

## ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ КАК УСЛОВИЕ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Аннотация.** В статье доказана важность умения ставить цели для осуществления непрерывного образования. Рассматривается связь целеполагания, потребностей и мотивов. Даны конкретные рекомендации о том, как грамотно ставить перед собой цели.

**Summary.** The article proves the importance of the ability to set goals for the implementation of continuous education. The relationship between goal-setting, needs and motives is shown. There are some specific recommendations on proper goal setting.

В любом образовательном процессе ведущее место занимает постановка целей. В этом смысле они несут характер опережающего развития определенной деятельности. От умения ставить перед собой «правильные» цели во многом зависит успешность индивида, уровень его притязаний, самооценка, устойчивость Я-концепции и психологическое здоровье.

Цель понимается, как осознанный ожидаемый результат, внутренний образ и некая модель будущего. По мнению А.Н. Леонтьева, система деятельности подразумевает достижение определенных целей, причем в нужной последовательности [4]. Чрезвычайно важно, чтобы общая (или конечная) цель была четко конкретизирована, тогда будут понятны и промежуточные этапы для ее достижения. Следовательно, цели располагаются в иерархической структуре.

Процесс выбора и проработки главной и второстепенных целей, называется целеполаганием. Это понятие зависит от значимости процесса, в котором участвует индивид. В этом плане образование должно входить в систему ценностей человека, нести в себе важность и первостепенность.

Значимость зависит от круга интересов, которые, в свою очередь, определяются потребностями. Наиболее полно данную проблему рассмотрел А. Маслоу, выделив иерархию потребностей [5]:

1) в основе жизнедеятельности лежат физиологические потребности (в пище, одежде, жилье);

2) далее следует потребность в защищенности (в безопасности, материальном достатке);

3) затем возникают социальные потребности (в общении, дружбе, любви);

4) престижные потребности (в уважении, статусе);

5) в самореализации (в самоутверждении, творчестве).

Важность образования появляется лишь на третьем уровне развития потребностей. Следовательно, пока человек не почувствует себя спокойно в бытовом и материальном смыслах, ему не до получения знаний. Здесь виден парадокс человеческой жизни: чтобы заработать – нужно образование, но нет стремления к нему, пока не удовлетворены базовые потребности. Каждый человек выходит из этой ситуации по-своему. Одни зарабатывают деньги физическим трудом, а затем повышают свой уровень образования, другие – включают волевую регуляцию и стараются не акцентировать внимание на своих потребностях.

Человеческая психика обладает компенсаторной способностью. Это проявляется в том, что индивид в зависимости от ситуации сам избирает подходящий стимул. Данное понятие подразумевает наиболее значимый объект, явление или представление, направленное на удовлетворение существующей потребности. Причем, чем весомее стимул, тем больше внимания он к себе притягивает. Благодаря подключению эмоций к данному процессу, стимул способен превратиться в цель, а потребность стать мотивом.

Мотив – это многогранное понятие. Е.П. Ильин рассматривает его как потребность, как саму цель, побуждение, намерение, личностную диспозицию, состояние, формулировку, удовлетворенность [3]. «Мотив – это сложное психологическое образование, побуждающее человека к сознательным действиям и служащее для них основанием и обоснованием» [1, с. 18].

С точки зрения образования интересны именно познавательные мотивы, которые относятся к внутренним структурам. Они направлены на познание нового и получение удовольствия от данного процесса, а также от затраченных на это усилий. Для их реализации важны следующие условия:

- переживание собственной включенности в учебный процесс;
- ощущение компетентности;
- возможность свободного выбора;
- осознание личной ответственности;
- пример других;
- доброжелательное, но требовательное отношение преподавателя;
- создание условий для творческого процесса и самореализации.

Обычно цели детерминируются сразу несколькими мотивами. Например, желание поступить в ВУЗ может быть вызвано давлением родителей (внешний мотив), желанием узнать новое (познавательный), познакомиться с интересными людьми (социальный), самоутвердиться в будущем (лично-нравственный мотив).

На основе умения работать со своими целями формируется такое качество личности, как целеустремленность. Человек, у которого есть такая характеристика, способен длительное время прилагать активные усилия для достижения поставленной цели. Целеустремленность во многом определяется умением грамотно ставить перед собой цели.

В психологии этой тематике уделяется много внимания [1; 2; 6]. Обобщив все изложенное данными авторами, можно вывести несколько универсальных правил постановки целей:

1. Позитивная формулировка. Цель должна быть сформулирована с точки зрения положительных эмоций, должна отсутствовать частица «не» в тексте запроса. Нейрофизиологами доказано, что мозг не воспринимает «не», а из-за этого запускается отрицательная программа жизненного сценария.

2. Экологичность цели. Это понятие относится к нравственному принципу «не навреди». Цель не должна быть направлена во вред себе или окружающим. Для проверки экологичности задаются такие вопросы:

- «Как изменится моя жизнь, когда я достигну желаемого?»;
- «Что произойдет в отношениях с окружающими?»;
- «Не навредит ли мой результат близким людям?» и т.п.

3. Личностный характер. Цель должна относиться к индивиду, а не к другим людям. Например, «получить отличную отметку», а не «учитель ставит мне 10».

4. Визуализация. Это четкое, яркое и образное представление в воображении желаемого результата.

5. Проработка мелких шагов. Для достижения глобальной цели важно выделить подпункты, этапы для ее осуществления. Для этого отлично помогает упражнение «Лестница целей». На бумаге изображают лестницу из 10 ступеней, где нижняя обозначает начало пути к желаемой цели, а верхняя – достижение ее. Затем индивид определяет, на какой ступеньке он находится, прописывает, что делает сейчас для реализации цели. Далее описывается каждая ступень с фиксацией на том, как индивид поймет, что прошел этот этап, и можно подниматься на следующую ступень. Финальная ступенька также расписывается, т.к. очень важно, чтобы индивид осознал, какие чувства, события, изменения придут в его жизнь с получением цели.

6. Достижимость. Это качество зависит от самооценки и уровня притязаний индивида. Важно уметь адекватно себя оценивать и ставить перед собой реальную планку, иначе результат будет негативным.

Закономерным итогом непрерывного образования является целостное развитие личности на протяжении всей жизни человека. Этот процесс будет невозможен без грамотного целеполагания, обучать которому необходимо уже со старшего дошкольного возраста.

## Литература

1. Глазунов, Т. Ю. Моделирование целеполагания / Т. Ю. Глазунов. – М.: Ин-т компьютерных исследований, 2012. – 216 с.
2. Долгоруков, А. М. Стратегическое искусство: целеполагание в бизнесе, разработка стратегии, воплощение замысла в жизнь. / А. М. Долгоруков. – М.: IS-Паблишинг, 2004. – 368 с.
3. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы. / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 512 с.
4. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А. Н. Леонтьев. – М.: Книга по Требованию, 2011. – 130 с.
5. Маслоу, А. Мотивация и личность. / А. Маслоу. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2016. – 400 с.
6. Неудакин, В. А. Формирование целеполагания учащегося как механизм преемственности ценностей. / В. А. Неудакин. – М.: Алетей, 2014. – 200 с.