінің мазмұны* бар екендігі тұжырымдалған.

*Ішкі дүние сыртқы дүниенің ерекше формадағы бейнесі.* Кейбір діни және философиялық тұжырымдамаларға сәйкес, ішкі дүние адамға әуел бачтан берілген. Ол өмір барысында оны тек ашады және таниды дейді. Ал екінші материалистік

негіздегі түсінікке сәйкес, ішкі дүние қоршаған шындықты белсенді бейнелетін және меңгеретін адамның тұлға ретінде қалыптасу өлшеміне қарай пайда болып, дамиды.

Адам тек адамға тән мидың арқасында ғана адам бола алады. Адамға тән ми ғана сыртқы дүниені ерекше бейнелеуге дайын болып келеді. Соның нәтижесінде адам санасы пайда болып дамиды. Психологияда шимпанзенің баласын адам баласымен бірге асырап, тәрбиелеген эксперименттер болған. Бірақ, шимпанзенің баласы бәрібір адамға айналмаған. Себебі оның миы әу бастан сөйлеуді, дерексіз ойлауды, тұтастай сананы меңгеруге бейімделмеген. Демек, адамға тән мидың болуы — сәйкесті дамудың маңызды алғышарты.

Бірақ, бір минутқа адамға тән миға ие, жаңа туылған нәрестені елестетіп көрейік, ол туылғанынан көрмейтін, естімейтін, тері түйсіктері де ештеңе сезбейтін нәресте дейік. Ол мүмкін біраз уақыт организм ретінде өмір сүрер, бірақ ол ешқашан адам ретінде, ішкі дүниесі бар тұлға есебінде болмайды. Тағы бір басқа жағдай, адам барлық қызмет ететін сезім мүшелерімен туылады, бірақ адамдар арасында тәрбиеленбейді (ондай мысалдар бар) делік. Бұл жағдайда да ол өзінің бірегей ішкі дүниесі бар тұлға болып қалыптаспайды.

Осы мысалдардан адамның ішкі дүниесінің әуел бастан берілмегендігін, ол сыртқы дүниені бейнелендіру нәтижесінде пайда болатыны түсінікті. Мұндай бейнелендірудің қорытындысында атақты психолог А.Н.Леонтьев жазғандай, Әлемнің Бейнесі пайда болады. Бірақ мұндай бейне сыртқы дүниенің жәй көшірме бейнесі емес, ол әу бастан дара және субъективті. Себебі әрбір адам бейнеленген шындықты өзінше құрастырады, өзінше бейнелердің бірегей жүйесін жасайды, онда өзіне тән бірегей қобалжулар, шындықты және өзін өзі елестетулер пайда болады. Мұның бәрі сыртқы дүниені бейнелеу, оған бейімделу және оны түрлендіру бойынша өзінің белсенділігінің арқасында іске асады. Осылай, сыртқы дүние мен ішкі дүние өзара байланысты, түйісу нүктесі бар, бір-біріне тәуелді.

#### ***Ішкі дүниенің өзінің кеңістіктік-уақыттық құрылымы.***

Егер ішкі дүние бар болатын болса, онда сыртқы дүние сияқты оның да өзінің ішкі кеңістігі және өзінің ішкі уақыты бар екенін болжау қисынды. Бұл фактіні психологтар жүргізген арнайы зерттеулер толығымен дәлелдейді. Мысалы, Т.Н.Березина адамның ішкі

дүниесін зерттеу үшін эксперименттер жасаған. Оның пікірінше, ішкі кеңістік кең мәнінде — бұл психологиялықтың жалпы өмір сүру формасы, ал тарлау мәнінде — ішкі бейнелердің өмір сүру формалары. Бейнелердің өзі кеңістіктен тыс болмайтындықтан, ол да бұл бейнелерсіз болмайды. Бейнелер объектілердің субъективті формаларын білдіреді және ішкі дүниеден туындайды. Ол өздеріне тұлғаның мотивтері, қажеттіліктері мен ұстанымдарының ықпалының нәтижесінде қайталанбас бірегейлікке ие болады. Осы бейнелер адам психикасында ақпараттық, эмоциялық, реттегіштік рөл атқарады. Бұл бейнелер ішкі кеңістікке орналасып, әртүрлі адамдарда түрліше шоғырлануы мүмкін екендігі тәжірибе жүзінде дәлелденген: солға, оңға, артқа, жоғарыға, төменге, кең көлемді, адамның шегінен тыс шығарылуы мүмкін, жақындатылған, алыстатылған болуы да мүмкін, формасы, түр-түсі бойынша өзгеше болуы мүмкін, уақыттық белдікте: *өткенде, қазіргі кезде және болашақта* орналасуы мүмкін.

**Мысал.** Өздеріңізге кішкене эксперимент жасаңыздар: алғаш рет мектепке бара жатқан кезіңізді елестетіңіздер. Қандай бейне пайда болды? Ол формасы, түсі бойынша қандай? Ол қай жерге орналасты: жоғарыға ма, төменге ме, солға ма, оңға ма және т.б.? Сіз қайда тұрсыз, бейненің ішінде ме немесе одан тыс па? Егер сіз осының бәрін істесеңіз және қойылған сұрақтарға жауап берсеңіз, онда бейне деген не және ол ішкі кеңістіктің қай жеріне орналасқаны өзіңізге түсінікті болады.

Субъективті уақытқа қатысты да қызықты мәліметтер алынған. Біріншіден, мұндай уақыттың шын мәнінде болатыны дәлелденген. Екіншіден, ішкі уақыттың жылдамдайтыны немесе баяулайтыны, оның қайтымдылығы, өткен уақыттан немесе болашақтан ақпарат алу мүмкіндігі, параллель (қосарлас-қатарлас) уақыттың болатындығы фактілері байқалған.

**Мысал.** Субъективті уақытты жылдамдату-баяулату фактілерін қарастырайық (біздің әрқайсымыз мұны өз жеке тәжірибемізден білеміз). Егер біз қызықты және әсерлі нәрсемен айналысып отырсақ, онда уақыт өте тез өтіп кетеді және байқалмайды, ал біз үшін ол субъективті тоқтап тұрғандай болады. Керісінше, біз ұзақ уақыт әрекет етпесек, ешнәрсе істемесек, мысалы, пойызды бірнеше сағат күтсек, онда уақыт өте баяу өтеді — ол да тоқтап тұрғандай болады, бірақ мұндай тоқтаудың табиғаты, біз оны байқамаған жоғары жағдайдағыға қарағанда басқаша. Бірнеше апталар немесе айлар өткеннен кейін де сол өте жылдам өтіп кеткен кезең, қызықты оқиғаларға толы болғандықтан, бізге неғұрлым ұзақ уақытқа созылғандай болады. Ал біз ештеңе істемеген кезең, қас қағым ретінде қабылданады.

Субъективті уақыттың өтуінің жасқа байланысты өзгеретіндігі де белгілі. Бір адам іштей жылдам өмір сүреді, осыған байланысты өзін шын мәніне қарағанда өз жасынан ересектеу сезінеді, екінші адам іштей баяу өмір сүреді, сондықтан кемел жаста да, оған бәрі алда сияқты, ол енді өмір сүре бастағандай және көп нәрсені жасап үлгеретіндей болып көрінеді.

Біз уақыттың кейбір оғаштықтарымен де кездесеміз. Мысалы, қандай да бір орынға тап болғанда немесе нақты бір адамдармен кездескенде, бізде бұл бұрын болғандай сезім пайда болуы мүмкін, немесе керісінше, жақсы таныс жерге тап бола отырып, біз ол жерді бірінші рет көріп тұрғандай, қызығушылықпен зерттей бастаймыз.

*Ішкі дүниенің мазмұны.* Сонымен, ішкі дүниенің езінің ішкі кеңістігі, субъективті ішкі уақыты бар болды. Бұл кеңістікте және уақытта кім «өмір сүреді»? Онда біздің әрқайсымыз өмір сүреміз, біздің тұлғамыз, біздің Меніміз өмір сүреді. Ол рефлексияның арқасында бірмезгілде бірлікке және көп мәнділікке ие. Осылайша, біздің ішкі дүниеміздің мазмұны тұтастай психика, сана және бейсана болып табылады. Бұл мазмұнды құрылымдау өте қиын. Оны біздің әрқайсымыз өзімізше: біреуіміз саналы түрде болса, екіншіміз көкейкөз (интуиция) арқылы танимыз. Сонымен қатар психологияда осы мазмұнда кейбір жетекші құрылымдық элементтерді бөліп көрсетуге талпыныстар жасалуда. Тағы да Т.Н.Березинаның теориялық және эксперименттік зерттеулеріне сүйенейік. Автор былай деп атап көрсетеді: бір жағынан, ішкі дүние субъективті және өзіне біздің ойларымызды, сезімдерімізді, қобалжуларымызды, армандарымызды, түс көрулерімізді және әрекеттеріміз бен қылықтарымызды ендіреді, екінші жағынан, ол – әлеуметтік, өйткені өзіне өзге адамдардың бейнелерін, әрекеттері мен қылықтарын қамтиды. Адамның ішкі дүниесі, яғни оның ойлаулары, фантазиялары, түс көрулері сезімдік-бейнелік формада болады немесе іштей сөйлеу формасындағы ойы түрінде болады, немесе бәрінен жиі екеуінің де үйлесімінде болып келеді. Қолданылу тәсілі — монолог немесе диалог: өзімен өзі, өзгелермен, өзіңмен болып жатқан оқиғалар туралы біреуге айту, күрделі диалог — өзіңнің Менің өзгелердің көзімен білінеді.

Арнайы зерттеулердің көмегімен біздің ішкі өмірімізді сипаттайтын психикамыздың ең кең таралған жеті күйі айқындалған.

1. Өзіміздің «Менімізді көрсетуіміз» — адамның өзінің бүгінгі уақыттағы өзі туралы ойланулары; күйлерінің ерекшеліктері — монологтық ойлау (монолог) және Мен есімдігінің іштей сөйлеуде басым болуы.

2. «Өзге туралы ойлану» — диалогпен, «Сен» есімдігінің басымдылығымен сипатталады. Мұндай күй үшін өзін мақұлдау тән, бірақ ойша өзін-өзі сынауы мүмкін.

3. «Ойдан шығарылған бейнелердің объектіленбеуі (дерексіздігі)» — басқа немесе басқалар дерексіз формада қиялданады және тек ойша түрде ғана болады. Субъект өзіне, өзінің абыройына баса назар аударады, кемшіліктерін қабыл алмайды.

4. «Болашақты жоспарлау» — адамның өзінің келешегін түсіну, болашағын жоспарлау, нақты бір мақсаттар қою, оларды іске асыру мәселелерін ойластыру күйі.

5. «Бөгеттерге шегенделу» — адамның бөгеттерге, қиындықтарға шегенделе отырып, жалғыздықты сезінуімен сипатталады. «Ешкім ешкімге керек емес» деген ойда болып, қиын жағдаятты шешуде өзара әрекеттесу мүмкіндігін қабыл алмайды.

6. «Әлемді сезімдік деңгейде қабылдау» — барлық бейнелер өте айқын, қарама-қарсы түрде ұсынылған, ойлар дыбыстандырылған (ойлар дауыс түрінде болады).

7. «Фантазиялар» — неғұрлым шығармашылық күй, онда кез келген мақсаттар қол жетімді болып көрінеді, сонымен бірге бөгеттер болмашы болып қарастырылады («Шешім таппайтындай лажсыз жағдай болмайды»). Адам өзін кез келген асуды алуға қабілетті, күшті және белсенді етіп елестетеді.

Сонымен, адамның ішкі дүниесі немесе субъективті шынайылық сыртқы дүниемен тығыз байланысты және оның ерекше жеке-дараланған формадағы бейнесі екендігін көрсетуге тырыстық. Оған адам өзінің белсенділігінің жәрдемімен өзінің «көзқарастарын» және өзінің «біржақтылығын» қосады. Ол кеңістіктік-уақыттық құрылымға ие және сезімдік-бейнелі және ойдағы формада болып, тұлға өзімен, шындықтағы немесе қиялдағы адамдармен жүргізетін монолог немесе диалогпен жанданады. Ол өзінің болашағын жоспарлайды, өзін және өзгелерді мақтайды немесе сөгеді, қиялдайды және т.б.

Ендігі жерде «Бұл ішкі дүние, субъективті шынайылық қалай дамиды?» деген сұрақты қарастыру қажет.

## 2.2 Субъективті шынайылықтың дамуы

Осы бөлімнің басында біз дамуды объективті үрдіс түрінде қарастырғанда мысал ретінде психологиялық дамуды жас кезеңдеріне бөлудің екі нұсқасын (Д.Б.Эльконин және Э.Эриксон) қарастырғанбыз. Өзін-өзі дамыту мәселесі тұрғысынан кезеңдендіру мүмкіндіктері туралы мәселені қою маңызды. Онда дамуды объективті үрдіс ретінде емес, ішкі дүниенің, субъективті шынайылықтың «іштей» қалыптасуы ретінде; субъектінің өзінің өмірлік әрекетінде қалыптасуы ретінде қарастыру қажет. Дегенмен ол әлеуметтік ортамен тығыз байланысты болуы керек.

Қазіргі психология ғылымында В.И.Слободчиков құрастырған кезеңдендіру бар екендігін атап өту қажет. Соның сипаттамасына тоқталып өтейік.

Бастапқы түсінік ретінде «бірлескен тұрмыстық қауымдастық» және «өзіндік ерекшелік» ұғымдары қолданылады. *Бірлескен тұрмыстық қауымдастық* — бұл адамның өзге адамдармен байланыста өмір сүру амалы, онсыз дамудың өзі мүмкін емес. Алғашында, өзге адамның рөлін анасы, содан соң жақын адамдары, қоғамдағы ересектер, қала берді барлық адамзат атқарады. *Өзіндік ерекшелік* — қауымдастықтан шығу, даралану, өз дербестігін көрсету, жаңаны жасау.

Әрі қарай *туылу дағдарысы* және *даму дағдарыстары* айқындалады. Автордың айтуы бойынша, адам бірнеше рет дүниеге келеді. Әрине, биологиялық туылу және биологиялық өлім бірақ рет болады, бірақ адамның тұлға ретінде «туылуы» бірнеше рет қайталаанады. Ол жаңа қауымдастыққа ену кезеңінде, жекеше өмір сүру тәртібі өзгергенде іске асырылады. Дамудағы дағдарыс іс-әрекеттің жеке-даралық және бірлескен формалары мен сананың арасында алшақтық пайда болған сәтте, адамның не немесе кім (қандай адам) болғысы келуі мен оның мүмкіндіктері арасында қарама-қайшылық туындағанда пайда болады (мысалы, бала үшін қарама-қайшылық төмендегідей көрінеді: «Сен сияқты болғым келеді, бірақ сен сияқты бола алмаймын»).

Туылу және даму дағдарыстары қабылдау сатыларымен және меңгеру сатыларымен алмасып отырады. Туылу дағдарысынан кейін *қабылдау сатылары* орын алады, яғни жаңа жағдайларда серіктестердің бірін-бірі қабылдауы. Даму дағдарысынан кейін — *меңгеру сатылары* — өз қалауымен өзара әрекеттерді дербес құру және реттестіру қабілеті.

Сонымен, субъективтіліктің бес деңгейі бөлініп қарастырылады: *жандану, рухтану, дербестену (кісілікке өту), даралану, әмбебаптану*. 1-кестеде кезеңдендіру сызба ретінде берілген.

### Субъективті шынайылықтың жиынтық кезеңдендірілуі (В.И.Слободчиков бойынша)

1-кесте.

Субъективтіліктің сатылары	Бірлескен тұрмыстық қауымдастықтың қалыптасу кезеңі		Өзіндік ерекшеліктің қалыптасу кезеңі	
	Туылу дағдарыстары	Қабылдау сатылары	Даму дағдарыстары	Меңгеру сатылары
Жандану	Туылу дағдарысы: 0-2 ай ± ± 3 апта	Жаңа туылған нәрестелік шақ: 0,4-3,5 ай	Жаңа туылғандық дағдарысы: 3,5- 7 ай	Нәрестелік: 6-12 ай
Рухтану	Нәрестелік дағдарысы: 11-18 ай	Ерте балалық шақ: 1,5-3 жыл	Ерте балалық дағдарысы: 2,5-3,5 жыл	Мектепке дейінгі балалық: 3-6,5 жас
Дербестену (кісілікке өту)	Балалық шақ дағдарысы: 5,5-5,7 жас	Жасөспірімдік шақ: 6,2-11,5 жыл	Жеткіншектік дағдарысы: 11-14 жас	Балғын жастық шақ: 13-18 жас
Даралану	Балғын жастық дағдарысы: 17-21 жыл	Жастық шақ: 19-28 жас	Жастық шақ дағдарысы: 27-33 жыл	Ересектік: 32-42 жыл
Әмбебаптану	Ересектік кезең дағдарысы: 39-45 жас	Кемелдену: 44-60 жас	Кемел шақ дағдарысы: 55-65 жас	Кәрілік (қарттық) 62- ...

Осы сатылардың мазмұнын қысқаша талдап шығайық.

Бірінші, **жандану** сатысында – бала ересек туысқанымен бірге (биологиялық анасы немес аналық қызметті атқаратын адаммен) бастапқыда мәдени құралдармен, заттармен, белгілермен жанамаланбаған қарым-қатынас құра бастайды. Субъектінің бұл сатыдағы дамуының мәдени жағдаяты (оқиғасы) баланың өзінің тәндік, психосоматикалық даралығын меңгеруі болып табылады. Ол мұнда өзін отбасының жалпы өмірінің кеңістіктік-уақыттық ұйымдастырылуына «үйлестіреді». Бұл сатыдағы түбегейлі нәтиже – адам денесінің шынайы синтезі, оның сенсорлық, қозғалыстық, қарым-қатынастық, әрекеттік өлшемдерде «жандануы».

Екінші, **рухтану** сатысында – бала жақын ересекпен бірге қарым-қатынастың заттық-жанамалық формаларын: нақты



серіктеспен заттық-еліктеушілік әрекеттерді және қиялдағы серіктеспен бейнелік ойындық әрекеттерді игереді. Дамудың жаңа сатысында субъективтіліктің ішкі және сыртқы кеңістігінде бастапқы өзін-өзі айқындау тәсілдері ретінде екі мәнді оқиға тұр, олар – жүру және сөйлеу. Бұл мәдени дағдылар мен қабілеттерді игеру сатысы, мұнда бала алғаш рет өзінің тұлғасын ашады (Мен өзім!), өзін өз қалаулары мен іскерліктерінің субъектісі ретінде ұғынады.

Үшінші, **дербестену (кісілікке өту)** сатысында – өсіп келе жатқан адамның серіктесі әлеуметтік рөлдер жүйесіндегі ересек адам болады: мұғалім, тәлімгер, шебер және т.б., осы адамдармен бірге жасөспірім әлеуметтік-мәдени тұрмыстың барлық саласындағы: ғылымдағы, өнердегі, діндегі, моральдағы, құқықтағы іс-әрекеттің ұғымдарын, қағидалары мен ережелерін игереді. Дәл осы сатыда адам өзін өмірбаянының әлеуетті авторы ретінде ұғынады, өзінің болашағына деген жеке жауапкершілікті қабылдайды. Бұл сатыдағы тұлғалық дамудың шарықтау сәті өзін-өзі дамытуға қабілетінің көрінуі болып табылады. Алайда оны жүзеге асырудың шектеулілігі адамның ересектікке анық ұмтылыстарына қарамастан, әлі де ішкі еркіндікке қол жеткізбеуімен, басқа адамдардан тәуелділіктен арыла алмауымен байланысты болады.

Төртінші, **даралану** сатысында – қоғамдық құндылықтар және идеалдар жүйесімен жанамаланған, онымен іс-әрекеттік қатынастарға түсетін адамзат (белгілі шектеулерде) жас адамның портреті ретінде болады. Қоғамдық қатынастар субъектісі ретіндегі адам дамуының осы сатысының мәнісін оның тұлғалық ұстанымының өлшемі бойынша қоғамдық «құндылықтарды мүліктендіруді» жеке-дараландыруы құрайды. Қоршаған адамдардың бағалауынан оқшаулану арқылы адам көбінесе өзінің еркінен тыс және қатысуынсыз қалыптасқан тұлғасына деген жауапкершілікті алады.

Соңғы бесінші, **әмбебаптану** сатысында - өзінің даралығының шегінен шығуды және бір мезетте «өзінің басқасы» ретіндегі тылсым адами құндылықтар кеңістігіне кірігуін білдіреді. Тұлға дінге сену-сенбеуіне қарамастан өзінің рухани табиғатының әмбебаптығын түсінгенде, әмбебаптық жағдаятты (оқиғаны) құрудағы бірге қатысушы Құдай-адамзат болып табылады.

Субъективті шынайылықтың дамуының кезеңденуінің жалпы көрінісі осындай. В.И.Слободчиковтың қорытындысынан *өзін-өзі дамыту үрдісі – адам болмысының мәндік формасы ретінде – өмірмен бірге басталып, соның ішінде өріс алады.* Бірақ адам, ұзақ жылдар бойы осы үрдісті жүзеге асыратын және бағыттаптын субъекті болмауы да мүмкін. Бұл рөлді өзіне ұзақ уақыт бойы және көбінесе индивид емес, ол өмір сүретін және өзара әрекеттесетін қауымдастық алады.

Автордың қорытындысы ішкі өмірдің құрылымы мен оның даму сатыларына біз неге баса көңіл бөлгенімізді көп жағдайда түсіндіреді. Істің мәні мынада, өзін-өзі дамыту бір адамға, жеке тұлғаға ғана қатысты әрдайым ішкі, құпия-сырлы үрдіс болса да, бізмезгілде бұл маңызды ересекпен бірлесе жүзеге асатын, объективті үрдіс. Өзін-өзі дамыту объективті үрдіс ретінде бүкіл өмір барысында іске асырылады. Басқа мәселе: адам өзін-өзі дамытудың бастамасын әрдайым өз қолына ала ма, оның толыққанды субъектісіне айнала ма? Келтірілген кезеңдендіруге сәйкес, адам жағымды жағдайларда бұл үрдіс дербестену (кісілікке өту) сатысында, жасөспірім өзін-өзі айқындауға, өзгертуге және жетілдіруге қызығушылық танытқан кезде жүзеге асады. Алдыңғы екі саты - жандану мен рухтануда – дайындық жұмыстары жүреді. Бала бастама көтере және белгілі бір нәтижелерге қол жеткізе отырып, өзінің тұлғасын әрдайым саналы түрде құрастырмайды. Жалпы қабылдаған үлгілерге еліктеп (тек жағымдыларына емес), ол дербестікке ие болады, өзіне жауапкершілікті артуды үйренеді, өзіндік айқындалу актісінде өз тұлғасын көрсетеді және оны таниды.

Өзін-өзі дамытудың бірлігі, «кірпіші» не болып табылады? Бұл бірлікке тұлғаның өзін-өзі құрастыру актісі жатады. **Өзін-өзі құрастыру** – бұл адам өміріне теңдес, нақты жағдаятта өзін-өзі құрастыру актілері арқылы жүзеге асатын үрдіс. Бұл үрдіс кәдімгідей күрделі, жалпы жоспарда оның мәні мынада. Адам өзіндік болжау механизмдері арқылы шынайы Мен моделін құрастыруға қабілетті, яғни өзін нақты жағдаймен шектелген, қолжетімді болашаққа жобалауға қабілетті. Бұл Мен моделі шынайы Мен моделіне айналады. Біз мұның қалай жүзеге асуының механизмдерін сипаттамаймыз (бұл жерде өте көп факторлар қатысады: «мен қандай едім?», «неге қол жеткіздім?», «қалай қобалжыдым?», «қазір мен қандаймын?»),

«өзімнің қандай болғанымды көргім келеді?» және т.б., оның үстіне бұл жұмыстың барлығы әрқашан сана деңгейінде өтпейді). Адам соңында өзін құрастыру стратегиясын таңдайтынын айта кету керек: өзін бұрынғы сапасында немесе жаңа сапада қайта жаңғыртады. Екеуі де жинақтала келіп, өзгертіліп, тұлғаны жаңа нұсқада құрайды. Сондықтан да, шындығында, тұлға әрқашан қозғалыста, өзін дамыту үрдісінде болады. Ал өзін-өзі дамытудың қандай сипатта болатынының жөні басқа: жағымды ма, әлде жағымсыз ба, прогрессивті ме, әлде регрессивті ме, жағымды немесе жағымсыз өзгерістер қаншалықты маңызды және тұрақты.

В.И.Слободчиковтың кезеңдендіруін пайдалана отырып, әр сатыдағы тұлғаның өзін-өзі дамыту бағыттарын да бөлуге болады. Мысалы, жандану сатысында ересек адамның бастамасы, эмоциялы-тұлғалық бірліктің ажырауына ересек адамдар қолданатын заттарды немесе балалар қолданатын, заттарды алмастырушы – ойыншықтардың есебінен қол жеткізуден тұрады. Бала болса өз кезегінде бірлестікті қайта құрастыру үшін бастама білдіреді, сондықтан, өз тұлғасын осы бағытта дамытады. Алайда бұрынғы қатынастарды қайта жаңғырту мүмкін болмайды, нәтижесінде бала заттарды ендіруді өзі талап етеді. Нәтижесі – «ересек-бала» бірлігінің бұзылуы, «бала – бірлескен әрекеттер заты – ересек» атты жаңа бірліктің пайда болуы. Рухтану сатысында ересектер балада өз тұлғасын ересектердің мінез-құлқының мәнді мазмұнына ұқсата отырып («Мен-өзім», «Мен үлкенмін», «Мен-әкем секілді») дербес бейнені құрастыруына бастама жасайды. Бұл қарама-қайшылық ересектердің мінез-құлқын бірлескен ойында қайталау жолымен шешіледі. Бала өз тұлғасын (өзін-өзі дамытады) ойын, бейнелеу, қарапайым еңбек әрекеттерінде құрастырады. Нәтижесінде ересектерге қиялында ұқсау жойылады. Дербестену (кісілікке өту) сатысында қоғамдық ересектің бастамасы әлеуметтік құндылықтарды, күтулерді ұсынудан тұрады. Жасөспірімнің бастамасы болса, өзін-өзі айқындау мәселелерін қоюдан көрінеді, ол әлеуметтік және тұлғалық міндеттерді шешу жолдарын берлесе іздестіруді талап етеді. Нәтижесінде тәуелділік қатынастары бұзылады, мүмкін болатын теңдік қатынастар құрастырылады.

Осылайша, әр жас сатысында тұлғаның өзін-өзі құрастыруының нақты актісі арқылы өзін-өзі дамытуы жас мөлшерлерінің міндеттерін шешуге мүмкіндік береді. Ол тіпті қалыптасқан жағдаяттар өзін-өзі дамытуының, өзінің өмірі мен тағдырының

толыққанды және тәуелсіз субъектісіне айналуына қаншалықты мүмкіндік беретіндігіне дейінгі міндеттерді де қамтиды. Айтылғандардың барлығы адамның өмір жолында өзін-өзі дамытуының мәселелерін талдауға мүмкіндік береді.

### 2.3 Өзін-өзі дамыту және тұлғаның өмірлік жолы

Өмірлік жол ұғымы бүгінгі психологияда өте кең қолданылады. *Өмірлік жол* – бұл адамның әрекет субъектісі ретіндегі жеке-даралық тарихы, ол шынайы кеңістік пен уақытта жүзеге асады және өмірлік жағдайларға байланысты оны субъектінің өзі айқындайды. Өмірлік жолдың ерекшелігі көптеген факторлармен: жыныс, жас, білім, адам өмір сүретін микроорта, нақты тарихи жағдайлардағы өмір салты, психологиялық ерекшеліктерімен және т.б. анықталады.

Өмірлік жолдың психологиялық талдауының бірлігі өмірбаяндық оқиғалар болып табылады: мінезінің түбегейлі қайта құрылуы, тұлғаның дамуы мен өзін-өзі дамыту қарқыны мен бағытының өзгерісі. Оқиға (оқиғалық қауымдастықпен шатастырмау керек) кездейсоқ және заңдылықты болуы мүмкін. Егер әрқайсысымыздан «Сіздің өміріңізді түбегейлі өзгерткен, өзіңізді басқаша сезінуге мәжбүрлеген оқиғаларды атай аласыз ба?», - деп сұраса, көбінесе сенімді жауап алынады. Сіз: «Иә, маған өте керемет адаммен жолығуым (немесе белгілі автордың әдеби шығармасын оқу немесе ауру, немесе жұмыс, немесе оқу және т.б.) қатты әсер етті...», - деп айтасыз. Біз айтқандай, оқиғалардың көпшілігі кездейсоқ сипатта болады, бірақ өзіміз мақсатты-бағытты, саналы жасайтын оқиғалар да аз емес, мысалы: белгілі бір мақсаттар қоямыз және қол жеткіземіз, қарым-қатынас жасау үшін серіктесті таңдаймыз, осы қарым-қатынас пен достықтағы кездесетін қиындықтарды болжаймыз, саналы түрде тәуекелге барамыз немесе қиындықтардан қашамыз.

Оқиға деген не? Бұл ұғымға С.Л.Рубинштейн неғұрлым толық анықтама берген. *Өмірдің оқиғалары* – ұзақ немесе қысқа уақыт аралығында қандай да бір шешімді қабылдау арқылы тіршілік қарекетінің келешегі айқындалатын индивидтің өмір жолының торапты сәттері және бетбұрысты кезеңдері. Бүгінгі психологияда оқиғалар жіктелімін талдап жасауға ұмтылыстар

жасалуда. Мәселен, психолог Н.А.Логонова мыналарды бөліп көрсетеді: ортаның оқиғалары; қоршаған ортадағы адам мінез-құлқының оқиғалары, ішкі өмір оқиғалары.

*Ортаның оқиғалары* көп жағдайда тұлғаға тәуелді емес және адам тағдырына түрлі сыртқы күштердің кірісуінің себебінен болады. Осыларға: соғысты, түрлі апаттық жағдайларды, жақын адамның көз жұмуын, жаңа қызметке тағайындалуды жатқызуға болады. Қоршағандардың нақты адамның өмірі мен іс-әрекетіне қатысты қылықтары оның дамуының жағдайларына, ал кейбір жағдайларда – оқиғаларына да айналады. Ортаның оқиғалары адамның өмірінің барысына өзгерістер енгізетінін, бірақ, ол үшін бір мағыналы болып табылмайтынын атап көрсету керек. Қандай да бір оқиғаның маңыздылығы болып жатқандарға қатысты тұлғаның ұстанымымен анықталады. Оқиғаның рөлі тағы да адам ішкі күштердің құрбанына айнала ма немесе өзінің жеке-даралығын сақтауда күресушіге айнала ма, сонымен де анықталады. Мысалы, адамды әділетсіз түрде бір нәрсеге кінәләді делік. Мұндай кінәләуді қабылдауға да болады, немесе өзін-өзі ақтап алуға да болады.

*Қоршаған ортадағы адам мінез-құлқының оқиғалары*, немесе әрекеттері қоршағандардың өмірінің жағдайлары болып табылады және де бір мезгілде тіршілік қарекеті субъектісінің өзінің даму жағдайларын қайта өзгертеді. Адамдар өмірде әртүрлі әрекеттер жасайды, бірақ тек олардың кейбіреулері ғана жаңа келешектерді (перспективаларды) (әрқашан жағымды бола бермейтін) ашатын оқиғалық сипатта болады. Әрекеттер әртүрлі болады: азаматтық; еңбектік; адамгершіліктік; өзін-өзі өзгертумен және өзін-өзі қалыптастырумен байланысты әрекеттер. Мысалы, темекі шегуді қою – көптеген адамдар үшін әрекет, дұшпанымен татуласу - бұл да әрекет.

*Ішкі өмірдің оқиғалары* адамның ішкі дүниесіне жатады және өзі өзінің жағымды құндылығын айқындайды. Ішкі өмір үшін не маңызды болуы мүмкін? Мұндай сәттер: өзін-өзі бекіту; сыртқы өмірде болған өзін-өзі дамытудағы жетістік. Өмірдегі жетістік - бұл өзін-өзі дамытудағы жетістік. Ішкі өмір оқиғаларына мыналарды жатқызуға болады: адамның жаңа қобалжулары, жаңа ойлары, өз тұлғасының жаңа қырларын ашуы, өзінде жаңа қабілеттерді байқауы, сонымен қатар, өзінде қандай да бір «қорқыныштыны» ашуы, ол өзіне деген оң қатынасын өзгертеді.

өзін-өзі қамшылау, өзін-өзі жойып жіберу бағытын өзектендіреді.

Бұл оқиғалардың үш тобы да өзара тығыз шырмалған және адамның өмірлік жолының ерекшелігін шарттайтын кешенді құрайды. Адамның осы оқиғаларға қатынасы оның қаншалықты өз өмірінің қожасы, өзін-өзі дамытуының субъектісі болып табылатындығын анықтайды. Өз кезегінде, өзін-өзі дамыту және өмірлік жол өзара тығыз байланысты және өзара шартталынған болады. Олардың қандай да бір ортақ және қандай да бір айрықша белгілері бар.

Біріншіден, өмірлік жол да, өзін-өзі дамыту да әрбір тұлғаның бірегейлік қайталанбастығын сипаттайтын, аса жеке-дара үдерістер.

Екіншіден, бірегейлігі мен жеке-дараланғандығына қарамастан, олар әрбір адамға объективті түрде берілген. Адам өзінің өмірлік жолынсыз, өзінің тұлғасын құрмай (дамымай) өмір сүре алмайды.

Үшіншіден, олар уақыт бойынша теңдес: адамның өмірлік жолы да, өзіндік санасы да туылғаннан басталады және өліммен аяқталады. Олардың айырмашылығы – өзара шартталуының түрлі дәрежесі, ол не өмір бойы немесе белгілі кезеңдерінде ғана іске асуы мүмкін.

Сөз, нақты өмірлік кезеңдерде өзін-өзі дамытудың қарқындылығы өмірлік жолдың бейнесін түбегейлі өзгертетіндігі; басқа жағдайларда өмірлік оқиғалардың өзі адамның дамытуын қарқындатады, не тежейді немесе оған қарама-қарсы бағыт беретіндігі туралы болып отыр. Көп нәрсе адамның қаншалықты және қашан өз өмірінің субъектісі және өзін-өзі дамыту субъектісіне айналуына байланысты. Егер де ол сондай болмай, ал субъектінің рөлін басқалар атқарса, онда өмірлік жолы кездейсоқтыққа ұшырайды, түрлі жағдайлардың тоғысуынан, адам өз өмірінің оқиғаларының ағымында «жүзе береді». Мұндай «жүзу» әрқашан да сәтсіз бола бермейтінін ескеру керек. Айқын анықталған өзін-өзі дамытуға талпыныс болмаса да, кейбір жағдайларға байланысты сәттілік болуы мүмкін. Кері жағдаяттар да болуы мүмкін. Адам өзіне не керек екенін жақсы біледі, өзін-өзі оң (қажетті) бағытта құрып, басқара алады, бірақ сыртқы жағдайлар аса сәтсіз қалыптасады, ал ол өзінің қайсарлығы мен ерлігінің, өзінің өмірлік ұстанымы мен философиясының арқасында өмір сүре береді. Дәл осыны нағыз тағдыр деп атайды, ол әр адамда

эрқашанда болады, кейде оның өз өмірінің авторы және өзін-өзі дамыту субъектісі болу – болмауына да қарамайды.

Дегенмен де, тіпті соңы бақытқа апаратын сыртқы жағдайларға бағынудан гөрі, өз өмірінің, өзін-өзі дамытуының авторы, субъектісі болу тұғыры (қолайсыз жағдайлар мен тағдыр тәлкегіне қарамастан) тәуірлеу деп есептеледі.

Өзін-өзі дамытуы сыртқы себептерге бағынатын адамға қарағанда, өз тұлғасын терең танудың негізінде, өзін-өзі дамытуға ұмтылатын адам, өзінің өмірлік жолын неғұрлым мақсатты-бағытты құрады және өзін көп мөлшерде жүзеге асырады (өмірлік қиындықтар мен кедергілерге қарамастан), үлкен сый-құрметке лайық болып, жоғары жетістіктерге жетеді. Мұндай адам жауапкершілікке қабілетті, тәуекелге бел байлау қажет болғанда, өзінің сәтсіздіктері үшін өзгелерді де, жағдайды да кінәләмейды. Ал бірінші, өзін-өзі дамытуы сыртқы себептерге бағынатын адамда барлығы сол сыртқы жағдайлармен (қолайлы да, қолайсыз да болуы мүмкін) анықталады, адам соларға тәуелді болуы, өзінің өмірлік жолын және сәтсіздікке ұшырағанда ішкі дүниесін құруда бастамашылдыққа қабілетсіз болуы мүмкін; ол торығып, өзін-өзі сыйлауы және өмірге икемделуі бірден төмендеп кетеді. Сондықтан, адамның өзін-өзі дамытуында ол толық мөлшерде өзін-өзі жүзеге асыра алуы және өмірде өзі неге арналса соны іске асыруы үшін, өз тағдырына қатысты лайықты тұғырды алуы үшін оған көмек беру керек. Бұл мәселе туралы келесі тарауда сөз қозғаймыз.

Сонымен адам қайталанбас, бірегей өзінің ішкі дүниесіне ие, ол әрбір тұлғада ерекше формада жүзеге асырылатын сыртқы әлемнің бейнесі. Бұл дүние кеңістіктік-уақыттық түрде ұйымдастырылған және бірегей мазмұны бар, оның негізін сезімдік бейнелер және ішкі сөйлеу ретіндегі ойлар құрайды. Адамның «Мені» ішкі дүниенің орталығы ретінде өзімен-өзі және шынайы немесе ойдан шығарылған серіктестермен диалогтар және монологтар жүргізеді, өз өмірі мен іс-әрекетін жоспарлайды, өзін-өзі таниды, армандайды, мәнділігі әртүрлі мақсаттар қояды.

Ішкі дүние немесе субъективті шынайылық жандану, рухтану, дербестену (кісілікке өту), даралану, әмбебаптану сағыларынан өтіп, дамиды және осы адамның өзін-өзі дамытуының мәні мен маңызын құрайды, ол басқа мәнді адамдармен және жақын мәнді адамдармен тығыз байланыста жүзеге асырылады.

Өзін-өзі дамытуды талдаудың бірлігі ретінде тұлғаның нақты уақыт сәтінде өзін жақсарту немесе жағдайын төмендетуіне байланысты өзін-өзі құруы. Жалпы жоспарда әрбір жас мөлшерінің тұлғаның өзін-өзі дамыту және өзін-өзі құруы бойынша арнайы міндеттері болады.

Өзін-өзі дамыту адамның тіршілік қарекеті барысында жүзеге асырылады және ол өзін-өзі дамыту субъектісіне айналатын белгілі бір кезеңдегі (көбінесе жасөспірімдік кезеңде) оның өмірлік жолымен тығыз байланысты және өзара шартталынған.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Адамның ішкі дүниесі дегеніміз не және оның мазмұны неден тұрады?
2. Ішкі кеңістік туралы ғылыми білімдерге (зерттеулерге) қатысты өз ойыңызды білдіріңіз.
3. Субъективті ішкі уақыттың адам үшін қаншалықты маңызы бар?
4. Ішкі дүниенің мазмұнына не жатады? Оның субъективті және әлеуметтік құрылымдық элементтерінің мәнін түсіндіріңіз.
5. Адамның ішкі өмірін сипаттайтын психикасының жеті күйін түсіндіріп беріңіз.
6. Даму неліктен субъективті шынайлықтың «іштей» қалыптасуы ретінде қарастырылады?
7. В.И.Слободчиков құрастырған субъективті шынайлықтың кезеңдерін атаңыз және қысқаша түсіндіріңіз.
8. Өзін-өзі құрастыру дегеніміз не?
9. «Өмірлік жол» ұғымының мәні неде?
10. «Өмірдің оқиғалары» дегеніміз не? Н.А.Логинова бойынша оның жіктелімі қандай?
11. Кейбір адамдардың өмірлік жолының кездейсоқтыққа ұшырауының себебі неде?
12. Өзін-өзі дамытуға ұмтылатын адам мен өзін-өзі дамытуы сыртқы себептерге бағынатын адамды салыстыра отырып, өмір жолындағы сипаттамаларын кестеге түсіріңіз.



### 3-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУ ҮРДІС РЕТІНДЕ. ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУДЫҢ ФОРМАЛАРЫ

Егер де өзін-өзі дамытуға адамның өмірлік іс-әрекетінің уақыты мен кеңістігінде жүзеге асырылатын арнайы үрдіс ретінде қарасак, онда оның көпмәнділігі мен көпжоспарлығын атау қажет. Мұнда, мысалы, өзін-өзі тану үрдісін сипаттайтын әрекеттердің бірізділігінен гөрі, өзін-өзі дамытуды сипаттайтын әрекеттердің бірізділігін айқын бөлу әлдеқайда күрделі. Бұл көптеген себептерге негізделген, олардың ішінде маңыздысы өзін-өзі дамытудың әртүрлі формаларының болуы. Өзін-өзі дамыту үрдісінің түрлі реңктерін анықтайтын терминдердің көп болуы кездейсоқ емес. Олар: өзін-өзі таныстыру, өзін-өзі көрсету, өзін-өзі таныту, өзін-өзі жетілдіру, өзін-өзі өзектендіру, өзін-өзі жүзеге асыру және т.б. Олардың барлығы құрама - алдыңғы «өзін-өзі» бөлігі – іс-әрекеттің иесі, бастамашысы адамның өзі екендігін көрсетеді, ал екіншісі – іс-әрекеттің өзгешелігін, арнайылығын: өзін көрсетуді, танытуды, жүзеге асыруды, жетілдірілуді сипаттайды. Сондықтан да өзін-өзі дамытудың мақсаттарын, мотивтерін, тәсілдері мен нәтижелерін өзін-өзі танудағыдай жай ғана талдау мүмкін емес. Мұның барлығын қандай да бір өзін-өзі дамыту формаларының аясында талдауға болады.

**Өзін-өзі дамытудың қандай формалары неғұрлым маңызды және қайсысы жиынтығында өзін-өзі дамытуды толық сипаттайды?** Оларға жататындары: *өзін-өзі таныту*, *өзін-өзі жетілдіру* және *өзін-өзі өзектендіру*. *Өзін-өзі таныту* тұлға ретінде өзін толықтай мәлімдеуіне мүмкіндік береді. *Өзін-өзі жетілдіру* қандай да бір идеалға жақындауға ұмтылысын көрсетеді. *Өзін-өзі өзектендіру* – өзінде нақты бір әлеуетті айқындау және оны өмірде қолдану. Аталған осы үш форма өзін көрсетуге және әртүрлі дәрежеде жүзеге асыруға мүмкіндік береді. Сондықтан да нақ осылар тұтастай өзін-өзі дамыту үрдісін пара-пар сипаттайды, мұнда қозғалыстың ішкі сәті тұлғаның өзін-өзі құруы болып табылады.

Көрсетілген өзін-өзі дамытудың формалары өзара тығыз байланысты. Алғашқысы, бір жағынан, өзін-өзі таныту болып табылады. Тұтастай өзін-өзі жетілдіру және өзін-өзі өзектендіру үшін, ең алдымен өзінің және өзгелердің көз алдында танылуы

қажет. Екінші жағынан, өзін-өзі жетілдіруші және өзін-өзі өзектендіруші тұлға дамудың осы кезеңдерінде, өзі қаншалықты өзін танытуды қажетсінуіне қарамастан, объективті түрде өзін-өзі танытушы болып табылады. Сонымен қатар, бастапқы өзін-өзі таныту актілері де өзін-өзі өзектендіру актілері болып табылады. Айтылғандарды есепке ала отырып, өзін-өзі дамыпудың мақсаттарын, мотивтерін, тәсілдері мен нәтижелерін өзін-өзі таныту, өзін-өзі жетілдіру, өзін-өзі өзектендіру формаларында талдаймыз.

### 3.1 Өзін-өзі таныту

Қазіргі ғылымда өзін-өзі таныту зерттеу мәселелерінің біріне айналып отыр. Оның философиялық, жалпыпсихологиялық аспектілерін қарастыруға, түрлі жас кезеңдеріндегі өзіндік ерекшеліктерін анықтауға, позитивті өзін-өзі танытуға арналған арнайы тренингтік сабақтарды құрастыруға талпыныстар жасалуда. Сонымен қатар, әсіресе, жеткіншектік кезеңде, ерте жастық шақта, тіпті одан кейінгі кезеңде де, өзін-өзі танытудың нашакорлық, спиртті ішімдіктер мен темекі тарту, құқық бұзушылық түріндегі жағымсыз сипат алуы ғалымдардың бұл мәселені зерттеуіне мұрындық болуда.

Сонымен қатар, ғалымдарды бұл мәселені зерттеуге «қамшылаған» әсіресе, жеткіншектік кезеңде, ерте жастық шақта, тіпті одан кейінгі кезеңде де, өзін-өзі танытудың нашакорлық, спиртті ішімдіктер мен темекі тарту, құқық бұзушылық түріндегі жағымсыз сипат алуы.

Сонымен, өзін-өзі таныту дегеніміз не? Термин өз құрылымында екі бөліктен тұрады: «өзін-өзі» - дербес, ешкімнің көмегінсіз және де «таныту» – өзіндегі нәрсені берік жасау. Сонымен *өзін-өзі таныту* – дербес түрде өзіндегі бір нәрсені немесе тұлғасын тұтастай, және де бұл сапаны ешбір жағдайлар да, басқа адамдар да, өзін танытып отырған субъект те өзгерте алмайтындай берік ету.

**Мысал.** Адам өзінің ақылдылығын бекіту үшін өз алдына күрделі интеллектілік міндеттерді қояды, оларды шеше отырып, ол өзінің ақылды екендігіне сенеді. Жасөспірім өзінің ересектік сезімін бекіту үшін, темекі шеге бастайды және т.б. балаларға жасауға болмайтын әрекеттерді істей бастайды.

Егерде ғылыми анықтама беретін болсақ, ол келесідей болады. *Өзін-өзі таныту* – бұл өзін-өзі дамыту шеңберінде тұлғаның белгілі бір сапаларын, мінез қырларын, тәртібі мен әрекет амалдарын табу және бекіту бойынша ерекше іс-әрекеті.

Осы іс-әрекеттің негізінде өзін-өзі танытуға деген қажеттілік жатыр, ол өзге де тірі әлем өкілдерімен алғашқы бәсекелестік қажеттіліктерінен жинақталады. Адамда ол үш түрлі мстивтер формасында болады: барлығымен бірдей болу, басқалардан жақсы болу, жағымсыз түрде – бәрінен жаман болу. Алғашқы екеуі өзін-өзі танытуды, соңғысы – өзін-өзі мойындамауды сипаттайды. Алдында айтып кеткендей, өзін-өзі таныту мотивтері басқа мотивтермен де тығыз байланысты: өзін-өзі танумен, өзін-өзі жетілдірумен, өзін-өзі өзектендірумен.

**Өзін-өзі танытудың мақсаттары** әртүрлі болуы мүмкін. Өзін-өзі таныту аясының ерекшеліктері, мотивтері, қажеттіліктеріне байланысты олар өзгермелі болады. Бір адам үшін мақсат – сенімділікті игеру, басқа үшін – өзінің өзгелерден кем еместігін дәлелдеу, үшіншілері үшін – ешнәрсеге қарамастан өзінің үстемдігін, ерекшелігін сезіну, демек басқаларды басқаруға қуатты екенін бекіту.

**Өзін-өзі танытудың тәсілдері** де көп түрлі. Олар өзін-өзі танытудың түрлері мен таңдалған аясына байланысты. Өзін-өзі танытудың аясына тұлға үшін мәндіге айналған барлық өмірлік іс-әрекеттерінің (тіршілік қарекетінің) тәжірибесі жатады. Біреулер үшін ол жұмыс немесе оқу; ал біреулер үшін, ол – спорт, өнер, ғылым; енді біреулер үшін -құқық бұзушылық әрекеттер. Сондай-ақ, адам кімнің алдында өзін танытатындығы де маңызды рөл атқарады: өзінің алдында ма немесе жақын және өзіне мәнді адамдар алдында ма, немесе таныс емес адамдар алдында ма, және т.б. Сонымен қатар барлық тәсілдерді өзін-өзі таныту және өзін-өзі мойындамаудың жетекші мотивіне байланысты топтастыруға болады. «Барлық адамдармен бірдей болу» мотиві басқа адамдар істегенді істеу, нақты топтың күтулерінің шегінен шықпау, өз бетімен әрекет жасамау тәсілдерін анықтайды. Егер де біреуге күлу, мазақтау керек болса, онда тұлға басқалар сияқты, ол да күліп, мазақтайтынын көрсетіп дәлелдейді. Егер де жақсы әрекеттер жасап, оны көрсету керек болса, ол дәл солай жасайды. Егер де топта интеллект мәнділікке ие болса, онда интеллектіні көрсету өзін-өзі танытудың тәсілі болуы мүмкін. Бұл жерде кез-

келген жағдайда топқа тәуелділік, бағынушылық, яғни конформизм механизмдері жұмыс жасайды. «Басқалардан жақсы болу» мотиві көшбасшылық ұстанымын иелену, ақыл-ойды, жігерді, тапқырлықты таныту сияқты тәсілдерді тудырады. «Барлығынан да жаман болу» мотиві тұлғаның өзін-өзі мойындамауына алып келеді, ол өзін басқалардың назар аударуына лайықты емес деп санайды, талантты емес, өзін бәрінен жаман деп есептейді. Мұндай ұстаным белгілі ұтыстар да береді, адамды аяй бастайды, оған қандай да бір жеңілдіктер жасайды, ал ол осы уақыттарда осындай өзін-өзі кемсіту арқылы өзін-өзі танытады.

**Өзін-өзі таныту нәтижелері** адамға өзінің керек, пайдалы екендігі сезімін тудырады, оның көз алдында өз өмірінің және іс-әрекетінің мәнін ақтайды: «мен басқалардан кем емеспін» бағдары іске қосыла бастайды немесе кез келген әрекеттер мен қылықтарды жеңе алатын «артықшылығын», өзіндік ерекшелігін сезіне бастайды. Адам өзін-өзі мойындамаған жағдайда өзін қажетсіз, төмен сезінеді, дегенмен оның да өзіндік артықшылықтары болады.

Бірақ адам өзін-өзі жетілдіру және өзін-өзі өзектендіруде неғұрлым маңызды мақсаттар қойғанда, өзін-өзі танытудың жоғары аясы болуы да мүмкін. Бұл жағдайда, өзінің әлеуетін толықтай жоғалтпаса да, өзін-өзі танытуға жеке қажеттілігі екінші жоспарға ығысады. Ал өзін-өзі таныту тұлғаның өзін қалай танытатынына ғана емес, оның жақсы жақтарын мойындай отырып, өзгелер қалай танытатынына тәуелді объективті үрдіске айналады.

### 3.2 Өзін-өзі жетілдіру

*Өзін-өзі жетілдіру* – бұл өзін-өзі дамытудың неғұрлым пара-пар түрі. Ол адамның өзі жақсы болуға, қандай да бір идеалға ұмтылуын, тұлғаның әлі өзінде жоқ кейбір қасиеттер мен сапаларды табуын, бұрын өзі жасай алмаған іс-әрекет түрлерін меңгеруін білдіреді. Басқаша айтқанда, *өзін-өзі жетілдіру* – өзінің сапалары мен қабілеттерін, тұлғасының дамуын саналы басқару үрдісі. Әдеттегідей, идеал қолжетімсіз және әр адамның түсінігінде әртүрлі болса да, дамуға деген беталыс өмірге мағына береді, оны толықтырады, нақтылық және тұрақтылықпен толтырады.

Өзін-өзі жетілдіру әртүрлі жолдармен жүруі мүмкін: бір жағдайда - әлеуметтік мәнді қасиеттер мен сапаларды игеру; екінші жағдайда - өмірдің және іс-әрекеттің жағымсыз тәсілдерін игеру. Тұлғаның кәсіби құзыреттілігін игеру мақсатында өзін-өзі жетілдіруі бір басқа, ұрлау шеберлігін немесе адамдарды алдап-арбау тәсілін игеруі бір басқа. Өзін-өзі жетілдіруге кері үрдіс болуы да мүмкін, ол *өзін-өзі күйрету* деп аталады. Бұл жағдайда әртүрлі себептерге байланысты адам өз тұлғасын жақсартуға, идеалға қол жеткізуге емес, керісінше, кері кетуге және құлдырауға, бұрын өз бойында болған тұлғалық қасиеттер мен сапаларды жоғалтуына алып келетіндерге арнайы күш жұмсайды.

Бұл жерде біз өзін-өзі жетілдірудің позитивті (оң) аспектілеріне назар аударамыз, ол *тұлғалық өсу* деп аталады. Қазіргі психологиялық әдебиеттерде тұлға өсуінің мақсаттарын, ерекшеліктерін сипаттайтын кейде қиялға қонғысыз да көптеген тұжырымдамалар бар.

Парапсихологияда, эзотерикада (эзотерика – құпия, тылсым білімдер) тұлғалық өсу рухани тәжірибе, сананың аса маңызды білімдер арқылы кеңеюі деп қарастырылады. Құралдар ретінде парапсихологиялық қасиеттерді оятатын арнайы техникалар қолданылады: көріпкелдік, телепатия, телекинез және т.б.

Психоанализде бұл дербестенуге (кісілікке өтуге) немесе өзін-өзі дамытуға беталыс. Ол үлкен еркіндікке қарай жылжу ретінде түсіндіріледі (К.Юнг); тұлғалық артықшылыққа ие болу мақсатында өзіне орталықтанудан, кемелденуге қарай жылжу ретінде түсінілетін ортаны сындарлы игеруге қарай жылжу (А.Адлер). Гештальттерапияда – ортаға тіректелуден өзіне және өзін-өзі реттеуге тіректелуге өту (Ф.Перлз). Гуманистік психологияда тұлғалық өсу неғұрлым дербестікті, тұлғаның тәуелсіздігін, психологиялық денсаулық және кемелділікке ұмтылуды (К.Роджерс) немесе неғұрлым жоғары қажеттіліктерді бірге-бірге қанағаттандыруды білдіреді (А.Маслоу).

Егер, өзіміз қабылдаған талдау кескінін пайдалана отырып, осы тұрғыларды жинақтап қорытуға тырыссақ, онда өзін-өзі жетілдіруге, тұлғалық өсуге ұмтылудың негізінде өзін-өзі жетілдіру мотивтері, тұлғалық өсу мотивтері қалыптасатын сәйкесті қажеттіліктер жататынын атап өту керек. Басқаша айтқанда, осы өмірде өзін толыққанды жүзеге асыру үшін,

және сол арқылы, өзін-өзі дамытудың жоғарғы түрі – өзін-өзі өзектедіруге тән болып табылатын, өзінің өмір сүруінің мәні мен өмірдің мәнін түсіну және табу үшін өзін-өзі жетілдіру қажет.

**Өзін-өзі жетілдірудің мақсаттары** ретінде тек қана өзін-өзі танытудың мақсаттары – өзгелерден кем болмау, өзгелерден артық болу емес, өзінің бұрынғысынан да жақсы болуы, өзінің жеткек жетістіктерінен артығырақ нәтижелерге жету мақсаттары көрінеді.

**Өзін-өзі жетілдірудің тәсілдері** де көп. Олар іс-әрекеттің көптеген түрлерінде анықталуы мүмкін. Мысалы, жаңа білімдерді, іс-әрекеттің жаңа түрлерін игере отырып, тұлға өзінің дамуында бір саты жоғары көтеріледі. Нақты мақсат қоя отырып – өзгелермен жанжалдаспау – оған қол жеткізе отырып, ол тағы да жаңа деңгейге көтеріледі. Зиянды әдеттерден бас тарта отырып, ол өзінің дамуында тағы бір қадам жасайды. Бұл тізімд одан әрі жалғастыра беруге болады. Осыларды қалай істеуге болады? Өзін-өзі жетілдіру құралдары ретінде өзін-өзі тәрбиелеудің құралдары көрінеді. Оларға: өзімен-өзі жарысу, өзіне міндеттемелер алу, өзіне-өзі бұйрық беру және т.б. жатады. Оларды өзін-өзі тәрбиелеу мәдениетіне тоқталғанда толығырақ қарасатырамыз.

**Өзін-өзі жетілдірудің нәтижелеріне** ең алдымен: өз-өзіне, өзінің жетістіктеріне, өзінің талаптарын орындауына қанағаттану; өміріне, қызметіне, айналасындағы адамдармен қатынасына қанағаттану жатады.

### 3.3 Өзін-өзі өзектендіру

Өзін-өзі өзектендіру өзін-өзі дамытудың жоғары түрі және де алдыңғы екі форманы, әсіресе өзін-өзі жетілдіру формасын қамтиды, әрі олардың мақсаттары мен мотивтері ортақ болып келеді. Бастапқы формалардан өзін-өзі өзектендірудің ерекшелігі, бұл жерде адамның мінез-құлқы мен өмірінің жоғары мәнді мотивтері өзектендірілуінде болады. Өзін-өзі өзектендіру теориясының авторы А.Маслоудың анықтамасына сәйкес, өзін-өзі өзектендіру – бұл адамның кім болуға қабілеті болса, солай бола алу іскерлігі, яғни ол өз миссиясын (өмірге не үшін келгендігі) – өзінің жоғарғы қажеттіліктеріне: Шындық, Сұлулық,

Мүлтіксіздік, және т.б. сәйкес өзінде бар мүмкіндіктерін іске асыруы. А.Маслоу бойынша, өзін-өзі өзектендіруге қажеттілік, адам қажеттіліктерінің шыңы және де басқа төмен қажеттіліктер іске аспайынша, ол туындамайды және жүзеге асырылмайды.

Сонымен, өзін-өзі өзектендіру қажеттілігінің негізінде, адамның өмір сүруінің жоғарғы мәнін іске асыруға бағыттайтын мотивтер туындайды. Гуманистік психологияның басқа бір өкілі – В.Франклдің көрсетуінше, адамға өмірдің мәндері о - бастан берілмейді, оларды арнайы түрде іздестіру қажет. Оның пікірінше, мәнді іздестірудің үш неғұрлым ортақ жолдары бар: өмірде біздің жасайтынымыз (шығармашылық, жасампаздық); әлемнен біздің алатынымыз (қобалжулар); біз өзгерте алмайтын тағдырға деген ұстанымдарымыз, Соған сәйкес құндылықтардың да үш түрі анықталады: жасампаздық, қобалжулар және қатынастар. Өмірлік мәнді сұрақ қоятын адам немесе жағдаят анықтайды. В.Франкл мәндерді іздестіру тәсілін ар-ұждан деп атайды. *Ар-ұждан* – берілген нақты жағдаяттың жалғыз мағынасын көкейкөзбен (интуитивті) табу. *Өмірдің мәні* рахаттануды іздестіру, бақытқа ұмтылуда емес, жасампаздық, қобалжулар және қатынастар сияқты құндылықтарды түсінуде және жүзеге асыруда.

Өзін-өзі өзектендіру қажеттілігінің негізінде тұтастай өз өмірінің мәнін іздестіру мотивтері туындайды. Осы мотивтер өзін-өзі дамытудың айрықша түрі өзін-өзі өзектендіруді анықтайды. Өзін-өзі өзектендірудің **мақсаты** уақыттың кішкене бөлігіндегі (шын мәнінде ол торығуды тудыруы қажет) өмірді толығымен сезінуге қол жеткізуден тұрады. Бірақ, адам көбінесе торықпайды, ол өзінің қолынан келгенінше өмір сүреді де, ал егер толығымен өмір сүретін болса, яғни өзін-өзі өзектендірсе, онда ол өзіне және өзінің өміріне деген жоғары деңгейдегі қанағаттануды сезінеді. Соңына дейін белсенділік танытуға, жетістіктеріне және қандай да бір нәрсені жасай алғанына қуануға қабілетті болады.

Әрине, өткен жағдаяттардағы сияқты, кері беталыс та болады – өзінің өмірге не үшін келгендігіне ұмтылмау. Міне, осы жерде көп түрлі қорғаныстар, өзін-өзі алдау, өзінің алдындағы жалғандықтар пайда болып, нәтижесінде – үмітсіздік туындайды (үмітсіздікті Э.Эриксон өзінің жас кезеңдерінде керемет көрсеткен).

Сонымен, өзін-өзі өзектендіру үдерісінде адам болмысының екі жолы тығыз түйіседі – өзін-өзі тану және өзін-өзі дамыту. Бар мүмкіндігінше өзін-өзі тану дегеніміз – өз талантын, қабілетін, мүмкіндіктерін толығымен іске асыруға қабілеттілік ретіндегі өзін-өзі өзектендіру үшін негізге ие болу деген сөз. Өзіндік өзектендірілу – өмірдің мәніне ие болу, өзін жүзеге асыру, өмірге не үшін келгендігін орындау, нәтижесінде өмірдің және өмір сүрудің толықтығын сезіну.

**Өзін-өзі өзектендірудің амалдары** қандай? А. Маслоу өзін-өзі өзектендіруге алып келетін мінез-құлықтың сегіз жолын (амалын) бөліп көрсетеді:

- толығымен жұмылдырылған және көңіл аударылған бейнелі және риясыз қобалжулар; дәл осы өзін-өзі өзектендіру сәтінде индивид тұтастай және толықтай адам болып табылды; бұл Меннің өзін жүзеге асыратын сәті;

- өмір – әрқашан алға ұмтылуды немесе кері шегінуді таңдау үдерісі; өзін-өзі өзектендіру – бұл үздіксіз үдеріс, онда көп қайталанатын жеке таңдаулар ұсынылады: алдау немесе шындықты айту, ұрлау немесе ұрламау және т.б.; өзін-өзі өзектендіру өсу мүмкіндіктерін таңдауды білдіреді;

- адамның өзіне-өзі құлақ аса білу қабілеті, яғни өзгенің пікірін емес, өз тәжірибесіне бағдарлануы, «импульс даусына құлақ түре білуі»;

- адал болу қабілеттілігі, өзіне жауапкершілікті ала білу іскерлігі. А.Маслоу атап өткендей, «адам өзіне жауапкершілік алған сайын, ол өзін-өзі өзектендіреді»;

- тәуелсіз бола білу қабілеті, басқалардан тәуелсіз ұстанымдарын қорғап қалуға дайын болу;

- тек қана соңғы күй емес, сонымен қатар, өз мүмкіндіктерін өзектендіру үдерісінің өзі;

- шыңына жеткен жоғары қобалжулар, аса шабыттылық сәттерін сатып алуға болмайды және оларға кепілдік берілмейді, оларды іздестіру де мүмкін емес;

- өзінің психикалық ауытқуларын әшкерелей білу қабілеті – өз қорғаныстарын айқындай білуі және содан соң оларды жеңуге өзінен күш-жігер таба білуі.

А.Маслоу өз жұмыстарында өзін-өзі өзектендіруге қабілеттілікке ие болу үшін адамдарға көмек көрсетудің жолдарын да нұсқайды. Оның ойынша, шын мәніндегі үйретудің міндеті – мүмкіндігінше жақсы адам болу.



*Өзін-өзі өзектендірудің нәтижелері* туралы айтатын болсақ, онда олар жоғарыда айтқандардың бәрінен айқындалатыны анық. Ең маңызды нәтиже – өмірдің мәнділігін, өз болмысыңның толықтығын сезіну, жекелеген ағаттықтар мен қателіктерге қарамастан, бәрін дұрыс жасағаныңды сезіну, басқалардың сенің бірегей даралығың мен бірмезгілде әмбебаптығыңды танып, сені тұлға ретінде мойындауы. Міне, сол үшін, өмір сүруге, жаңаны ойлап табуға, өзін-өзі жетілдіруге, өзін-өзі өзектендіруге болады.

Осылайша, біздің көрсеткіміз келгені – өзін-өзі дамыту – бұл күрделі, бір бағытта ғана жүрмейтін, көпжоспарлы үдеріс екендігі, ол адамдар өндірген жоғары үлгілер мен идеалдарға сәйкестігіне көзқарас бойынша, жағымды бағытта да және жағымсыз бағытта да жүре алады. Үрдіс ретінде оның өзін-өзі дамыту формаларымен анықталатын мақсаттары, мотивтері, амалдары, нәтижелері бар.

Тарауды адамның өз тағдырына қатысты өзін-өзі дамытуының мәнін анық бейнелеп берген В. Франклдың сөзімен аяқтайтын болсақ: «Тағдырды өзгерте алмайсың, әйтпесе ол тағдыр болмас еді. Адам өзін өзгерте алады, әйтпесе ол адам болмас еді. Өзін-өзі қалыптастыру және қайта қалыптастыру – адам болып өмір сүрудің ерекше сыйы».

Өзін-өзі дамытуды үдеріс ретінде сипаттай отырып, енді адамға өзін-өзі танытуға, өзін-өзі жетілдіруге, өзін-өзі өзектендіруге, яғни өзін-өзі дамытуға мүмкіндік беретін психологиялық механизмдер мәселесіне тоқталайық. Мұндай механизмдерге өзін-өзі қабылдау мен өзін-өзі болжау жатады.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Өзін-өзі дамытудың формаларын атаңыз және мәндерін ашыңыз.
2. Өзін-өзі танытудың бүгінгі ғылымда зерттеу мәселесіне айналуының себебі неде?
3. «Өзін-өзі таныту» терминінің мәні неде?
4. Өзін-өзі танытудың жағымды және жағымсыз бағыттардағы мотивтері мен мақсаттарының, тәсілдері мен нәтижелерінің жинақталған кестесін немесе сызбасын құрастырыңыз.
5. Өзін-өзі жетілдіру дегеніміз не? Ол қандай жолдармен жүреді?

6. Шетелдік танымал психологиялық бағыттар бойынша өзін-өзі жетілдірудің мәні неде?

7. Өзін-өзі жетілдірудің мақсаттарының, тәсілдерінің және нәтижелерінің ерекшеліктері неде?

8. Өзін-өзі өзектендірудің мәнін түсіндіріңіз. Өзін-өзі өзектендірудегі мақсат не?

9. А. Маслоу бойынша өзін-өзі өзектендірудің амалдары қандай?

10. Өзін-өзі өзектендірудің ең маңызды нәтижелерін атаңыз.

#### **4-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ҚАБЫЛДАУ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ БОЛЖАУ ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУДЫҢ МЕХАНИЗМДЕРІ РЕТІНДЕ**

Біз өзін-өзі танудың механизмдерін айтқан кезімізде сәйкестендірілу өзіндегі бір нәрсемен теңдестірілуге мүмкіндік беретінін, ал рефлексия –шеттеп, өзіңнен сырттай бақылауға мүмкіндік беретінін атап айтқанбыз. Өзін-өзі дамыту механизмдерін талдау жағдайында олар әртүрлі уақыт аралығындағы өзіне қатыстылық қағидаларымен айқындалады. Оның үстіне өзін-өзі болжау адамның өзін және өзінің жеке тұлғалық сапаларының дәрежесіне, деңгейіне және өзін-өзі қабылдау ерекшеліктеріне тәуелді болып табылады.

Сондықтан I-тарауда айтылған нәрсені тағы да қайталап өтейік: өзін-өзі қабылдау бірмезгілде өзін-өзі тану және өзін-өзі дамыту актісі болып табылады. Егер өзін-өзі тану актісінде өзін-өзі қабылдау өзіндік сана жұмысының соңғы бөлімдерінің бірі ретінде болса, ал тұлғаның өзін-өзі әрі қарай дамытуымен байланысты өзін-өзі құруында, ол алдағы уақытта өзін-өзі таныту, өзін-өзі жетілдіру және өзін-өзі өзектендірудің беталысын анықтайтын өзін-өзі реттестіру жұмысын іске қосушы бастапқы бөлім ретінде болады. Бұл механизмдерді рет-ретімен қарастырайық.

## 4.1 Тұлғаның өзін-өзі қабылдауы

Өзін-өзі қабылдау мәселесі туралы біз I-тарауда көп айтқан болатынбыз. Бұл жерде айтылғандарды қысқаша ғана еске түсіреміз және өзін-өзі дамыту механизмі ретіндегі өзін-өзі қабылдау туралы біздің түсінігімізді кеңейтетін кейбір жаңа түсініктер енгіземіз. *Өзін-өзі қабылдау* – бұл өз тұлғасының барлық жеке аспектілеріне де, тұтастай тұлғасына да құқығын мойындау. Күшті жақтар сияқты әлсіз жақтар да, жағымды жақтар сияқты жағымсыз жақтар да – олардың барлығы (бұл әлсіз жақтар мен келеңсіз белгілер бізде қандай да бір жағымсыз эмоциялар мен қобалжуларды тудырса да) бойымызда болуға, қызмет жасауға бірдей құқылы.

Психологияда көптен бері белгілі және дәлелденген дерек: адам неғұрлым өзін, өзінің қасиеттерін (тіпті жағымсыз қасиеттерін де) қабылдай алатын болса, соғұрлым ол үйлесімді тұлға болады, соғұрлым өзін-өзі қарыштап дамытуға қабілетті болады.

Алайда мәселе адамның өзіндегі қандай да нәрсені қабылдай алмайтынында емес, ол тек соған қажетті қабілеттілігінің болмауынан, соны істей алмайтынында. Ол қабілеттіліктер, өз кезегінде, қалыптасқан ұстанымдарға байланысты болады; өзіндегі көп нәрсені ол тек таба алмайды, психологияның заңы бойынша қабылданбағандар бейсана аймағына, Көлеңке аймағына ығыстырылады да, ол көрінбейді немесе табылмайды. Басқа жағдаяттарда адамдар өзінде қандай да бір ерекшеліктерді, сипаттамаларды ашуға қабілетті. Бірақ олар жағымды эмоциялар тудырмағандықтан, олармен «күрес» жарияланады, өзін әуреге салып, кейде қанағаттанбаушылық туғызатындармен күресу, жою жолдары таңдалады.

Өзін-өзі дамыту механизмі ретіндегі өзін-өзі қабылдаудың қарастырылып отырған мәселесінің мәнмәтінінде келесі сұрақтар топтамасы ерекше өзекті болады.

*Біріншіден*, мыналарды анықтап алу маңызды: *адам өзіндегі не нәрсені сөзсіз қабылдайды, мойындайды және оған оң көзімен қарайды (жағымды қатынаста болады); ал өзіндегі нені жағымсыз қобалжулар тудыратын келеңсіз нәрсе деп түсінеді (кейбір қасиеттер немесе сапалар қабылданбайды және оларды жою үшін күресу басталады); өзіндегі түсінбегендерін өзі үшін*

кажет емес деп бейсанаға ығыстыратындықтан, олар қабылдана алмайды.

*Екіншіден*, «Мен жаманмын» деген ұстанымның салдарынан, өзін толық қабылдамау ретінде *адамда өзіне өзінің жағымсыз бағалауы қалыптасатын* жағдай ерекше талқылауды талап етеді. Өзіне және өзгелерге әртүрлі қатынастағы жағдаяттарды америкалық ғалым Э.Берн сипаттаған. Ол индивидтің әртүрлі өмірлік ұстанымдарын бөліп көрсетеді: «Мен жақсымын – сен жамансың», «Мен жақсымын – сен де жақсысың», «Мен жаманмын – сен жақсысың», «Мен жаманмын – сен де жамансың». Соңғы екі жағдайда «Мен жаманмын» ұстанымы басымдық жасайды. Алайда соңғы жағдайда ол жалпы әлемге деген теріс (жағымсыз) көзқарасты сипаттайды: «Барлығы жаман, оның ішінде мен де». Бұл ұстаным – өзін-өзі жою және бір мезгілде, жағымды қасиеттері бар деп қабылдайтындарға және бағалайтындарға қызғаныш сезімін білдіреді.

Мұндай өзін қабылдамаушылық қапалануға және сарыуайымшылдыққа салынуға әкеледі, өзіне қол жұмсау туралы ойларға немесе керісінше, өзі үшін қандай да бір материалдық игіліктер мен артықшылықтарды көксеуге (яғни басқаларды өз мүддесіне пайдалану) әкеледі.

*Үшіншіден*, аса маңызды сұрақ: *қандай да бір тұлғалық қасиеттер мен сапаларды әр адам неге әртүрлі қабылдайды немесе қабылдамайды?* Мұның жауабы әрі күрделі, әрі қарапайым.

**Мысалы:** Бір адам мейірімділікті – өзінің күшті жағы деп санайды және оны толығымен қабылдайды. Басқа адам, керісінше, басқаларға мейірімділікпен қарауды өзінің жағымсыз сипаттамасы деп есептейді де, одан құтылуды қалайды. Мәселе – тұлғаның түрлі бастапқы ұстанымдарында және оның басқа адамдармен өзара әрекеттесуі барысындағы әртүрлі тәжірибесінде. Мейірімділік – негізінен жағымды қасиет ретінде қабылданады, егер де ол риясыз көмек ретінде болса; Ал егер де айналадағылар тарапынан «марапаттау» күтілетін болса, оны индивид ала алмаса, онда ол, әрине, өз мейірімділігін теріс қасиет деп санап, одан құтылуға ұмтылады. Мейірімділікпен күресуге бола ма? Көптеген адамдар, «ол жөнсіз» деп жауап қайтаруы мүмкін. Бірақ күресетіндер де бар ғой.

Өзін-өзі қабылдау механизмі өзін-өзі дамытуда қалай қызмет атқарады, оны басқа механизм – өзін-өзін болжауды сипаттай отырып түсінеміз.

## 4.2 Тұлғаның өзін-өзі болжауы

Адамның іргелі қабілеттіліктерінің бірі болжаушылығы болып табылады. Шындығында, күнделікті және сағат сайын адамдарға оқиғалардың дамуын алдын-ала көруге, яғни болжауға, нәтижелерді алдын-ала (күн ілгері) айтуға тура келеді, онсыз өмірді, іс-әрекетті және жалпы осымен байланыстыларды жоспарлау мүмкін болмас еді. Психологияда болжаушылықты әдетте болашақты алдын-ала көре білу, күн ілгері сезу, алдын-ала айту деп түсінеді. Мұндай болжам әрқашанда мүмкіншілік сипатында болады. Бұл түсінікті де – қандай да бір оқиғаны дәл және бір мағынада алдын-ала көру және айту өте күделі және қиын.

Көбінесе адамдар қандай да бір оқиғалардың дамуын, басқа адамдардың мінез-құлқын болжайды, мысалы: педагог міндетті түрде баланың тәрбиелілігі мен білімділігінің деңгейінен көрінетін өз еңбегінің нәтижесін болжайды. Тұлға өзін болжаудың орталығына қойып, өзінің жеке іс-әрекетінің нәтижесін ғана емес, сонымен қатар өзін де жаңа немесе жаңартылған сапада көрген кезде, біз өзін-өзі болжауды көреміз. Демек, *өзін-өзі болжау* – алдағы іс-әрекет пен өзін-өзі дамыту мәселелерін шешумен байланысты, ішкі және сыртқы өмірдегі оқиғаларды алдын-ала көре білу қабілеті. Өзін-өзі болжау өзін-өзі танумен ұштастырылғанда тұлғалық дамудың келешегін анықтауға, Меннің сол бір мінсіз бейнесін, тұлға жақын немесе неғұрлым алыс уақытқа бағдарлана ұмтылатын талаптар жүйесін бөліп қарастыруға мүмкіндік береді.

Тұлғаның өзін-өзі дамыту механизмі ретіндегі өзін-өзі болжаудың кейбір сипаттамаларына тоқталайық. Оларға төмендегілерді жатқызуға болады.

Өзін-өзі болжаудың *мазмұны мен бағыттылығы* үш тұғырдан қарастырылуы мүмкін: 1) өмірлік жолдың нақты бір оқиғаларына бағдарлану (ішкі өмірдің, ортаның оқиғалары, әрекеттері); 2) өзін-өзі болжаудың ортаның оқиғаларын және солардағы өзін, өзінің әрекеттерін, ішкі өмір оқиғаларын күн ілгері көруге бағытталуы; 3) өзін өмірлік жолының түрлі кезеңдерінде, келешекте өзінің сапаларының дамуы туралы түсініктерін құруға бағытталған іс-әрекетті игеруінің түрлі кезеңдерінде елестете білумен байланысты өзін-өзі болжау.

Өзін-өзі болжаудың мазмұны бойынша танымдық (когнитивтік) және бейнелік компоненттерін бөліп қарастырады: адам өзін болашақта дәлме-дәл «көре алуы» (бейнені сурет ретінде), немесе өзі туралы пайымдауы мүмкін. Олардың әрқайсысына анықтық пен ұғынықтылықтың түрлі өлшемі тағылады.

Өзін-өзі болжаудың *нақтылығы* – *нақты еместігі*. Бұл өлшем тұлғаның болашақтағы өзі туралы елестерінің немесе пікірлерінің анықтығын білдіреді. Өзін-өзі болжаудың нақтылығының дәрежесін бағалауда олардың шынайылығын, дәйектілігін, дәлелділігін талдау маңызды.

Өзін-өзі болжаудың *орнықтылығы* болашақтағы өзінің бейнесіне қайта-қайта оралу жиілігімен анықталады. Орнықты өзін-өзі болжау біртіндеп тұлғаның келешектегі дамуына айналады.

Өзін-өзі болжаудың уақыттық сипаттамалары психологиялық уақыттың жүзеге асырылу өлшемі ретіндегі психологиялық жас мөлшерімен анықталады: 18 жаста: «Мен 18-демін, ал мен әлі ештеңе жасамадым» – деуге болады, ал 50 жаста: «Менің жасым әлі 50-де, менің өмірім әлі алда, сондықтан асықпауыма да болады» деп сенімді айтуға болады. Уақыт белдігінде көптеген болжауларды бөліп қарастырады.

Тәжірибелік көзқарас тұрғысынан өзін-өзі болжаудың үш тобын пайдалануға болады: *жағдаяттық* (мысалы, біздің әрқайсысымыз өз мүмкіндіктеріміз бен қалыптасқан жағдаятка байланысты жақын болашақтағы әрекетімізді болжай аламыз); *перспективалық (келешектік)* – біраз уақыт өткеннен кейін, мәселен бір жыл өткеннен кейін өз жетістіктерімізді, іс-әрекеттеріміздің нәтижелерін болжау; *өмірлік-мақсаттық* – өзін-өзі жетілдіру және өзін-өзі жүзеге асыру міндеттерін қоюмен және іске асырумен байланысты алыстағы болашағымызды анықтап, құрамыз.

Осылайша, өзін-өзі болжау өзін-өзінің нақты жағдаяттардағы жаңа реакцияларына шейін, яғни алдын ала қиялында құрастыратындай, белгілі бір уақыт бойында өзі ұмтылатын тұлғасын болашақта «көруге» мүмкіндік береді. Сонысымен әртүрлі формадағы өзін-өзі дамытудың келешегі анықталады.

Сонымен бір мезгілде өзін-өзі болжау өзін-өзі танудың нәтижелеріне, соның ішінде соңғы нәтиже – өзін-өзі қабылдауға

сүйенеді. Тұлғаның өзін-өзі дамыту стратегияларының қорытынды нәтижесі нақ өзін-өзі қабылдау мен өзін-өзі болжаудың ерекше үйлесімімен анықталады. Осы механизмдер өзара тәуелді болып табылады, оның үстіне өзін-өзі дамыту стратегиясын жасаудың негізі ретінде өзін-өзі болжау көп дәрежеде тұлғаның өзін-өзі қабылдау деңгейімен анықталады, дегенмен кері беталыс та болуы мүмкін, бірақ олай болмауы да ықтимал.

Ал, өзін-өзі дамыту стратегиясын, жолын анықтай отырып, өзін-өзі қабылдау мен өзін-өзі болжау механизмдері қалай бірлесе жұмыс жасайды?

Неғұрлым айқын және түсінікті *стратегияның бірі* мынадай болып келеді: адам өзіндегі құндылықтары мен кемшіліктерін, өз тұлғасын толығымен түсінеді, ол өзіндегі қандай да бір өзгерістерді болжауды қажет деп таппайды, онда жақсырақ, жетілген болуға ұмтылыс пайда болмайды, оның ойынша, оған өзін-өзі танытудың да қажеті жоқ. Бұл тұлғаны тоқмейілсуге әкеледі, мұндай өзіне-өзінің көңілі толушылық жалған сипатта болады және тұлғаның дамығандығын емес тоқырағандығын білдіреді: «Мен жақсымын, менде барлығы жақсы, мен осыған қанағаттанамын, әрі қарай дамудың ешқандай мәнісі жоқ».

Ал *екінші стратегия*, керісінше, өзінің кейбір мінез-құлықтары, тұлғалық сипаттамалары мен сапаларына саналы түрде қанағаттанбаушылықпен анықталады. Сондықтан өзін-өзі болжау енді кемшіліктерден арылған Мен бейнесін күн ілгері сезуге бағытталады. Егер адам өзімен тынбай жұмыс жасау үрдісінде шынымен кемшіліктерден арылып, оны түсініп, қанағаттана алса, жақсы. Ал егер олай болмаса? Мұндай жағдаяттарда адамдағы осы кемшіліктері мен белгілері одан әрі қабылданбайды, өзіне қанағаттанбаушылық сезімі пайда болып, ол үнемі өзін кемшіліктерін жоя алмайтын жігерсізбін деп жазғырады, - бұл, әрине, ішкі қысымды (ширығуды) әлсіретпейді, оны күшейте түседі.

*Үшінші стратегияның* мәні мынада: адам бейсана аймағына жасырынған өзіндегі тұлғалық жайсыздықтың себебін әрқашан түсіне бермейді. Сондықтан, барлық жауапкершілікті өзіне алуға қабілетті психологиялық дені сау тұлғаны құрудың орнына, білместігінің және түсінбеуінің себебінен, жаңа психологиялық қорғаныстар мен қорғану мінез-құлқын өсіру жолымен, өзін болашақта толық қорғалған тұлға ретінде көре бастайды.

Нәтижесінде құбылмалы әсер пайда болады – мәселелер жоғалды, сен басқа болдың, яғни маңдай алды болдың. Негізінде бәрі басқаша болады, ал мәселелер, тұлғалық кемшіліктер жойылмайды, керісінше көп мәрте күшейеді.

*Төртінші стратегия* тиімді емес және ол тұлға мынандай ұстанымда болғанда пайда болады: «Мен жаманмын», «Мен басқалардан төменмін». Бұл жерде кобалжудың деңгейін түсірмейтін, керісінше оны күшейтетін беталыс көрінеді. Өзін-өзі дамыту өзін-өзі құрту және өзін-өзі кінәлау формасын алады, бұл нәрседен адам: «Мен жаманмын, өзіме де сол керек» дегендей қанағаттанушылықты сезінуі мүмкін.

Егер адам өзінің дұрыс жағын да, бұрыс жағын да қабылдай отырып, сонымен қатар өзін-өзі болжау жолымен, үздіксіз және тұрақты сипаттағы тұлғалық өсу мен өзгерудің шынайы міндеттерін қоятын болса, онда мұны тиімді стратегия ретінде мойындауға болады. Ол қарсылық білдірмей-ақ өзін танытады; өзін құртпай-ақ, өзін-өзі жетілдіреді; өзінің өмірлік жолындағы барлық жағдайды ескере отырып, ол өзін-өзі толығымен жүзеге асырады, шын мәнінде өзінің жалған емес, шынайы мәнін білдіретін бейнесін қалыптастырады.

**Мысал.** Бұл жерде пайымдау барысы төмендегідей болуы мүмкін: «Мен темекі шегемін – мұны қабылдаймын, бірақ мүлдем шекпейтін болғым келеді. Егер мен оған қол жеткізбесем, ол үшін қажымаймын»; «Мен мазасызбын, бірақ мазасыздығым маған жағдаяттарда тез бағдарлануға көмектеседі. Мен өзіме сенімді болғым келеді – бұл үшін, сенімді болуға өзімнің қабілеттелігіме көз жеткізу үшін, өзімді ерекше жағдаяттарға қоямын. Егер мен оған қол жеткізе алмасам, ол үшін рухымды түсірмеймін, өйткені менің мазасыздығым - бұл екінші жағынан, менің құндылығым екенін білемін» және т.б. Бұл, әрине, біраз қысқартылған модель (үлгі), бірақ ол да құндылықты сақтауға және өзінің әлі де мінсіз еместігі үшін рухын түсірмеуге, әлі де болса өзін жүзеге асыруға және өзектендіруге ұмтылуға және оған өмірінің бүкіл барысында ұмтылуға мүмкіндік береді.

Соңғы сипатталған стратегия айтарлықтай тартымды. Ол өзін-өзі дамыту үрдісіндегі өзін-өзі болжау мен өзін-өзі қабылдаудың тиімді бірлескен әрекетін көрсетіп қана қоймайды, бірқатар маңызды сұрақтарды да туындатады: «Бұл стратегияны қалай иемденуге болады? Өзін-өзі дамытудағы кедергілер мәселесін қалай шешуге болады ?



### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Өзін-өзі қабылдау дегеніміз не?
2. Адамның өзін-өзі қабылдай алмауының себебі неге байланысты?
3. Өзіңздегі қабылдайтын және қабылдамайтын қасиеттеріңіздің тізімін жазыңыз. Қабылдамайтын қасиеттеріңізді жою үшін не істейсіз?
4. Э. Берннің адамның өзіне және өзгелерге қатынасына берген сипаттамасына көзқарасыңыз қандай? Ал Сіз өзіңізге және өзгелерге қатынасыңызда қандай ұстанымдасыз?
5. Сіздің кейде қабылдайтын, ал кейде қабылдамайтын қасиеттеріңіз бен сапаларыңыз бар ма? Бар болса, сл қандай жағдаяттарға байланысты?
6. Өзін-өзі болжау дегеніміз не?
7. Өзін-өзі болжаудың қандай сипаттамалары бар? Оларға сипаттама беріңіз.
8. Өзін-өзі болжаудың пайдалануға болатын топтарын атап, мәнін түсіндіріңіз.
9. Өзін-өзі қабылдау мен өзін-өзі болжау механизмдері қалай бірлесе жұмыс жасайды?

## **5-тарау. ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУДЫҢ БӨГЕТТЕРІ**

Өзін-өзі дамытудың бөгеттері де өзін-өзі танудың бөгеттері сияқты күрделі, әрі онай жеңіле қоймайтын болып келеді. Егер өзін-өзі тануда бірінші кезекте көп нәрсе оған қабілеттілікті дамытумен анықталса, ал бұл жерде өзін-өзі жетілдіру үдерісінде дамытылатынның өзі (ерік туралы айтылып отыр) бірінші дәрежелі мәнге ие. Сонымен қатар, ерік мәселесі де соншалықты маңызды болып табылмайды, ерік күші әлсіз адамдар да өзін-өзі дамыту үдерісінде елеулі бір нәтижелерге жете алады.

Ең салмақты бөгетке (өзін-өзі дамытудағы кедергі) *адамның әрқашанда өз дамуының субъектісі бола бермейтіндігі* жатады. Бұл функцияны ол үшін өзге адамдар орындайды. Осыдан – өзін-өзі дамытудың адекватты мотивтері мен мақсаттарының пара-пар еместігі туындайды. Адам «өмір ағысымен жүзе береді». Оның өз тұлғасын өзінің құруы кездейсоқ оқиалармен анықталады.

Оған нақты жағдайда анықталу өте қиын, дәлме-дәл келешекті құрастыру одан да қиын болады. Сондықтан да мұндай адамдар қойылған мақсаттарға жетуге жағдайлардың кедергі келтіргенін жиі айтады. Сонымен қатар кейде жағдайлардың сәтті қалыптасып, өзіңе және өмірге қанағаттанушылық сезімді тудыратынын да айта кеткен жөн. Дегенмен тұлғаның өзін-өзі дамыту субъектісі болмай-ақ, нәтижелі жетістікке жетуі және объективті түрде өзін-өзі жетілдіруі сирек кездесетін жағдай. Көбінесе өзін-өзі жүзеге асыру жалған жолмен жүргенде, тіпті сәтті жағдайлардың өзі де өзін-өзі жүзеге асыруға кедергі ретінде қабылданады. Осындай жағдайларда өзін-өзі дамытудың бөгеттерін жеңу үшін адамға өзіне мәнді басқа адамдардың тарапынан көмек көрсетілуі қажет. Мұндай бөгетті дербес түрде жеңу сирек кездесетін жағдай.

Бөгеттердің келесі тобы *өзін-өзі тануға қабілеттіліктің дамымағандығымен байланысты*. Өзі туралы түсініктерінің нақты еместігі, көмескілігі, өзіндік Мен-тұжырымдамасының аясы мен оның қызмет ету аймағын тарылту, индивидтің өзін-өзі дамытуда орындалмайтын немесе пара-пар емес мақсаттарды қоюына әкеледі. Қорытындысында адам өзін қанағаттандырмайтын, өзін толыққанды субъект ретінде сезінуге мүмкіндік бермейтін, өз өмірінің қожасы ретінде сезінбейтін нәтижелер алады. Сол себептен де тағы да қайталап айта кететін нәрсе, өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамыту – бұл бір-бірімен өзара байланысты және өзара шартталынған үрдістер; жан-жақты және пара-пар өзін-өзі тануға қабілеттілік — мақсатты бағытталған және жан-жақты өзін-өзі дамытудың шарты.

*Қалыптасқан қағидалар мен таптаурындар жүйесімен себептелген* бөгеттер тобына ерекше тоқталып өткен жөн. Өзін-өзі дамыту кедергілерінің бұл тобына түрлі психологиялық бағыттар мен түрлі мектептердің өкілдері назар аударған. Мысалы, К.Роджерс тұлғаның мінез-құлқы мен әрекеттерінің таптаурындарының негізін әлеуметтік ортаның әсеріне тым берілуі мен көншігтігінен көреді. Өзін барлығы сияқты ұстау және барлығы сияқты әрекет ету, өз тұлғасын құруға баламаның жоқтығы (мұндай баламалар әрқашанда бар және әрбір тұлғаның терең жеке-даралық тәжірибесінде сақталынған) таптаурындық реакциялар қатарына алып келеді, мәнді және онша да мәнді емес адамдардың бағалауларына әрдайым жалтақтауға әкеледі. А.Маслоу тұлғалық дамуға кедергілер ретінде: бұрынғы тәжірибенің жағымсыз әсерін, адамды мінез-құлықтың өнімсіз

формаларына итермелейтін әдеттерді; индивид қаламайтын, қарсы тұруға қабілетсіз және де қарсы тұра білмейтін әлеуметтік органның әсері мен топтық қысымды, мұндай индивидтің пікірінше (кез келген қарсы тұру, тек жағымсыздыққа әкеледі); ішкі қорғаныс жүйесінің болуын (олардың қызметі тұлғаның аман-есендігі және оның қоршаған болмысқа бейімделгендігін көрсеткендей болатындарды) тікелей нұсқайды.

*Өзін-өзі дамыту механизмдерінің қалыптаспағандығымен* анықталатын бөгеттер тобын да назардан тыс қалдыруға болмайды. Өзін-өзі қабылдамау немесе ішінара қабылдау, біз көрсеткендей, адам өзінің күштерін өзіндегі жаңа қасиеттерді ашуға емес, жағымсыз қасиеттермен күресуге жұмсайтын өзін-өзі дамытудың теріс стратегиясына әкеледі. Соған қымбат уақыты жұмсалады, ал нәтижесі тұлға үшін де, қоршағандар үшін де қанағаттандырылғысыз болып қалады. Тұлғаның өзін-өзі болжау механизмдерінің қалыптасқандығының рөлін де көрсету керек. Адамның өз тұлғасының қалаған бейнесін жасауға, өзінің шынайы өмірлік мақсаттарын айқындауға қабілетсіз болатын кездері туралы да көптеген мысалдар келтіруге болады. Егер осындай бейне мен мақсаттар анық, нақты қойылса да, олар, тұлғаның тереңдегі қажеттіліктерін білдіретініне және бейнелейтініне кепілдік бермейді. Біз индивидтің өзінің келешектегі қалаулы және шынайы бейнесін сипаттауына емес, сәтті өмір мен іс-әрекетке жалпықабылданған көзқарас, беталыс түрінде білінетін әлеуметте қабылданған және мақұлданған бейнесін сипаттауына куә боламыз. Мен бейнесін осылайша дәріптеу көптеген жастарға тән. Ешкім өзінің сәтсіздіктерін, табысқа жете алмай қалғанын, қиындықтарын (жақсы өмірге және бақытқа ұмтылыс іргелі және жалпыға ортақ арман) болжамайтыны түсінікті, дегенмен де болашақтағы өзін анық, жіктелінген түрде көре білу әртүрлі формада жүзеге асырылатын өзін-өзі дамытудың қажетті белгісі болып табылады. Тек осы, жалпы позитивті эмоциялар және мүмкін болатын табыстар да, мүмкін болатын сәтсіздіктер де болжанатын жағдайда ғана шынайы болашақ жасалады. Сол ғана шынайы болашаққа жету үшін қазіргі уақытта өзімен жұмыс істеуге мүмкіндік береді.

Енді *өзін-өзі тәрбиелеу дағдыларының жоқтығымен*, өзін дұрыс бағытта құрып, толыққанды жүзеге асыруға мүмкіндік беретін тәсілдерді білмеуімен және пайдалана алмауымен байланысты бөгеттердің ерекше тобын бөліп көрсетуге болады.

Бұл көбіне ерікті импульстерінің жоқтығынан болады, яғни адам өзі үшін өзін-өзі дамыту мен өзін-өзі өзгертудің қандай да бір уақыттық шектерін анықтай отырып, оған шыдамайды да өзін бұрынғыша ұстай береді. Бәрімізге белгілі фраза (сөйлем): «Дүйсенбіден бастап қолға аламын». Дүсенбі келеді, бірақ барлығы бұрынғыша қала береді. Айта кететін нәрсе, өзіне алған міндеттемелерін орындамау, әрине қанағаттанбаушылықты, өкінішті тудырады, ойлаған ісін істеуге деген қабілеттілігіне терең күдік тудырады. Сонымен қатар өзін-өзі тәрбиелеу мен өзін-өзі дамыту тұрғысынан мәселені осылайша қою және оны шешу, әрқашан дұрыс бола бермейді. Еріктің болмауынан көптеген адамдар зардап шегеді. Тек қана ерік-күші өте күшті адамдар ғана өзіндегі тез өзгертуге, өзіндегі жағымсыз қасиеттерді жеңіп, жаңа өмір бастауға қабілетті. Ал, көп адамдар үшін, мұндай тәсіл тұлғалық өкініш пен өзін-өзі қабылдамауға әкеледі. Бір нәрседен бас тарту үшін, оған міндетті түрде орнын басатын нәрсені табу керек, жай ғана теңесетін емес, одан жақсысын табу керек. Темекіні тастуға ниеттенсең – мына сұрақтарға жауап бер: орнына (неғұрлым жағымдырақ) не алғың келеді? Сен оны қалай пайдаланасың? Эгоцентризмнен арылғың келсе, оны қайтарып тастама, оған тең келетін немесе жақсылау нәрсені табуға тырыс: сенікіне қарам-қайшы қарсыласыңның тұрғысынан барлық қуанышты сезінуге тырыс және т.б. Міне тек осындай жағдаятта ғана өз ерік мен өзінді жеңудегі ерік-күшінің мәселесі шешіледі.

Өмірлік іс-әрекеттің кез келген саласында өткен мінез-құлық пен қатынастардың бұрынғы формасына баламаларды табуға болады. Оларды тұлға неғұрлым жарақатсыз ғана емес, аса терең қанағаттанушылықпен де қабылдайды.

Өзін-өзі дамытудың бөгеттері ретінде *басқа адамдар да көрінуі мүмкін*, олар нақты адамның өзін-өзі дамытуына не білместіктен, немесе мақсатты түрде кедергі келтіреді. Қарапайым қызғаныш немесе біреулердің, тіпті жақын адамдардың да, өзінен жақсы, жетілген болып кетуі үшін кедергілер, бөгеттер тудырады. Бұл жерде таңғалатын ешнәрсе жоқ, бәсекелестік жағдайы, тұлғалық өзін-өзі таныту заңдары іске қосылады. «Жоғарыда болғың келсе – біреуді төмендет, оның көтерілуіне жол берме» – бұл жәй, кәдімгі тоғышар адамның формуласы көптеген адамдардың өмірін бұзады. Басқа адамдар тарапынан жасалған бөгеттерді жеңу кейде өзіндегі бөгеттерді жеңуден де қиын, бұл жерде өзіндік дербестікке, өзгелерден тәуелсіздікке қабілеттілік

көмекке келеді. Өз өмір жолыңды дұрыс құруың маңызды, яғни жетістікке өзіндік ұмтылысың басқалардың мүдделеріне нұқсан келтірмеуі, тіпті саған деген қызғанышын тудырмауы да қажет. Осындай жолды психологияда *ассертивтілік* деп атайды. Өзін-өзі танытатын және өзін-өзі жүзеге асыратын индивид тек осындай жағдайда ғана өзіне тілектес емес адамдардың көз алдында шынайы беделге ие болады. Бірақ бұл өзін-өзі тану мен өзін-өзі дамыту психологиясының шеңберінен шығып, әлеуметтік психология мен өзара зорлықсыз әрекеттесу психологиясының құзырына енетін аймақ.

Әрине, біз өзін-өзі дамытудағы бөгеттерді толығымен суреттеуді мақсат тұтқан жоқпыз, олардың алуан түрлі екендігі және олар ортақ бетталыстармен емес, индивидтің жеке-дара өмірлік жолымен, өзін, өзінің өзгелерге қатынасын, өзінің өмірлік мақсаттарын, сонымен қатар өзін-өзі дамытуы мен өзін-өзі жетілдіруінің мақсаттарын жеке-дара қабылдауының ерекшелігімен анықталатыны түсінікті. Біздің әрқайсысымыз, шынында, кім екенімізді, қалай өмір сүріп жатқанымызды, өз дамуымызда қайда жылжып бара жатқанымызды тереңірек ойланып, өзімізге жақсырақ, жетілген, дербес болуға не кедергі келтіретінін анықтармыз. Ең бастысы – өзіңнің алдына осындай мәселелерді дер кезінде қойып, оның шешімін табу үшін мықтап ойлану керек.

## ҚОРЫТЫНДЫ

*Өзін-өзі тану* – бұл өзін, өзінің әлеуетті және өзекті қасиеттерін, тұлғалық және интеллектуалдық ерекшеліктерін, басқалармен қатынастарын, мінез-құлықтық сипаттамаларын тану үрдісі, олар сыртқы да, ішкі де әлемде іске асырылады.

Өзін-өзі танудың мәндері:

- діни деңгейде – бұл өзіндегі діни бастаманы тану арқылы адамның Құдаймен (Абсолютпен, Бүкіл әлеммен бірлесу әдісі;
- қарапайым (тұрмыстық)-психологиялық деңгейде – өз мүмкіндіктерін неғұрлым толығымен пайдалану және өзге адамдарды басқару құралы;
- терең-психологиялық деңгейде - бұл психологиялық денсаулықты, үйлесімділік пен кемелділікті, өзін-өзі дамытуға және өзін-өзі өзектендіруге қабілеттілікті табу жолы.

*Өзін-өзі танудың аясына:* адамның ішкі әлеміндегі өмірі мен сыртқы әлемдегі мінез-құлқы жатады. Өзін-өзі танудың аймақтарына - сана, бейсана және жоғарғы сана (жоғарғы бейсана) жатады. Өзін-өзі тану әрқашанда өзі туралы білімдерін өзгелердің мен туралы білетіндерімен салыстыру негізінде жүзеге асады.

Өзін-өзі тану *өзіндік сананың* құрылымдық компоненті ретінде көрінеді. Өзін-өзі тану – *МЕН бейнесін* (Мен-тұжырымдаманы) танудағы МЕНнің субъект ретіндегі іс-әрекеті. МЕН бейнесі өзін-өзі реттеу және өзін-өзі қадағалау қызметін атқара отырып, адамның ішкі және сыртқы іс-әрекеттері арқылы МЕНнің субъект ретіндегі құрылымына түзетулер енгізеді. Өзін-өзі танудың және өзіне эмоциялық-құндылықтық қатынастың барысында МЕН-тұжырымдамасы және оның әртүрлі аспектілері айқындала түседі. МЕН-тұжырымдама мына формулалар арқылы сипатталуы мүмкін: «Мен өзім туралы не білемін», « Мен өзім туралы не ойлаймын», «Мен өзіме қалай қараймын», «Мен өзімді қалай бағалаймын».

Өзін-өзі тану – бұл өзіндік мақсаты, мотивтері, тәсілдері мен құралдары, нәтижелері бар өзіндегі белгілі бір қасиеттерді немесе мінез-құлықтық сипаттамаларын айқындау(табу), бекіту, талдау, бағалау, қабылдау үрдісі. *Өзін-өзі танудың мотивтері* сәйкес қажеттіліктер негізінде туындайды: өзін-өзі тануға, өзін-өзі құрметтеуге, МЕНнің тұтастығына, басқалар тарапынан өзінің мойындалуына және т.б. *Өзін-өзі танудың мақсаттары*

кең ауқымды болады - өзін тұтастай тану және өзінің өмірлік мақсаттарын тану – тар ауқымды, олар өмірмен және нақты жағдаяттармен себептелген болады. *Өзін-өзі танудың тәсілдері* – өз тұлғасын өзінің бақылауы, өзінің талдауы, салыстыруы мен моделдеуі және қарама-қайшылықтарды түсінуі. *Өзін-өзі тану құралдары* – өзге адамдарды тану, өзіне-өзі есеп беру, кинофильмдерді көру, әдебиеттерді оқу, психологияны оқып білу. *Өзін-өзі танудың нәтижесі* Мен-тұжырымдамасын түсінуді жеңілдету үшін біріктірілген өзі туралы білімдерінің жүйесі, және өзіне-өзінің қатынастарының жүйесі: тұлғалық сәйкестік, өзін-өзі қабылдау, өзін-өзі сыйлау, өзіндік құзыреттілік сезімі болып табылады.

*Өзін-өзі танудың механизмдеріне* сәйкестендірілу мен рефлексияның өзара әрекеттестігі жатады. Сәйкестендірілу өзінің өзіне немесе өзге адамға ұқсауына мүмкіндік береді, ал рефлексия – оқшаулануға, әр түрлі тұғырларда болып, өзіне-өзі терең және толыққанды талдау жасауға мүмкіндік береді.

Өзін-өзі танудың нәтижесінде адам табиғатының тұтастай жетілмегендігіне, өзін-өзі тануға қабілетінің қалыптаспағандығына немесе адамның өзінің алдына қойған кедергілеріне байланысты түрлі бөгеттер пайда болуы мүмкін.

*Даму* – психикалық үрдістердің, қасиеттер мен күйлердің уақыт аралығындағы сандық және сапалық өзгерістерінің объективті үдерісі, олар қайта құрылу заңдылықтарынан көрінеді. Психикалық даму әлеуметтік жағдаятты, іс-әрекеттің жетекші түрі мен негізгі жаңа құрылымдарды нақты жас кезеңнің жетістіктері ретіндегі сипаттау жолымен дәлме-дәл түсініледі.

Адамның психикалық дамуының әртүрлі теорияларға сәйкес құрылған түрлі жас ерекшелік кезеңдері бар. Д.Б.Элькониннің жас кезеңдеріне бөлуі әртүрлі жас кезеңдеріндегі іс-әрекеттің жетекші түрлерінің ауысуына байланысты; ал Э.Эриксонның қарастыруы бойынша, дамудың екі қарама-қарсы бағыты болады, не өзімен және қоршағандармен сәйкестендірілуге жету сезіміне байланыста немесе, өзімен де, әлеммен де теңдестірілмеу сезіміне байланысты.

*Өзін-өзі дамыту* – адамның өз өмірінің шынайы субъектісі бола алудағы, өзінің тіршілік әрекетін тәжірибелік қайта құрылу пәніне айналдыра алудағы іргелі қабілеті. Өзін-өзі дамыту адамның тіршілік әрекетінің шеңберінде, өзін тануының негізінде

тұлғалық таңдау жасай білу қабілетімен анықталатын, белсенділік таныту үрдісінде жүзеге асады.

Өзін-өзі дамыту тұлғаның ішкі дүниесінің ерекшеліктерін белсенді формада көрсетеді (оның өзімен және өзге мәнді адамдармен үздіксіз диалогтар жүргізілетін өзіндік кеңістіктік-уақыттық координатасы (бағыты) бар. Ішкі дүние немесе субъективтік шынайылық үнемі қалыптасу және даму үдерісінде болады, объективті түрде жандану, рухтану, кісілікке өту (персонализация), даралану, әмбебаптану кезеңдерінен өтеді. Осылайша, өзін-өзі дамыту үрдісі адам болмысының мәнді формасы ретінде өмірмен бірге басталады және соның ішінде өріс алады. Сонымен бірге, әрбір адам үшін жеке-дара анықталатын мәселе – ол өзін-өзі дамытудың субъектісі болып табыла ма, әлде ол рөлді басқалар орындай ма деген мәселе маңызды мәнге ие. Қолайлы жағдайларда адам жасөспірімдік жаста өзін-өзі дамыту субъектісіне айналатыны ғылымда бекітілген. Өзін-өзі дамытудың талдау бірлігі, оның «кірпіші» ретінде, оның саналы не бейсаналы түрде өз-өзінің жобасына айналуына қабілеттілігі ретіндегі тұлғаның өзін-өзі құру актісі болып табылады.

Тұлғаның өзін-өзі дамытуы жеке-дара өмірлік жолдың аясында қалыптасады. Өмірлік жолдың талдау бірлігі ретінде ортаның оқиғалары, қоршаған ортадағы адамның жүріс-тұрысының және ішкі дүниесінің оқиғалары енетін жағдайлар болып табылады. Шынайы өзін-өзі дамыту – адамның өз өміріндегі оқиғалардың ғана өнімі емес, керісінше, жағдайларға бағынбайтын, оларды жасайтын, өзінің өмір сүруінің келешегін анықтайтын өмірлік әрекеттерінің иесі екенін білдіреді.

Өзін-өзі дамыту – нақты мотивтердің ықпалымен өзінің іс-әрекетін, мінез-құлқын өзгерту арқылы немесе өзін-өзі таныту, өзін-өзі жетілдіру, өзін-өзі өзектендірудің формаларын қолданып, өзін өзгерту арқылы нақты мақсаттар қойылып, қол жеткізілетін үздіксіз үрдіс.

*Өзін-өзі таныту*, өзінде өз тұлғасын, мінез бітістерін, жүріс-тұрыс және іс-әрекет тәсілдерін не растауға, не күшейтуге мүмкіндік береді. *Өзін-өзі жетілдіру* – бұл өзінің даму үрдісін саналы түрде басқару. *Өзін-өзі өзектендіру* – өмірдің мәнін түсіну арқылы өзін әлемде жүзеге асыру, өзінің өмір сүруінің толыққандылығына қол жеткізу.



Өзін-өзі дамытудың механизмдері ретінде өзін-өзі қабылдау және өзін-өзі болжау көрінеді. *Өзін-өзі қабылдау* өзін-өзі тану актісін аяқтай отырып, өзінде жағымды да, жағымсыз да эмоцияларды тудыратын және болашақтағы өзін болжаудың өзіндік ерекшелігін анықтайтын тұлғаның барлық қасиеттері мен қырларын мойындау. *Өзін-өзі болжау* өзінің бүгінгісінің шегінен шығуға, ішкі және сыртқы өмір оқиғаларының алдын алуға, алдағы іс-әрекет пен өзін-өзі дамытудың міндеттерін қоюға мүмкіндік береді. Өзін-өзі болжаулар олардың мазмұны бағыттылығы, анықталғандығы – анықталмағандығы, тұрақтылығы, уақыт өсінде орналасуы бойынша талдануы мүмкін. Әртүрлі іс-әрекет пен өзін-өзі қабылдау және өзін-өзі болжау механизмдерінің үйлесімі өзін-өзі дамытудың әртүрлі стратегияларын тудырады. Адам өзінің жағымсыз да, жағымды да қасиеттері мен сапаларын қабылдағанда, бірақ, сонымен қатар өзін қалыптастыру және қайта қалыптастыру бойынша мәселелерді нақты, анық және шынымен де қойғанда (бүгіндегі өзін жоққа шығармай, ертең қандай болғысы келетінін біледі) ең тиімді жағдаят болып есептеледі.

Өзін-өзі дамыту үрдісі нақты қиындықтармен де байланысты, оларды тұлға саналы және бейсаналы түрде өзін-өзі дамытудың бөгеттері ретінде қабылдайды. Мұндай бөгеттер көп, егер адамда мотивациясы мен жігері жеткілікті болса, олардың біреулерін тұлға өз бетінше жеңе алады, басқасын – адамның өзін-өзі дамытуындағы жауапкершілікті өзіне алатын, тұлға үшін мәнді адамдардың көмегімен жеңеді. Өзін-өзі дамытудағы неғұрлым күрделі және қиын жойылатын бөгет – бұл өзінің жеке өміріне деген жауапкершіліктің болмауы. Сонымен қатар, көптеген қиындықтар: өзін-өзі тануға қабілетінің дамымауымен; қалыптасқан таптаурындар мен ұстанымдардың ықпалымен; өзін-өзі дамыту механизмдерінің қалыптаспауымен; өздерінен басқалардың өзін-өзі дамытуы, өзін-өзі жетілдіруіне деген қызғаныш сезімімен және тұлғалық үстемдікке ұмтылыспен асқынған қарсы әрекетін тудыратын, өзге адамдар құратын кедергілермен анықталады.

### **Бақылау сұрақтары мен тапсырмалар:**

1. Адамның әрқашан да өз дамуының субъектісі бола бермеуінің себебі неде?
2. Өзін-өзі тануға қабілеттіліктің дамымағандығымен байланысты бөгеттердің пайда болу себептерін айтыңыз.
3. К.Роджерс пен А.Маслоу тұлғалық дамуға кедергі келтіретін қандай жағдайларды көрсетті?
4. Өзін-өзі дамыту механизмдерінің қалыптаспағандығымен анықталатын бөгеттердің мәнін ашыңыз.
5. Өзін-өзі тәрбиелеу дағдыларының жоқтығымен байланысты бөгеттер туралы түсіндіріңіз.
6. Басқа адамдардың ықпалынан өзін-өзі дамыту бөгеттерінің пайда болуы туралы пікіріңіз қандай?
7. «Ассертивтілік» терминінің мәні неде?
8. «Менің шығармашылық тұлғаға айналуыма мінезімде не көмектеседі және не кедергі келтіреді?» тақырыбына эссе жазыңыз.

## ГЛОССАРИЙ

**Аура** – айналасындағы тірі де, өлі де табиғат нысандарының барлығымен белсенді әрекетте болатын адамдағы жасырын (лептонды), энергетикалық, электромагниттік, психофизиологиялық және идеалды, ішкі, әрі оны қоршаған ақпараттар өрісі.

**Медитация** – өзінің Менінің орталығына жақындауға және соның арқасында өз ойларының мазмұны үшін жауапкершілік алуға мүмкіндік беретін рухани тәжірибенің жүйесі, өзін-өзі танудың жетекші құралының бірі.

**Ол (Ид)** – бейсана аумағында болатын инстинкттердің көріністері.

**Мен (Эго)** – толықтай сана аумағында болатын және де болмыстың қағидасына бағынатын адамның шынайы Мені.

**Жоғарғы-Мен (Супер-Эго)** – бірмезгілде сана аумағында да, бейсана аумағында да болатын, шын мәнінде адамзаттың ғасырлар бойғы өнімі және нақты тұлғаның іс-әрекеттерін реттейтін – нормалар, құндылықтар, түрлі тыйымдар.

**Бетперде** – адамның басқалар алдында көрінгісі келетін қалаулы бейнесі.

**Көлеңке** – адам үшін мазасыздық тудыратындықтан өзінікі деп санамай бейсана аумағына ығыстыратын жағымсыз тұлғалық қасиеттерінің бәрі.

**Архетип** – әртүрлі халықтардың мифтері, аңыздары, жыр-дастандарында көрінетін алғашқы бейнелер.

**Ұжымдық бейсаналық** – негізін архетиптер немесе көптеген халықтардың жырларында, мифтерінде, аңыздарында кездесетін алғашқы бейнелер құрайтын бейсаналық (мысалы, Ана архетипі, Баба архетипі, Батыр архетипі).

**Сана** – бұл шындықты жалпылай, бағалай және мақсатты түрде бейнелей отырып, конструктивті-шығармашылық түрде қайта өзгертетін, тек адамға ғана тән, сөйлеумен байланысқан мидың жоғары қызметі.

**Өзіндік сана** – субъект ретіндегі Меннің Мен бейнені (Мен-тұжырымдаманы) тану (немесе жасау) бойынша іс-әректі.

**Мен-тұжырымдама** – адам өмірінің бүкіл саласына және іс-әрекетіне ықпал ететін, оның ниеттерін, жоспарларын, талаптануларын және т.б. анықтайтын өзін-өзі реттеу функциясы.

**Үрдіс** – қандай да бір құбылыстың дамуы, күйдің бірізді

өзгеруі; тар мағынасында нақты мақсатқа жетудің бірізді әрекеті.

**Өзін-өзі тануға қабілеттілік** – өзін жылдам, жан-жақты, адекватты және сапалы тануға мүмкіндік беретін тұлғалық сипаттамалар.

**Өзін сыйлауға қажеттілік** – адамның өзінің және қоршаған адамдардың талаптарына сай болуға, биіктен көрінуге беталысы.

**Меннің тұтастығына қажеттілік** – өз Менінің біртұтас аяқталған бейнесін құруға деген ұмтылысы.

**Өзіндік сәйкестенуге қажеттілік** – Меннің тұтастығын, «бөлінбейтіндігін» қамтамасыз етуге ұмтылысы.

**Басқалар тарапынан мойындалу қажеттілігі** – басқалардың құрметтеуіне қол жеткізу үшін өмір сүру, еңбектену, оқу, қарым-қатынас жасауға ниеттілік.

**Өзін-өзі бақылау** – өзінің мінез-құлқын, іс-әрекетін, ішкі жан дүниесін бақылау жолымен өзін-өзі тану әдісі.

**Модельдеу (үлгілеу)** – жекелеген сипаттамалары мен қасиеттерін шынайы үрдістердің белгілерінде, таңбаларында, объектілерінде бейнелеу (бұл жағдайда өз тұлғасын, өзінің өзгелермен қарым-қатынасын).

**Өзін-өзі қабылдау** – тұлғалық сәйкестікпен тығыз байланысты, өзінің теріс және оң, күшті және әлсіз жақтарын мойындауды қамтиды және өзіндік теңбе-теңдіктің негізінде өзіне деген жақындық өлшемін білдіреді.

**Өзін-өзі сыйлау** – өзіне құндылық ретіндегі біртұтас оң қатынасы.

**Сәйкестендірілу (Идентификация - латын сөзі)** – теңдестірілу, шамаласу, ұқсасу, бірдейлік, ұқсастық деген мағыналарды білдіреді.

**Интроекция** – индивидтің бейсаналы түрде өзге адамдардың бағалауын, ұстанымдарын, көзқарастарын өзінің ішкі әлеміне қосу үрдісі.

**Рефлексия** – өз-өзін талдау, өзінің ішкі әлемі туралы ойлары.

**Ығыстыру** – абыржу тудыратын импульстерді санадан шығарып тастау.

**Проекция** – сана үшін тиімсіз ойлар мен әрекеттерді өзге адамға телу.

**Өш қайтару** – бейсаналы түрде қол жетімсіз объектіден қол жетімді объектіге қайта бағдарлану.

**Рационализация** – өзін-өзі алдау, ақылға сыймайтын әрекеттерді немесе қылықтарды және т.б. саналы түрде түсіндіруге ұмтылу.

**Адамның ішкі дүниесі** – нақты адамға тән психологиялық іс-әрекеттің ішкі мазмұны. Ол әрқашан дара және әрқашан бірегей.

**Өмірлік жол** – шынайы кеңістік пен уақытта жүзеге асатын адамның әрекет субъектісі ретіндегі жеке-даралық тарихы.

**Өмірдің оқиғалары** – ұзақ немесе қысқа уақыт аралығында қандай да бір шешімді қабылдау арқылы тіршілік қарекетінің келешегі айқындалатын индивидтің өмір жолының торапты сәттері және бетбұрысты кезеңдері.

**Өзін-өзі таныту** – адамның тұлға ретінде өзін толықтай мәлімдеуі.

**Өзін-өзі жетілдіру** – адамның жақсы болуға ұмтылып, әлі өзінде жоқ кейбір қасиеттер мен сапаларды табуы, бұрын өзі жасай алмаған іс-әрекет түрлерін меңгеруі.

**Өзін-өзі өзектендіру (кемелдендіру)** – адамның өзінде нақты бір әлеуетті айқындауы және оны өмірде іске асыруы.

**Өзін-өзі болжау** – алдағы іс-әрекет пен өзін-өзі дамыту мәселелерін шешумен байланысты, ішкі және сыртқы өмірдегі оқиғаларды алдын-ала көре білу қабілеті.

## ТЕСТ СҰРАҚТАРЫ

### 1. Өзін-өзі танудың мәні:

- A) Организмнің ішкі күйлерінің жеке қасиеттерін бейнелеу.
- B) Организмнің ішкі күйлерінің қасиеттерін тұтастай бейнелеу.
- C) Есте сақталған мәліметтерді қайта санаға келтірудің құралы.
- D) Ішкі үйлесімділікке, психологиялық кемелдікке ие болу құралы.
- E) Түрлі әсерлерді, бейнелерді, әрекеттерді бейнелеу.

### 2. Өзін-өзі тану – бұл:

- A) Өзін қоршаған заттардың түрлі қасиеттерін тану.
- B) Өзіне қатысты құбылыстардың мәнін тану.
- C) Тұлғалық, интеллектуалдық, мінез-құлық ерекшеліктерін тану.
- D) Өз сағасында ұмытылған нәрселерді қайта байланыстыру.
- E) Өзінің психикасы мен қылықтарын саналы басқару.

### 3. Өзін-өзі қабылдау – бұл:

- A) Өзінің жасаған жағымсыз іс-әрекеттерін мойындау.
- B) Өзінің қате пікірін мойындау.
- C) Өзіне қатысты өзгенің қателігін мойындау.
- D) Өзінің жағымсыз және жағымды қасиеттерін мойындау.
- E) Өзіне айтылған сынды мойындау.

### 4. Өзін-өзі бағалау - бұл:

- A) Өз қасиеттері мен физикалық, рухани күйіне көзқарасы.
- B) Өзінің нақты қасиеттерін бекітуге ұмтылу.
- C) Өзінің жүріс-тұрыс ерекшеліктерін бекітуге ұмтылу.
- D) Өзінің іс-әрекет амалдарын бекітуге ұмтылу.
- E) Өзінің айналасындағыларға берген бағасын ұғыну.

### 5. Өзін-өзі қабылдау пайда болады:

- A) Өзінің жетістіктеріне жағымды қатынастың негізінде.
- B) Өзінің табыстарын мақтан тұтудың негізінде.
- C) Өзінің күшті және әлсіз қасиеттерін терең талдаудың негізінде.
- D) Өзінің кемшіліктерін сынаудың негізінде.
- E) Өзін өзгелермен салыстырудың негізінде.

### 6. Өзін-өзі жетілдіру – бұл:

- A) Өзінің «сыртқы Менін» қанағаттандыруға ұмтылу.
- B) Өзінің «ішкі Менін» тежей білуге жаттығу.
- C) Идеалдарға ұмтылып, қазіргісінен де жақсы болуға тырысу.
- D) Физиологиялық қажеттілігін қанағаттандыруға ұмтылу.
- E) Органикалық қажеттілігін қанағаттандыруға тырысу.

**7. Өзін-өзі тәрбиелеудің құралдары:**

- A) Өзіне міндеттемелер алу, өзіне-өзі бұйрық беру.
- B) Өзінің «сыртқы Менін» қанағаттандыруға ұмтылу.
- C) Өзінің «ішкі Менін» тежей білуге жаттығу.
- D) Өзінің жүріс-тұрыс ерекшеліктерін бекітуге ұмтылу.
- E) Өзінің айналасындағыларға берген бағасын ұғыну.

**8. Өзін-өзі дамыту – бұл:**

- A) Өз өмірінің нағыз субъектісі болуға түбегейлі қабілеті.
- B) Өзін-өзі ынталандыру қабілеті.
- C) Айналадағы заттарды субъективті бейнелендіру қабілеті.
- D) Әлеуметтік ортада өмір сүруге даярлану қабілеті.
- E) Өзінің қылықтарын басқару қабілеті.

**9. Өзін-өзі дамытудың неғұрлым маңызды формалары:**

- A) Өзін-өзі таныту, жетілдіру, өзектілендіру.
- B) Өзін-өзі бейімдеу, жетілдіру, иландыру.
- C) Өзін-өзі пысықтау, жетелеу, өзектілендіру.
- D) Өзін-өзі жетелеу, жетілдіру, сендіру .
- E) Өзін-өзі иландыру, сендіру, таныту.

**10. Өзін-өзі дамытудың аса маңызды сипаттамасы болып табылады:**

- A) Өзіндік санасының даму деңгейі, өзін-өзі тануға қабілеттілігі.
- B) Айналадағы заттарды субъективті бейнелендіруге қабілеттілігі.
- C) Әлеуметтік ортада өмір сүруге даярлануға қабілеттілігі.
- D) Өзін-өзі ынталандыруға қабілеттілігі.
- E) Өзіне қатысты құбылыстардың мәнін түсінуге қабілеттілігі.

**11. Адамның ішкі жан дүниесінің мазмұнын құрайды:**

- A) Сыртқы іс-әрекет, тітіркену.
- B) Қимыл-қозғалыс.
- C) Жүріс-тұрыс.
- D) Қарым-қатынас.
- E) Сана, бейсана, тұтастай психика.

**12. Үрдіс ретінде өзін-өзі тану сипатталады:**

- A) Өзін-өзі жетілдіруге ұмтылумен.
- B) Қоршаған дүниені зерттеумен.
- C) Табиғи құбылыстарды зерттеумен.
- D) Объективті шындыққа ұмтылумен.
- E) Өзге адамды түсінумен.

**13. Өзін-өзі тануға тән белгілер:**

- A) Өзінің «Менінің» мәнін айқындау.

- В) Өзге адамның сапаларын анықтау.
- С) Топтағы жанжалды шешу.
- Д) Объективті шындықтың бейнесі.
- Е) Мәдениеттің этностық құндылықтарының бейнесі.

**14. Өзін-өзі жүзеге асырудың бір тәсілі:**

- А) Өзін ұстай білу.
- В) Өзіндік.
- С) Кемеліне келу.
- Д) Топтасқандық.
- Е) Өзін-өзі тәрбиелеу.

**15. Психолог В.В.Столин адамның ұйымдасуының үш деңгейін бөліп көрсетеді:**

- А) Кәсіпқой. Маман. Индивид.
- В) Аналитик. Эксперт. Маман.
- С) Организм. Әлеуметтік индивид. Тұлға.
- Д) Эксперт. Тіршілік иесі. Тұлға.
- Е) Нәресте. Жасөспірім. Ересек.

**16. Тұлғаның әлеуметтік белсенділігі өз дамуында бірқатар деңгейлерден өтеді, соның бірі:**

- А) Нормативті.
- В) Репродуктивті.
- С) Мінез-құлықтық.
- Д) Когнитивті.
- Е) Эмоциялық-шығармашылық.

**17. Психолог Н. А. Логинова келесі өмірлік оқиғаларды бөледі:**

- А) Мәдени оқиғалар.
- В) Болашақтың оқиғалары.
- С) Қоршаған ортадағы адам мінез-құлқының оқиғалары.
- Д) Жеке сипаттағы оқиғалар.
- Е) Ұжымдық оқиғалар.

**18. К. Роджерс бөліп көсеткен ұғым:**

- А) Шынайы Мен.
- В) Сәулелі Мен.
- С) Қисынсыз Мен.
- Д) Этностық ортау.
- Е) Міні бар Мен.

**19. Шынайы Мен – бұл түсініктер жүйесі:**

- А) Өзі туралы.
- В) Достық туралы.



С) Мәдениет туралы.

Д) Махаббат туралы.

Е) Өмір туралы.

**20. Мінсіз Мен – бұл түсініктер жүйесі:**

А) Адамның кім болғысы келетіні туралы.

В) Оның баласы кім болатыны туралы.

С) Мұғалімнің тәжірибесі.

Д) Өзге адам үшін қамығу.

Е) Әкесінің өмірлік тәжірибесі.

**21. Әлеуметтік қоршау – бұл:**

А) Идеал.

В) Космополитизм.

С) Бұйрық.

Д) Акселерация.

Е) Құндылықтар.

**22. У.Джемс бойынша өзін-өзі танудың өрісі:**

А) Интраверт.

В) Сангвинник.

С) Холерик.

Д) Әлеуметтік тұлға.

Е) Экстраверт.

**23. У.Джемс бойынша физикалық тұлға – бұл:**

А) Оның эстетикалық тәрбиесі.

В) Тұлғаның адамгершілік сапалары.

С) Адамды тұлға ретінде мойындау.

Д) Тұлғаның физикалық күйі.

Е) Тұлғаның рухани қабілеттері.

**24. У.Джемс бойынша әлеуметтік тұлға – бұл:**

А) Оның киімі.

В) Адамның денелік ұйымдасуы.

С) Тұлғаның физикалық күйі.

Д) Адамды тұлға ретінде өзге индивидтің мойындауы.

Е) Оның заттары.

**25. У. Джемс бойынша рухани тұлға – бұл:**

А) Оның заттары.

В) Оның материалдық жағдайлары.

С) Тұлғаның қасиеттері.

Д) Тұлғаның физикалық күйі.

Е) Адамның денелік ұйымдасуы.

## ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

### *Негізгі:*

1. *Нысанбаев А.Н., Соловьева Г.Г.* Изменимся вместе с детьми (философское обоснование предмета «Самопознание»). — Алматы: Компьютерно-издательский центр Института философии и политологии МОН РК. — 2002. — 62 с.
2. *Кожжахметова К.Ж.* Казахская этнопедагогика: методология, теория, практика. - Алматы: Гылым, 1998.
3. *Балтабаев М.Х.* Народно-музыкальное творчество казахов как средство эстетического воспитания студенческой молодежи (на материале муз.отделений ФОПа вузов Казахстана): Автореф. дисс. ... канд.пед.наук.- Алма-Ата. 1986.
4. *Маралов В.Г.* Основы самопознания и саморазвития: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. — 2-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2004. — 256 с.
5. *Бернс Р.* Развитие «Я-концепции» и воспитание. — М., 1986.
6. *Орлов Ю.М.* Самопознание и самовоспитание характера. — М., 1987.
7. *Цукерман Г. А., Мастеров Б.М.* Психология саморазвития. — М., 1995.
8. Энциклопедия практического самопознания. — М., 1994.

### *Қосымша:*

1. *Абаев Н. В.* Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае. — Новосибирск, 1983.
2. *Адлер А.* Практика и теория индивидуальной психологии. — М., 1995.
3. *Ананьев Б. Г.* Избранные психологические труды: В 2 т. — М., 1980.
4. *Ассаджоли Р.* Психосинтез: Теория и практика. — М., 1994.
5. *Березина Т.Н.* Многомерная психика: Внутренний мир личности. — М., 2001.
6. *Выготский Л.С.* Педагогическая психология. — М., 1992.
7. *Гештальттерапия: Теория и практика.* — М., 2000.
8. *Лурия А.Р.* Об историческом развитии познавательных процессов. — М.: Изд-во «Наука», 1974. 147-166 стр.
9. «Өзін-өзі тану» пәніне кіріспе: Оқу құралы/Әзірлеушілер:

- Б.Қ.Құдышева, Г.Ж.Жұманова, С.С.Нұркеева, Д.Е.Серовайская. — Алматы, 2007. — 140 бет.
10. *Джемс У.* Психология. — М., 1991.
11. *Кон И.С.* В поисках себя: Личность и ее самосознание. — М., 1984.
12. *Куттер П.* Современный психоанализ. — СПб., 1997.
13. *Леонтьев А.Н.* Избранные психологические произведения: В 2 т. — М., 1983. - Т. 2.
14. Личность: внутренний мир и саморегуляция: Идеи, концепции, взгляды. - СПб., 1996.
15. *Логонова Н.А.* Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии. — М., 1978.
16. *Маслоу А.* Дальние пределы человеческой психики. СПб., 1997.
17. *Мухина В.С.* Возрастная психология. — М., 1997.
18. *Никитин Е.П., Харламенкова Н. Е.* Феномен человеческого самоутверждения. - СПб., 2000.
19. *Орлов А.Б.* Психология личности и сущности человека: Парадигмы, проекции, практики. — М., 2002.
20. *Перлз Ф.* Опыт психологии самопознания. — М., 1993.
21. Проблемы рефлексии: Современные комплексные исследования. — Новосибирск, 1987.
22. Психология самосознания: Хрестоматия. — Самара, 2000.
23. *Роджерс К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М., 1994.
24. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии: В 2 т. — М., 1989.
25. *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Психология развития человека. — М., 2000.
26. *Спиркин А.Г.* Сознание и самосознание. — М., 1972.
27. *Столин В.В.* Самосознание личности. — М., 1983.
28. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. — М., 1990.
29. *Фрейд З.* Психология бессознательного. — М., 1989.
30. *Чеснокова И.И.* Проблема самосознания в психологии. — М., 1977.
31. *Чудновский В.Э.* Смысл жизни и судьба. — М., 1997.
32. *Эльконин Д.Б.* Избранные психологические труды. — М., 1989.
33. *Эриксон Э.* Идентичность: Юность, кризис. — М., 1996.
34. *Юнг К.* Приближаясь к бессознательному // Глобальные проблемы и общечеловеческие ценности. — М.,

## МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ.....	3
I БӨЛІМ. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ-ӘДІСНАМАЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ.....	6
1-тарау. Оқу пәні ретіндегі «Өзін-өзі танудың» Білім беру жүйесіндегі орны мен рөлі.....	6
1.1. Рухани-адамгершілік білімнің философиялық тұрғысы.....	6
1.2. К.Ж.Қожахметованың педагогикалық және этнопедагогикалық тұрғысы.....	17
1.3. М.Х.Балтабаевтың оқушыларды рухани-адамгершілікке тәрбиелеудегі мәденилік тұрғысы.....	32
II БӨЛІМ. ӨЗІН-ӨЗІ ТАНУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ .....	39
1-тарау. Өзін-өзі танудың жалпы сипаттамасы.....	39
1.1. Өзін-өзі тану ұғымы.....	39
1.2. Адам өміріндегі өзін-өзі танудың маңызы.....	41
1.3. Өзін-өзі танудың аумақтары мен аймақтары.....	45
2-тарау. Өзін-өзі тану адамның өзіндік санасының құрылымдық құраушысы (компоненті) ретінде.....	52
2.1. Сана мен өзіндік сана.....	52
2.2. Өзіндік сананың құрылымы.....	54
3-тарау. Өзін-өзі тану үрдіс ретінде: мақсаттары, мотивтері, тәсілдері, нәтижелері.....	63
3.1. Өзін-өзі танудың үрдіс ретіндегі жалпы сипаттамасы.....	63
3.2. Өзін-өзі танудың мақсаттары мен мотивтері (түркілері).....	69
3.3. Өзін-өзі танудың құралдары мен әдістері.....	75
3.4. Өзін-өзі танудың нәтижелері.....	82
4-тарау. Сәйкестендірілу және рефлексия өзін-өзі танудың механизмдері ретінде.....	86
4.1. Сәйкестендірілу.....	87
4.2. Рефлексия.....	94
5-тарау. Өзін-өзі танудың бөгеттері.....	98
III БӨЛІМ. ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ.....	103
1-тарау. Өзін-өзі дамытуға жалпы сипаттама.....	103
1.1. Даму туралы түсінік.....	103
1.2. Психологияда тұлғаның өзін-өзі дамыту мәселесін көтерудің алғышарттары.....	107
1.3. Өзін-өзі дамытудың мәні мен негізгі сипаттамалары.....	110

2-тарау. Адамның өзін-өзі дамытуы, ішкі дүниесінің қалыптасуы мен өмірлік жолы.....	113
2.1. Адамның ішкі дүниесі.....	113
2.2. Субъективті шынайылықтың дамуы.....	118
2.3. Өзін-өзі дамыту және тұлғаның өмірлік жолы .....	123
3-тарау. Өзін-өзі дамыту үрдіс ретінде. Өзін-өзі дамытудың формалары.....	128
3.1. Өзін-өзі таныту.....	129
3.2. Өзін-өзі жетілдіру.....	132
3.3. Өзін-өзі өзектендіру.....	134
4-тарау. Өзін-өзі қабылдау мен өзін-өзі болжау өзін-өзі дамытудың механизмдері етінде.....	137
4.1. Тұлғаның өзін-өзі қабылдауы.....	138
4.2. Тұлғаның өзін-өзі болжауы.....	140
5-тарау. Өзін-өзі дамытудың бөгеттері.....	145
Қорытынды.....	149
ГЛОССАРИЙ.....	154
ТЕСТ СҰРАҚТАРЫ.....	157
ӘДӘБИЕТТЕР ТІЗІМІ.....	161

**АБЕУОВА И.Ә., МЫРЗАТАЕВА Б.П.,  
ҚАРАЕВА Т.Н.**

## **ӨЗІН-ӨЗІ ТАҢУ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ ДАМЫТУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ**

*ОҚУ ҚҰРАЛЫ*

*Редакторы: О.Б.Құлумбаев*

*Компьютерлік қалыптаушы: С.Е.Смағұлова*

*Көркемдеуші: А.Қалибекұлы*

Басуға 05.01.2015 ж. қол қойылды. Пішімі 60 x 84<sup>1/4</sup>.

Офсеттік қағаз. Компьютерлік терілім.

Өріп түрі «Times/New Roman» Riso басылымы.

Шартты баспа табағы 10,3

Таралымы 70 дана.

Тапсырыс № 167

---

«Қыздар университеті» баспасы  
050000, Алматы, Гоголь көшесі 116 үй