

УДК 37.011.3-051:[159.923.2:165.242.1]

DOI: 10.31499/2307-4906.3.2021.241557

САМОПІЗНАВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ФАКТОР ОСОБИСТІСНОГО САМОРОЗВИТКУ ПЕДАГОГІВ

Аносова Анастасія, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти, Комунальний навчальний заклад Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів».

ORCID: 0000-0003-3293-0635

E-mail: annast@ukr.net

У статті представлено результати дослідження ефективності самопізнавальної діяльності в особистісному саморозвиткові вчителів. Актуалізовано усвідомлення необхідності та аргументованого вибору педагогами системи самопізнання, адаптованої до сучасних соціокультурних умов. Наведено зміст авторської анкети «Критеріальний аналіз самопізнавальної діяльності», методу проведення анкетування, проаналізовано отримані результати за визначеними критеріями, визначено доцільність занять самопізнанням учителів з метою особистісного саморозвитку у системі неперервної професійної освіти.

Ключові слова: самопізнання; самопізнавальна діяльність; особистість; особистісний саморозвиток; критерії ефективності самопізнавальної діяльності; педагог; анкетування; неперервна професійна освіта.

SELF-KNOWLEDGE ACTIVITY AS A FACTOR OF PERSONAL SELF-DEVELOPMENT OF TEACHERS

Anosova Anastasiia, PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy, Psychology and Education management, Communal Educational Institution of Kyiv regional council “Kyiv Regional Institute of Teachers’ Postgraduate Education”.

ORCID: 0000-0003-3293-0635

E-mail: annast@ukr.net

The article presents the results of research on the effectiveness of self-knowledge activity in the teacher’s self-development. Self-knowledge is actualized as an opportunity for introspective interaction with one’s internal resources, which is an important factor in psychophysical health. The necessity for teachers’ awareness of the importance of self-knowledge and self-development in the scope of the “person-person” working is highlighted. Introspective appeal to the inner “I” gives a person the opportunity to understand and reveal their own resource (consciousness, emotions, feelings, desires, memory), that allows changing values, feelings, motivation, character, etc. and self-realize in a rapidly changing world.

The author’s questionnaire “Criteria analysis of self-knowledge activity” with a description of the included criteria for the effectiveness of self-knowledge is presented. The results, according to specific criteria are analyzed, in particular: independence and diligence in self-knowledge, the dynamics of eight fundamental qualities of character during the accumulation of knowledge about themselves, the impact of self-knowledge on the health of respondents (for these health components and criteria healthy functioning), exemption from harmful habits, a subjective determination of the respondent’s achievements, which they associate with self-knowledge. The expediency of teachers’ self-knowledge activity has been confirmed, which allows considering it as a factor of their self-development, a lever of strengthening psychophysical health, social activities, creative self-realization.

Keywords: self-knowledge; self-knowledge activity; personality; personal self-development; criteria of the efficiency of self-knowledge activity; teacher; questionnaire; continuous professional education.

Ідея самопізнання з'явилась ще в античні часи, коли людина, у результаті еволюційного розвитку, почала осмислювати своє буття, свої взаємини зі світом, свою роль у ньому, свої здібності й можливості до перетворення довкілля. Наукове обґрунтування самопізнання як шляху особистісного розвитку походить із західноєвропейської філософії, корені якої – у працях мислителів Давньої Греції. Вислів «Пізнай самого себе», накреслений на колоні давньогрецького храму Аполлона у Дельфах, утвердився як принцип у працях багатьох філософів. Фалес Мілетський казав, що «Найскладніше в світі – пізнати самого себе, а найпростіше – давати поради іншим»; Геракліт вказував, що «пізнавати самих себе і мислити» притаманно всім людям; Сократ вбачав у цьому вислові усвідомлення людиною своєї автономії, розкриття нею своєї сутності як розумно-моральної і вільної істоти; Платон зазначав, що діяльність душі – це не пасивне сприйняття, а власна внутрішня робота.

І до тепер багато філософів привертають фокус нашої уваги до вивчення в собі людини внутрішньої, стверджуючи, що у кожного є унікальні можливості й здібності до самопізнання та творчості [4]. Кожна людина обирає і більш чи менш свідомо проектує свій життєвий шлях, вибудовує взаємини з оточенням, і саме внутрішній світ людини, його наповнення та якість обумовлюють те, як вона живе, як поводить себе з іншими людьми, задоволена чи не задоволена вона своїм життям.

Тому опанування теорій самопізнання й універсальних методик самовдосконалення актуальне у всі часи. Інтроспективне звернення до власного, розумно мислячого «Я» дає людині можливість зрозуміти й розкрити свій внутрішній ресурс (свідомість, емоції, почуття, бажання, пам'ять), унаслідок чого – змінювати свої власні цінності, почуття, мотивацію, характер тощо і реалізовувати самого себе у швидкозмінному світі.

Зазначимо, що підготовка і робота фахівців у сфері «людина-людина», до якої належать усі педагогічні спеціальності, передбачає спеціальне формування компетенцій [7], у яких акцентується значущість пізнання і розвитку педагогом самого себе, адже він є основним «інструментом» впливу на учнів, вихованців задля досягнення успіху у своїй роботі. Особа, яка вирішила присвятити себе діяльності «з людьми», має вміти допомагати у процесі самопізнання дітям і дорослим, а для цього самій потрібно бути в постійному процесі саморозвитку та самовдосконалення, інакше така підтримка не буде успішною і втратить будь-який сенс. Це робить затребуваним знання педагогів про те, що таке самопізнання і самовдосконалення, яку роль вони відіграють у житті, за якими принципами і закономірностями функціонують, як впливають на професійну педагогічну діяльність тощо й обумовлює необхідність вибору системи самопізнання, яка б найбільше задовольняла потреби кожного окремо взятого вчителя, готового до конструктивних самозмін.

Питання сутності процесів самопізнання особистості, зокрема у професійній педагогічній діяльності, розкрито у роботах П. Амонашвілі, Ш. Амонашвілі, Л. Кунаковської, В. Маралова, Е. Піньковської, К. Ушинського, де самопізнання означено як необхідну умову саморозвитку особистості й основу її становлення як гуманіста.

Результати психолого-педагогічних досліджень проблеми самовдосконалення та саморозвитку вчителя представлено у працях І. Беха, Л. Мітіної, О. Пехоти, Е. Помиткіна, Г. Шевченко та ін. М. Євтухом та Т. Черкашиною розроблено педагогічну систему самопізнання й особистісно-професійного самовдосконалення, яка

містить тривірневу модель трансформації самосвідомості розумно мислячого педагога, застосування якої надає можливості для особистісно-професійного самовдосконалення, підвищення професійної компетентності, комунікативної культури [2; 3].

Проблемним залишається питання усвідомлення необхідності (внутрішньої вмотивованості) та аргументованого вибору педагогами системи самопізнання і самовдосконалення, адаптованої до реалій сучасності з розробленою методикою та доведеною результативністю. У зв'язку з цим метою статті є обґрунтування самопізнавальної діяльності як фактору особистісного саморозвитку педагогів.

Самопізнавальну діяльність ми розглядаємо як свідому інтроспективну активність особи, спрямовану на пізнання та розвиток власного психофізичного ресурсу (стан фізичного здоров'я, пам'ять, бажання, емоції, почуття, думки). Однією з систем самопізнання і самовдосконалення, яка зарекомендувала себе в освітньому просторі як ефективна, є система автора Е. Пінковської, яка спонукає суб'єкта самопізнання дивитись на себе в постійному режимі правдиво, викриваючи приховані від самого себе недоліки, що у певний період може приносити різної міри страждання від власної недосконалості. Проте об'єктивація самооцінки призводить до подолання звичних станів самовиправдання і саможаління, звільнення від звичок жалітися, пліткувати, засуджувати, звинувачувати оточення, зменшення таких рис характеру, як упертість, образливість, жадібність, заздрість, ревності, підозрілість, марнославство, що дозволяє відчувати внутрішню свободу, рівновагу, самовладання, підвищити професіоналізм, зменшити кількість конфліктів і стресів, гармонізувати взаємини з суб'єктами педагогічної взаємодії. Праці Е. Пінковської є основою ряду наукових досліджень у сфері педагогіки [2; 5; 6; 8; 9], а сама авторка активно пропагує ідею самопізнання і самовдосконалення у численних публікаціях, виступах, авторському пролонгованому семінарі «Культура духовного здоров'я», зі слухачами якого було проведене дослідження результативності занять системною самопізнавальною діяльністю.

Об'єкт дослідження – особистість, яка поступово, поступенево, постійно опановує систему самопізнання і самовдосконалення.

Предмет дослідження – критеріальні показники результативності занять самопізнанням.

Методика дослідження передбачає використання методів анкетування (з використанням авторської анкети «Критеріальний аналіз самопізнавальної діяльності»), бесіди, спостереження.

Деталізуємо зміст анкети «Критеріальний аналіз самопізнавальної діяльності», яка слугує основним інструментом вивчення предмета дослідження.

Перше-третє запитання – адресні й дають загальну інформацію про респондента: стать і вік, тривалість занять самопізнанням; мають анонімний статус. Спільною ознакою, що підтверджує однорідність опитаної сукупності, є заняття респондентів за системою самопізнання і самовдосконалення Е. Пінковської.

Запитання 4–9 є функціональними й описують зміст та результативність самопізнавальної діяльності учасників дослідження.

Так, у *четвертому запитанні* опитуваний має обрати з шести запропонованих (відвідування семінару «Культура духовного здоров'я»; відвідування практичних занять із самопізнання і самовдосконалення; самостійне читання книг Е. Пінковської; читання науково-методичних видань М. Євтуха, Е. Пінковської, Т. Черкашиної, у

яких викладено педагогічну систему самопізнання й особистісно-професійного самовдосконалення; ведення щоденника особистих самостережень) ті форми, які він використовує у своїх заняттях самопізнанням і самовдосконаленням та, за потреби, додати свій варіант. Обрані форми підлягають ранжуванню у порядку важливості.

В аналізі відповідей закладено критерії *самостійності* й *старанності* у заняттях. Так, самостійність високого рівня буде відзначена у тих респондентів, які на перше місце поставлять форми самостійної роботи, а також додадуть свої форми; середнього рівня – у тих, хто при виборі відзначить першими групові форми роботи; низького рівня – у тих, хто не включив у свій вибір форми самостійної роботи. Відповідно старанність високого рівня простежується у респондентів, які обрали 5–6 форм (та додали власну), середнього рівня – 3–4 форми, низького рівня – 1–2 форми занять самопізнавальною діяльністю.

П'яте запитання пропонує провести порівняльний аналіз сформованості в собі наступних рис: *миролюбності* як уміння зберігати мир у собі постійно; *правдивості* як уміння слухати правду про себе; *вдячності* як уміння відповідати добром на добро; *відповідальності* як уміння визнавати свої помилки і відповідати за них; *упевненості* як уміння відстояти свою точку зору; *рішучості* як уміння здійснювати задумане; *скромності* як уміння жити за моральними і духовними нормами й законами; *бадьорості* як уміння програвати. Порівняння проводиться за шкалою від 1 до 7 (де 1 – найменший бал сформованості, 7 – найбільший) та у два часові періоди: до початку занять самопізнанням і самовдосконаленням та на момент заповнення анкети. Критерій результативності – *динаміка розвитку восьми ключових якостей характеру* під час накопичення знань про себе та досвіду їхнього застосування з метою гармонізації власної особистості. Низький рівень результативності простежується у респондентів з нульовою динамікою змін; середній рівень – з кількісними показниками змін від (+1) до (+2); високий рівень – з показниками від (+3) і вище.

Шосте питання дозволяє визначити вплив самопізнавальної діяльності на стан здоров'я респондентів. У системі самопізнання і самовдосконалення Е. Пінковської здоровою вважається особистість, у якої здоровими є такі складники, як фізичне тіло, пам'ять, бажання, емоції, думки. Для кожного зі складників визначено відповідні *критерії здорового функціонування*: відсутність хронічних захворювань для фізичного тіла; доброта для пам'яті (не пам'ятає зла); почуття міри для бажань; стриманість для емоцій; логіка для ментальної сфери. Вплив самопізнання на здоров'я учасника дослідження за вказаними критеріями визначається шляхом порівняння стану здоров'я кожного складника до початку самопізнавальної діяльності і на момент заповнення анкети. Низький рівень результативності відмічається для респондентів з нульовою динамікою змін (окрім тих, хто обрав відмітку 7 у колонці «до початку самопізнавальної діяльності»); середній рівень – з кількісними показниками змін від (+1) до (+2); високий рівень – з показниками від (+3) і вище.

Сьоме питання є логічним продовженням попереднього і визначає, чи вдалось опитуваним *позбутися своїх хронічних захворювань* за період занять самопізнанням і самовдосконаленням, що також є критерієм визначення результативності. Аналіз результатів оздоровлення відбувається з урахуванням тривалості й серйозності занять респондента самопізнанням та самовдосконаленням (відповіді на третє і четверте запитання), що відображається у виборі однієї з відповідей у цьому питанні:

– поки що мало що вдалось, ще є хронічні захворювання – низький рівень

- результативності;
- вийшло наполовину – припинились часті загострення хронічного захворювання – середній рівень результативності;
- вийшло позбутися зовсім хронічних захворювань – високий рівень результативності;
- хронічних захворювань не було й немає – високий рівень результативності (оскільки вдалося зберегти здоров'я).

Наступний критерій, за яким визначається вплив системи самопізнання і самовдосконалення на стан здоров'я й особистісний розвиток, є звільнення від шкідливих звичок, що і розглядається у *восьмому питанні*. Респондентам пропонується шкала визначення міри подолання шкідливих звичок, зокрема: звільнення на 100 % (високий рівень досягнень), на 75 % (середній рівень), на 50 % (низький рівень), а також варіант «такої звички не було». Перелік шкідливих звичок узгоджений з логікою попередніх питань і містить ті звички, які безпосередньо впливають на стан здоров'я та демонструють наявність нездоров'я у різних його складниках (зазначених у шостому питанні), а саме: вживання наркотичних речовин, вживання алкоголю, паління, лікування лише ліками, переїдання, вживання певних продуктів у надмірній кількості (жирні продукти, солодощі, кава та ін.), порушення режиму сну і бадьорості, яке призводить до накопичення втоми.

Останній критерій, який вивчається *дев'ятим запитанням* анкети, – це суб'єктивне визначення *досягнень* опитуваних, які вони пов'язують із заняттям самопізнанням і самовдосконаленням, в особистісному розвитку, сімейному житті, професійній діяльності, соціумі (громадській діяльності), творчій сфері. Запитання відкрите і передбачає розгорнуті відповіді респондентів, які при аналізі узагальнюються. За цим критерієм результативністю високого рівня будуть досягнення в усіх сферах, середнього рівня – у трьох-чотирьох сферах, низького – в одній-двох сферах.

Дослідження результативності самопізнавальної діяльності проводилось у період грудень 2020 року – січень 2021 року, за своїм характером було анонімним, добровільним. Анкетування проводилось шляхом заповнення респондентами відповідної Google-форми, тобто у зручній для них час, без обмеження тривалості процедури заповнення анкети, без прямого чи опосередкованого впливу дослідника. У зверненні до респондента повідомляється мета анкетування і те, що результати будуть представлені в узагальненому вигляді всієї групи опитуваних, що спрямовано на формування мотивації і водночас зниження тривожності за можливе оцінювання результатів і прагнення давати бажану відповідь.

Обробка результатів здійснювалася методом статистичного зведення, на основі якого складено зведену відомість анкетування [1, с. 184–188]. Запитання 4–9 анкети являють собою певну шкалу вимірів. Одиницями виміру є відповідні альтернативи – варіанти відповідей (або динаміка змін у питаннях, де варіанти передбачають порівняння), за якими відбувається групування респондентів. Крім того, шкалу вимірів складають й об'єктивні характеристики опитаних, які визначаються у питаннях 1–3 (вік, стать, тривалість занять самопізнанням і самовдосконаленням).

Після етапу статистичної обробки результатів було здійснено інтерпретацію отриманих даних, загальна логіка якої полягала у перетворенні статистичних даних у визначені показники результативності самопізнавальної діяльності респондентів.

Отже, в анкетуванні взяли участь 25 осіб, серед яких 22 – жіночої статі (88 %), 3 – чоловічої (12 %). До групи увійшли респонденти віком від 23 до 70 років, які займаються самопізнанням і самовдосконаленням терміном до 21 року. Це засвідчує той факт, що вік суб'єкта і тривалість його занять самопізнавальною діяльністю мають другорядне значення, передбачаючи лише наявність працелюбності, самостійності у прийнятті рішень, уміння осмислено читати та логічно міркувати, а першим і головним критерієм готовності до саморозвитку за цією системою є бажання самої людини стати та бути здоровою. Тому, як буде видно з аналізу відповідей на наступні запитання, кожен з опитуваних має більші чи менші, але позитивні результати, незалежно від свого віку і терміну занять самопізнанням та самовдосконаленням.

Найбільш популярними формами занять системною самопізнавальною діяльністю (*четверте питання*) є відвідування семінару Е. Пінковської «Культура духовного здоров'я» та практичних занять із самопізнання і самовдосконалення, які обрали 100 % респондентів, поставивши їх на позиції 1–4 за вагомістю; найменш популярна форма – ведення щоденника особистих самопостережень (48 %).

Аналіз проведеного респондентами ранжування форм занять самопізнавальною діяльністю дозволяє зробити висновок, що на цьому етапі опанування системи самопізнання і самовдосконалення у респондентів переважають групові форми роботи. Менш популярними є самостійні форми роботи, зокрема ведення щоденника особистих самопостережень. Таким чином, за критерієм *самостійності* високий рівень визначено у 20 % учасників анкетування, середній – у 80 %; за критерієм *старанності* високий рівень – у 68 %, середній – у 32 %.

Порівняння респондентами сформованості якостей (до початку занять самопізнанням і самовдосконаленням та на момент заповнення анкети), вказаних у *п'ятому запитанні анкети*, дозволило визначити динаміку розвитку їхнього характеру за миролюбністю, правдивістю, вдячністю, відповідальністю, упевненістю, рішучістю, скромністю, бадьорістю.

Високий рівень результативності за цим показником (динаміка розвитку восьми ключових якостей характеру під час накопичення знань про себе й досвіду їхнього застосування з метою гармонізації власної особистості), зокрема, за миролюбністю виявлено у 20 % респондентів, за правдивістю – у 28 %, за вдячністю – у 20 %, за відповідальністю – у 28 %, за впевненістю – у 20 %, за рішучістю – у 16 %, за скромністю – у 12 %, за бадьорістю – у 20 %.

Низькі показники динаміки визначено за відповідальністю, рішучістю, бадьорістю у 8 % опитаних та за скромністю – у 20 %.

Загалом виявлена динаміка особистісних змін є 100 % позитивною і доводить ефективність занять самопізнанням та самовдосконаленням.

Аналіз відповідей на *шосте запитання* анкети дозволив визначити позитивний вплив самопізнавальної діяльності на стан здоров'я респондентів. Так, 80 % осіб відмітили покращення стану фізичного здоров'я за критерієм «відсутність хронічних захворювань» (кількісний показник змін (+1) та (+2) у 60 % респондентів, що відповідає середньому рівню результативності; кількісний показник змін (+3) у 20 %, що відповідає високому рівню). 5 осіб (20 %) мають нульову динаміку, оскільки відмітили, що до початку занять самопізнанням не мали хронічних захворювань.

96 % опитаних відмітили покращення пам'яті за визначеним критерієм її здоров'я, з них середній рівень результативності у 80 %, високий – у 16 %.

Підвищення культури бажань за критерієм «почуття міри» спостерігається у 96 % слухачів семінару «Культура духовного здоров'я», серед яких у 80 % середній рівень досягнень, у 16 % – високий.

За період занять самопізнавальною діяльністю 100 % респондентів покращили стан своєї емоційної сфери за критерієм «стриманість» (середній рівень результативності у 80 % респондентів, високий – у 20 %).

Позитивну динаміку змін у ментальній сфері (критерій – логіка) позначили 96 % опитаних, серед яких 80 % мають середній рівень результативності, 16 % – високий.

У сьомому питанні, в якому з'ясувалося, чи вдалось респондентам подолати свої хвороби за період занять самопізнанням і самовдосконаленням, 12 % осіб обрали відповідь «поки що мало що вдалося, ще є хронічні хвороби» (низький рівень результативності); 68 % відзначили, що в них припинились часті загострення хронічного захворювання (середній рівень результативності). Хронічних захворювань не було і вдалось зберегти своє здоров'я у такому стані у 20 % респондентів (високий рівень результативності). Отримані результати також дозволяють говорити про позитивний вплив системної самопізнавальної діяльності на стан здоров'я суб'єктів цієї діяльності.

Звільнення від шкідливих звичок – наступний критерій визначення результативності впливу системи самопізнання і самовдосконалення на стан здоров'я та особистісний розвиток, який розглядався у восьмому питанні. 100 % респондентів зазначили, що не вживали наркотичних речовин. 60 % повністю звільнились від звички вживати алкогольні напої (16 % не мали такої звички); 16 % припинили палити (решта і не мали цієї звички); 8 % припинили лікуватися лише ліками; 12 % звільнились від звичок переїдати та вживати у надмірній кількості жирні, гострі, солодкі продукти, що прирівнюється до високого рівня досягнень.

На 75 % звільнились від різних шкідливих звичок, що прирівнюється до середнього рівня досягнень, від 20 % до 44 % опитаних (за різними звичками), на 50 % звільнились – від 8 % до 48 %, що є низьким рівнем досягнень.

У дев'ятому питанні респонденти аналізували свої досягнення в особистісному розвитку, сімейному житті, професійній діяльності, соціумі, творчій сфері, які вони пов'язують із заняттям самопізнанням і самовдосконаленням. Зазначимо, що наявність досягнень у кожній із сфер вказали 100 % опитаних. Найбільшу кількість досягнень респонденти зазначили у особистісній сфері, сімейному житті й професійній діяльності, що є цілком закономірним, оскільки кількість накопичених внутрішніх чеснот поступово перетворюється в якість зовнішніх комунікацій, дій та поступово призводить до зменшення Еґо у свідомості суб'єкта самопізнання. Такі зміни проявляються у переході від самобичувань, докорів сумління і розчарувань, жалісної любові до себе, які спонукають розвиток самопрощення, самовиправдання, самомилування до формування повноцінних миролюбності, правдивості, вдячності, скромності. Відбувається зміна мислення з формату «я, мені, моє» у формат «вони, їх, їм» та надалі – «ми, нам, наше», що у повсякденному житті проявляється у громадській діяльності, більш свідомій і відповідальній соціальній позиції, опануванні вершин творчості навіть у буденних справах.

Таким чином, вищенаведене узагальнення результатів дослідження дозволяє зробити висновок, що самопізнавальна діяльність є фактором особистісного саморозвитку і може позитивно впливати на розвиток особистості педагога, роблячи її

більш гармонійною й успішною, укріплюючи фізичне і психічне здоров'я, сприяючи соціальній активності, спонукаючи до творчої самореалізації у різних сферах життя, а тому може бути рекомендованою для використання у системі неперервної професійної освіти. Виходячи з того, що такий саморозвиток має бути не стихійним, а науково обґрунтованим і вивіреном, сприяти удосконаленню вміння проєктувати власний життєвий шлях, професійному зростанню, гармонізації особистості, вважаємо за доцільне продовжувати проведення досліджень у цьому напрямі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аносова А. В., Іваницька Л. М. Дорогою самопізнання: практичний poradnik / за заг. ред. А. В. Аносової, Л. А. Северинчук. Черкаси: Чабаненко Ю. А., 2021. 200 с.
2. Евтух Н. Б., Пиньковская Э. А., Черкашина Т. В. Методики личностно-профессионального самосовершенствования субъекта педагогической деятельности на основе самопознания: учеб.-метод. пособие: для педагогических работников. Черкасы: Чабаненко Ю. А., 2016. 406 с.
3. Евтух Н. Б., Черкашина Т. В. Педагогическая система самопознания и личностно-профессионального самосовершенствования: учебник для педагогических работников. Черкасы: Чабаненко Ю. А., 2017. 348 с.
4. Лозовой В. О., Сідак Л. В. Саморозвиток особистості у філософській рефлексії та соціальній практиці: монографія. Харків: Право, 2006. 256 с.
5. Пиньковская Э. А. Эгология. Черкасы: Чабаненко Ю. А., 2012. 438 с.
6. Пиньковская Э. А. Детектор лести. Черкасы: Чабаненко Ю. А., 2013. 436 с.
7. Професійний стандарт за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста)»: наказ Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства України № 2736 від 23.12.2020. URL: <https://www.me.gov.ua/Documents/Detail?lang=uk-UA&id=22469103-4e36-4d41-b1bf-288338b3c7fa&title=RestrProfesiinikhStandartiv> (дата звернення: 12.08.2021).
8. Самопізнання і самовдосконалення у схемах, формулах, таблицях: навч.-метод. посіб. / під заг. ред. Е. А. Пиньковської, Т. В. Черкашиної; укл. А. В. Аносова. Черкаси: Чабаненко Ю. А., 2018. 152 с.
9. Северинчук Л. А. Культура родинних взаємин: навч.-метод. посіб. для пед. працівників. Черкаси: Чабаненко Ю. А., 2015. 118 с.

REFERENCES

1. Anosova, A. V., Ivanytska, L. M. (2021). Dorohoiu samopiznannia. A. V. Anosova, L. A. Severynchuk (Eds.). Cherkasy: Chabanenko Yu. A. [in Ukrainian].
2. Evtuh, N. B., Pinkovskaya, E. A., Cherkashina, T. V. (2016). Metodiki lichnostno-professional'nogo samosovershenstvovaniya subiekta pedagogicheskoy deyatel'nosti na osnove samopoznaniya. Cherkassy: Chabanenko Yu. A. [in Russian].
3. Evtuh, N. B., Cherkashina, T. V. (2017). Pedagogicheskaja sistema samopoznaniya i lichnostno-professionalnogo samosovershenstvovaniya. Cherkassy: Chabanenko Yu. A. [in Russian].
4. Lozovoi, V. O., Sidak, L. V. (2006) Samorozvytok osobystosti u filosofskii refleksii ta sotsialnii praktytsi. Kharkiv: Pravo [in Ukrainian].
5. Pinkovskaya, E. A. (2012). Egologiya. Cherkassy: Chabanenko Yu. A. [in Russian].
6. Pinkovskaya, E. A. (2013). Detektor lesti. Cherkassy: Chabanenko Yu. A. [in Russian].
7. Profesiinyi standart za profesiiamy "Vchytel pochatkovykh klasiv zakladu zahalnoi serednoi osvity", "Vchytel zakladu zahalnoi serednoi osvity", "Vchytel z pochatkovoї osvity (z dypломom molodshoho spetsialista)": nakaz Ministerstva rozvytku ekonomiky, torhivli ta silskoho hospodarstva Ukrainy vid 23.12.2020 № 2736. URL: <https://www.me.gov.ua/Documents/Detail?lang=ukUA&id=22469103-4e36-4d41-b1bf288338b3c7fa&title=RestrProfesiinikhStandartiv>
8. Samopiznannia i samovdoskonallennia u skhemakh, formulakh, tablytsiakh. E. A. Pinkovska, T. V. Cherkashyna (Eds.). (2018). Cherkasy: Chabanenko Yu. A. [in Ukrainian].
9. Severynchuk, L. A. Kultura rodynnykh vzaiemyn. (2015). Cherkasy: Chabanenko Yu. A. [in Ukrainian].