

*Ks. Eugeniusz Mitek, Wrocław*

## **SAMOWYCHOWANIE I JEGO STRUKTURA**

### **Wprowadzenie**

Samowychowanie u młodego człowieka jest naturalną konsekwencją poprawnej formacji otrzymanej w domu rodzinnym, a także szkole i parafii. Polega ono na wzmożonej samokontroli, by lepiej siebie poznać, dokładniej ocenić i podjąć postanowienie przykładowego życia. Proces ten nie jest obcy wychowawcom, ani duszpasterzom, którzy stale zachęcają do pracy nad sobą. Taki wysiłek prowadzi do zwycięstwa w zmaganiu moralnym i pogłębianiu ducha<sup>1</sup>

Wszelka praca nad sobą rozpoczyna się od poznania siebie, a w dalszej konsekwencji musi zaistnieć samoocena i chęć zrealizowania podjętych postanowień. Nie wszyscy podejmują się takiej pracy, bo z tym wiąże się znaczny wysiłek. Wielu zadowala się byciem takim, jakim się jest. Nie widzą potrzeby pogłębiania swej wiary, ani doskonalenia się pod względem moralnym.

Samodzielne poznawanie siebie jest wówczas wartościowe, kiedy wiąże się z kształtowaniem charakteru, a w konsekwencji i osobowości. Każdy człowiek może podjąć czynność samowychowawczą. Jest ona proporcjonalna do wieku życia, naturalnych predyspozycji, wykształcenia i posiadanej religijności<sup>2</sup>

Samowychowanie rozpoczyna się już we wczesnych latach szkolnych. Uczeń stopniowo poznaje siebie i bierze odpowiedzialność za własne czyny. Potrzebne jest do tego poprawnie ukształtowane sumienie, które pomaga w niwelowaniu grzechów i złych przyzwyczajzeń, a wspiera przy nabywaniu cnót kardynalnych i moralnych. Praca taka nigdy się nie kończy, a więc towarzyszy do lat dorosłości.

### **1. Poznawanie siebie jako podstawowe zadanie człowieka**

Człowiek podejmujący pracę nad sobą, choć jest istotą psychobiologiczną, ale nie całkowicie podporządkowuje się prawom natury. Ponadto jest osobą społeczną, lecz nie w pełni podlegającą wspólnotom ludzkim. Jest też w centrum zainteresowania różnych nauk, a w tym pedagogiki. W swoim rozwoju musi się zastanawiać

<sup>1</sup> D. Adamczyk, *Postawa służby na wzór Chrystusa – istota samowychowania nauczyciela*, w: M. Nowak (red.), *Pedagogiczna inspiracja w nauczaniu Jana Pawła II*, Biała Podlaska 2005, s. 372.

<sup>2</sup> E. Mitek, *Pedagogika dla teologów*, Wrocław 2002, s. 162.

jaki jest sens jego życia na ziemi, jakie cele i wartości powinien wybierać. Pytania te i podobne wpływają na potrzebę poznawania siebie<sup>3</sup>

W poznawaniu samego siebie, ważne są kryteria i motywy doskonalenia się. Człowiek działa pod wpływem dwóch różnych prądów – liberalnych i chrześcijańskich. Wiele zależy od przyjętej filozofii i patrzenia na świat. Istotny jest punkt odniesienia – Bóg, czy materia? Z tym wiążą się wzory zachowań. Mogą rodzić się dylematy w osądzaniu co jest dobre, a co złe. W rozwiązywaniu problemu musi pomagać samopoznanie. Poprzez ten proces może kontrolować własne postępowanie.

Pragnienie bycia lepszym skłania jednostkę do podmiotowego spojrzenia na siebie i przedmiotowego badania własnych poczynań. Pragnie postępować w myśl ewangelicznego pouczenia, że „każde dobre drzewo wydaje dobre owoce” (Mt 7,17). Samopoznanie jest więc zespołem aktów związanych z doskonaleniem się. Człowiek ma nadzieję poprawienia czegoś w sobie. Sam odkrywa własne cechy charakteru i widzi siebie w różnych akcjach na terenie domu, szkoły i parafii<sup>4</sup>

Spojrzenie na siebie wiąże się z posiadaniem odpowiednich predyspozycji. Są to najczęściej zabiegi o charakterze intelektualnym, ale nie pozbawionym zabarwienia emocjonalnego i wolitywnego. Proces taki jest możliwy przy prawidłowym poznawaniu siebie. O jego powodzeniu decyduje posiadana motywacja. Jednostka chce samodoskonalić się. Pragnienie to występuje przeważnie na podłożu identyfikacji z wybraną osobą, która dostarcza wzorów i pozostaje w bliskiej zażyłości. Może to być ktoś z rodziców lub innych domowników, gorliwy katecheta lub życzliwy duszpasterz. W tej grupie często znajduje się patron z chrztu lub bierzmowania<sup>5</sup>

W poznawaniu siebie jest pożyteczny zaprzyjaźniony człowiek. Wpływa on na łatwiejsze przechodzenie na wyższe etapy autoedukacji. On może dyskretnie pomagać w coraz bardziej wyzwalającej się samodzielności i odpowiedzialności za siebie. Muszą to być więzy oparte na autentycznym szacunku i wzajemnym zaufaniu. Wzory osobowe są tu traktowane jako szczególne środki dydaktycznego działania. Wymaga to dostosowania ich do dalszych etapów rozwoju podmiotu pracującego nad sobą.

Samopoznanie jest czymś innym niż samowiedza, gdyż ta powstaje ze znajomości siebie, ale pod względem fizycznym. Chodzi o wygląd, budowę ciała, temperament, zainteresowania itp. Natomiast w samopoznaniu zależy jednostce na zrozumieniu osobistych przeżyć duchowych, w których występują siły związane z wewnętrznym rozwojem człowieka. Niekiedy w takim wysiłku mogą pojawić się pewne trudności osłaniające proces samopoznania<sup>6</sup>

W poznawaniu siebie korzysta się z różnych pamiętników, dzienniczków, lektur introspekcyjnych, czy biografii znanych ludzi. Każda tego rodzaju pomoc zachęca do zastanowienia się nad własnym postępowaniem w codziennym życiu. Mając impulsy

<sup>3</sup> Z. Płużek, *Człowiek w poszukiwaniu samego siebie*, w: *Człowiek, istnienie i działanie*, Kraków 1974, s. 9.

<sup>4</sup> H. Muszyński, *Proces samowychowania i jego struktura*, „Życie Szkoły” 3 (1975), s. 3.

<sup>5</sup> T. Kukołowicz, *Pomagamy w samowychowaniu*, Warszawa 1988, s. 150.

C. Walesa, *Samowychowanie a rozwój człowieka*, „Zagadnienia Wychowawcze a Zdrowie Psychiczne” 4 (1984), s. 33.

z zewnątrz, łatwiej można wejść w głębię własnego „ja”. Rozmowa z drugą osobą wyzwala pytania i zmusza do szukania odpowiedzi. Jest to ważny czynnik w pracy samopoznawczej. Bardziej docenia się własne radości i prowadzi do zastanawiania się nad smutkami. Przy okazji pojawiają się marzenia i plany życiowe. Kontakt z przyjacielem zachęca do szczerości i zwierzeń, a także analizy i lepszego zrozumienia siebie<sup>7</sup>

Poznanie siebie jest sztuką intelektualną. Nie da się do tego nikogo zmusić. Jedni z większym zaangażowaniem poznają siebie, a drudzy na skutek jakiejś sytuacji. Z grupy świętych znani są tacy, którzy prowadzili dzienniczki swego życia. Można tu zaliczyć Jana XXIII i Faustynę Kowalską. Notatki ich stały się lekturą powszechnie znaną i przyczyniły się do oddawania im czci. Doczekały się licznego nakładu i są pomocą dla niejednego człowieka chcącego ich naśladować.

Uczniowie pracujący nad sobą i coraz lepiej poznający siebie powinni być wspierani przez swe otoczenie. Wynika to z zalecenia Soboru Watykańskiego II, który docenia potrzebę szukania drogi do osobistej odnowy ducha (DWCH 3). Samopoznanie prowadzi do świadomego kierowania sobą. Łatwiej udaje się to u ludzi szlachetnych, prawych i cieszących się wymaganym autorytetem<sup>8</sup>

Praca nad poznawaniem siebie nie jest procesem krótkotrwałym, ani jednorazowym. Nie prowadzi ona do osiągnięcia jakiegoś ideału, by cieszyć się nim przez całe życie i mieć spokój ze sobą. Nie można jednoznacznie stwierdzić, że do końca poznano siebie. Tu nie osiąga się takiego zadowolenia, że wszystko jest już jasne. Proces ten wymaga wielkiej systematyczności i nie przewiduje żadnych przerw autobadawczych.

Etapem towarzyszącym samopoznaniu jest idealizacja pewnych osób. Tu pojawia się niezadowolenie z siebie i poczucie braku czegoś w codziennym postępowaniu. Takie uświadomienie następuje w wyniku przymiarki siebie do wzorca. Najczęściej jest nim obrany ideał. W tym procesie stawia się coraz wyższe wymagania w dążeniu do ich osiągnięcia. Jest to droga w stronę ideału. Tu dostrzega się bliskość Boga, który jest dawcą norm moralnych.

Wzorce osobowe są odbiciem obranego ideału. One pomagają przewycięzać wszelką niechęć, oschłość i znużenie. Sprzyja temu lenistwo, apatia i rezygnacja z wysiłku. Wzory podawane na katechezie, czy w kościele, pomagają w kształtowaniu charakteru. Często stają się wstępem pociągającym do podobnego życia. W ten sposób pobudza się do kształtowania konkretnych cnót, które wspierają proces samopoznawczy<sup>9</sup>

Samopoznanie domaga się dokładnego sporządzenia obrazu siebie – swojego życia i postępowania, aby można było porównać osobiste osiągnięcia z ideałem. Wymaga to krytycznego spojrzenia na siebie. W miarę rozszerzania się kontaktów społecznych i zdobywania doświadczenia, jednostka zaczyna przekonywać się, że nie zawsze musi być podziwiana, ani premiowana. W wyniku tego zaczyna sobie

<sup>7</sup> S. Baley, *Drogi samopoznania*, Kraków 1977, s. 48.

<sup>8</sup> T. Kukołowicz, *Wychowanie do samowychowania*, „Sprawozdanie Towarzystwa Naukowego KUL” 5 (1976), s. 117.

F. Bednarski, *Wychowanie młodzieży dorastającej*, Rzym 1987, s. 108.

uświadamiać, że obok zalet dających okazję do radości i zadowolenia, są także wady, które stają się przyczyną zmartwień<sup>10</sup>

Metoda, która sprawia, że proces samopoznawczy przebiega skutecznie, jest rachunek sumienia połączony ze spowiedzią św. To daje poczucie własnej odrębności towarzyszącej chęci pracy nad sobą. Proces ten ma wartość subiektywną, bo związany jest z określonym podmiotem. Na tej drodze poznawania siebie odkrywa się miłość własną, pychę, niezdrowe ambicje i egoizm. Jest tu potrzebne poznanie hierarchii wartości, by wiedzieć do czego się zmierza i jaki cel przyświeca poszczególnym działaniom. Wysiłek poznawczy dotyczy nie tylko ideału, ale również upodobania sobie jakiegoś obiektu. Praca ta nie prowadzi do narzekania, ani gniewu, ale dodaje energię w rozpoczętym dziele. Dynamizm poznawczy wpływa na kształtowanie własnej postawy wobec otaczającej rzeczywistości. Nie obywa się to bez stawiania sobie pytań – jakim się jest i do czego się zmierza?<sup>11</sup>

Kto pracuje nad sobą, wie, że ten proces nie jest łatwy, bo wymaga licznych wyrzeczeń, a nawet ćwiczeń. Bez samopoznania trudno byłoby doskonalić się. To musi być, ponieważ dąży się do oceny siebie w świetle Dekalogu i Ewangelii, a także osobistego planu i poprawnie funkcjonującego sumienia. Bez tych odniesień praca nad sobą mogłaby doznać uszczerbku, a nawet być skazaną na przerwanie. Umacnia w tym zakresie nauka Kościoła, a szczególnie pouczenia Jana Pawła II<sup>12</sup>

## 2. Ocena własnych dążeń i czynów w świetle wiary i moralności

Samoocena jest późniejszą czynnością w stosunku do czynności poznawczych siebie. Jest to zjawisko spontaniczne w okresie wzrastania młodych ludzi i musi harmonizować z moralnością i zasadami wiary. Istnieje tu pewne niebezpieczeństwo deformacji własnej osoby. Objawia się to w przecenianiu lub niedocenianiu siebie z powodu poczucia wyższości albo niższości. Chcąc uniknąć skrzywienia własnej oceny przydatne są przykłady czerpane z Biblii i Tradycji, hagiografii i historii, a nawet pięknej literatury, która zawiera wiele przykładowych scen z życia chrześcijańskiego. Proces ten przynosi dobre rezultaty, zwłaszcza kiedy podmiot jest wolny w swoim duchowym rozwoju i może czuć się odpowiedzialny za własne czyny<sup>13</sup>

Każda osoba ma prawo do moralnej oceny wszystkich swoich poczynań, które zostały spełnione wedle prawidłowo ukształtowanego sumienia. Na tej drodze osobistego rozwoju można dążyć do coraz doskonalszego miłowania Boga i bliźnich. Mogą tu być pomocni rodzice, wychowawcy i duszpasterze. Środkiem praktycznym jest rachunek sumienia przeprowadzany pod kątem jakiejś wady głównej. Efektem takiej pracy są postanowienia poprawy i chęć korzystania z łaski Bożej.

<sup>10</sup> S. Kunowski, *Podstawy pedagogicznego rozwijania życia wewnętrznego*, w: T. Bielski (red.), *Odrodzenie życia wewnętrznego*, Poznań 1977, s. 67.

<sup>11</sup> A. Gurzycka, *Struktura i dynamizm procesu wychowawczego*, Warszawa 1989, s. 98.

<sup>12</sup> Jan Paweł II, *List do młodych całego świata*, Rzym 1985.

<sup>13</sup> T. Kukołowicz, *Usprawienie w samowychowaniu*, „Sprawozdania Towarzystwa Naukowego KUL” 5 (1976), s. 4.

Krytycznie przeprowadzana samoocena wyzwala uczucie radości i daje ulgę wewnętrzną, a w przeciwnej sytuacji pojawia się lęk, zawstydzenie, niezadowolenie i poczucie winy. Wszystko to zależy od rzetelności pracy nad sobą. Z pomocą przychodzi pedagogia chrześcijańska, która poprzez samowychowanie prowadzi młodych do Boga. Jej wpływ jest znaczny na młode pokolenie, bo może podmiot pracujący nad sobą przemieniać w „nowe stworzenie” (KDK 39).

Samoocena ułatwia jednostce w przyjmowaniu wskazań wychowawczych. Mogą one być liczne, jak różne są słabości i grzechy ludzkie. Dzięki nim kształtuje się odpowiedzialność za siebie i wchodzi się w pozytywne układy z innymi osobami. Ma to swoje znaczenie w życiu rodzinnym, szkolnym i parafialnym. Osoba nie korzysta z jednej metody, bo każde otoczenie i określone sytuacje narzucają sposób postępowania. One inspirują wymaganą formę samooceny i prowadzą na dalsze etapy pracy nad sobą<sup>14</sup>

Proces samooceny jest poprzedzany autoobserwacją. Patrząc na siebie, porównuje się ze sobą i własnym postępowaniem. W ten sposób ubogaca się wiedzę o sobie. Wszystko dokonuje się w świetle obranego wzorca, poprawnego rozpoznania i rzetelnej oceny. W przeciwnej sytuacji praca nad sobą mogłaby ulec skrzywieniu. Proces ten jest zespołem sądów i opinii, które jednostka odnosi do siebie. Pozwala to krytycznie ustosunkować się do własnych słabości i zaniedbań.

Znając siebie, własne możliwości i środowisko, stawiane wymagania są lżejsze w realizacji. Chętniej wyznacza się tu cele życiowe i krytycznie ocenia osobiste zamysły. W ten sposób analizuje się wszelkie dążenia w świetle wiary i moralności. Tu nauka Chrystusa stanowi kryterium, według którego powinno się postępować w procesie samooceny. Ona jest jasnym wskaźnikiem przenikającym umysł i duszę ludzką. Pomaga w rewizji własnych czynów i prowadzi na drogę doskonałości<sup>15</sup>

W życiu potocznym trudno spotkać idealny obraz ludzkiej osobowości. Są nimi święci i bohaterowie. Tylko oni mogą zapalać osobistą gorliwość w pracy nad sobą, by coraz lepiej siebie poznać. Wzory osobowe stymulują proces modelowania się całej duchowości. Zjawisko to jest znane również w procesie samooceny. Choć posiada zabarwienie emocjonalne, stanowi istotną siłę napędową w doskonaleniu religijno-moralnym. Jest też miarą wszystkich życiowych sytuacji i pragnień<sup>16</sup>

W procesie samooceny wartość wzorów osobowych jest znaczna, gdyż dzięki porównywaniu łatwiej zauważa się własne sukcesy i niepowodzenia. Tu często rodzi się pytanie – jak żyć, by upodobnić się do ideału? U młodych pojawia się chęć naśladowania tych ludzi, którzy wyróżniają się w społeczeństwie. Dotyczy to prawie każdej dziedziny życia. Ustalenie drogowskazu na całe życie nie jest stabilne, gdyż człowiek działa pod wpływem różnych sytuacji, nie zawsze korzystnych dla duchowego rozwoju. Znajomość systemu wartości, porównywanie siebie z innymi i wzmocniona praca nad sobą, prowadzą na właściwe drogi, na których można dokonywać oceny samego sie-

<sup>14</sup> B. Łapiński, *Pomagać dorastaniu*, „Katecheta” 34 (1990), s. 97.

<sup>15</sup> B. Wolniewicz, *Zagadnienie samowychowania w młodzieżowej grupie specjalnych zainteresowań*, Wrocław 1974, s. 108.

<sup>16</sup> S. Kulpaczyński, *Samowychowanie*, „Seminare” 4 (1979), s. 196.

bie.

U chrześcijan wiąże się z wolą Bożą to wszystko, co prowadzi do świętości życia. Dlatego samoocenie podlega cały człowiek ze swoimi myślami, uczuciami i czynami. On musi być świadomy swoich obowiązków i znać konsekwencje w sytuacji przeciwnej. Odpowiedzialność wzrasta proporcjonalnie do stopnia dojrzałości. Wiedzą o tym rodzice i wychowawcy, dlatego pochwalają każdą formę procesu samooceny u młodych ludzi<sup>17</sup>

Samoocena jako składnik strukturalny autoedukacji wiąże się ściśle z planem życia. Rozpoczyna się od samopoznania i zmierza stopniowo do wartościowania podejmowanych działań. Zjawisko to możliwe jest na drodze obserwacji samego siebie w wielu różnych sytuacjach. Zachęca to do określenia tego, co najczęściej eksponuje się w zachowaniu i przekazach ludzkich.

Na tym etapie samooceny konieczne jest właściwe czuwanie nad sobą, by nie pomijać istotnych cech we własnym życiu. Proces ten powinien przebiegać w świetle religijno-moralnej analizy. Jest to też droga do celu ostatecznego. Na niej urzeczywistnia się poznanie wartości, które wynikają z samooceny. Nie każdy zabiega o obiektywne poznanie siebie, choć przed nikim nie zamyka się takich możliwości<sup>18</sup>.

Wśród młodzieży jest wielu pragnących się doskonalić, ale są też tacy, którym odpowiada środowisko przeciętnych ludzi. Przeważnie chodzi o rówieśników z podwórka i ulicy, placów zabaw i gier komputerowych. Czas młodości i dojrzewania, to niewątpliwie ważny okres w życiu człowieka. W nim stawiając wiele pytań, szuka się odpowiedzi, by prawidłowo ukształtować swój charakter, a w konsekwencji i osobowość. Świat dostarcza mu wiele form w dążeniu do szczęścia. Pluralizm i sprzeczność postaw powodują niemało wątpliwości i dezorientację we właściwym doborze wartości.

Istnienie wielu środowisk wychowawczych i nurtów formacyjnych zmusza młodych ludzi do autoformacji, dzięki której poznaje się, ocenia i dąży do realizacji życiowych planów. Chodzi tu o wiele aktów odkrywających codzienne życie ludzkie. Jest to wewnętrzna praca nad sobą w celu ukształtowania własnego poglądu na świat i osiągnięcia właściwych postaw. Samoocena, to przede wszystkim działanie pobudzające do właściwego postępowania<sup>19</sup>

Doniosłość i bogactwo tego procesu nabiera szczególnej ważności dla dalszego rozwoju. Wiąże się z tym czynnik odpowiedzialności wobec prawidłowego ukształtowania ludzkiego życia. Każda samoocena rzutuje nie tylko na młodość, ale również późniejsze lata życia. Dlatego wszystkie środowiska wychowawcze na czele z rodziną troszczą się o młode pokolenie.

Proces samooceny sprzyja nie tylko w życiu rodzinnym, ale również w nauce szkolnej i praktykach religijnych. On wynika z ducha pedagogizacji młodego pokolenia. Umac-

<sup>17</sup> E. Kozłowska, *Wychowanie do samowychowania*, w: M. Nowak (red.), *Pedagogiczna inspiracja*, dz. cyt., s. 356.

<sup>18</sup> S. Krajski, *Podstawy samowychowania*, Warszawa 1998, s. 48.

<sup>19</sup> Z. Szulc, *Wartości instrumentalne i kierunkowe w samowychowaniu*, w: J. Binczycka (red.), *Z zagadnień samowychowania studentów*, Katowice 1983, s. 21.

nia się na katechezie i podczas różnych pielgrzymek o charakterze religijnym. Nauczanie Jana Pawła II stało się wyznacznikiem dla wszystkich wychowujących dzieci i młodzież. Jego pedagogia wiąże się z troską o każdego młodego człowieka<sup>20</sup>

Pomiędzy procesem samopoznania a samooceny nie musi zachodzić relacja następstwa czasowego. Te procesy najczęściej pozostają wobec siebie w zmiennej zależności, w której istotnym elementem jest zainicjowanie wszechstronnej pracy nad sobą. Chodzi o to, by modyfikować własne poglądy i zachowania. Zadanie to przeprowadza się w trudzie i z wielką wytrwałością. Wymaga dużej cierpliwości i stanowczości. Dążenie do określonych ideałów podejmuje się przy uświadomieniu swoich słabości.

Samoocena opiera się na obiektywnych wartościach i określonych wzorach. Jednostka ustala zadania, dobiera metody i środki, a potem kontroluje i ocenia. Praca taka ma swoisty aspekt. Potrzebna jest tu prawda wobec samego siebie połączona z wewnętrzną wolnością. Przydatny w tym procesie jest dialog z dojrzałymi osobami. Pomaga on w analizie usłyszanych pouczeń, a potem w syntezie podjętych postanowień. Najważniejsze są wnioski praktyczne, które ukazują właściwą drogę do lepszego życia<sup>21</sup>

Proces samooceny można dzielić na etapy. Wiązą się one z czasem lub możliwościami realnymi. Wszystkie mają wspólny cel i przyczyniają się do rozwiązywania problemu. Ważne jest zrozumienie struktury autoedukacji i powiązanie jej z codziennym życiem. Tempo samooceny może być uzależnione od otoczenia, w którym przebywa osoba chcąca pracować nad sobą. Jednostka musi znać podstawowe zagrożenia płynące ze środowiska i umieć je przewyżczać<sup>22</sup>

### 3. Realizacja postanowień i dążenie do świętości życia

Po samopoznaniu i samoocenie następuje realizowanie podjętych postanowień. Sprzyja temu procesowi samokontrola. Chodzi o poznanie swego powołania życiowego, określenie własnych poczynań i siły woli. W takim procesie wyzwala się aktywność podmiotu w kierunku własnego rozwoju pod kątem bycia lepszym człowiekiem. Potrzebna jest tu koncentracja nad głównym postanowieniem prowadzącym do świętości życia. Systematyczny i planowy wysiłek skłania do syntetycznego myślenia nad stanem własnej duszy i posiadanych cech charakteru. Wielką rolę odgrywa w tym zdolność samokontroli, która skłania do realnej oceny siebie w aspekcie religijno-moralnym<sup>23</sup>

Na tym poziomie pracy uzyskuje się sprawność do kierowania sobą. Następuje to dopiero po określeniu celu samowychowawczego, poznaniu stanu własnego zachowania, postępu duchowego i możliwości realizowania postanowień poprawy.

<sup>20</sup> A. Zellma, *Samowychowanie*, w: C. Rogowski (red.), *Leksykon pedagogiki religii*, Warszawa 2007, s. 698.

<sup>21</sup> I. Jundziłł, *O samowychowaniu*, Warszawa 1985, s. 48.

<sup>22</sup> S. Sławiński, *Samowychowanie dziś. Przeszkody i zadania*, „W Drodze” 10 (1998), s. 71.

<sup>23</sup> I. Jundziłł, *Rola samowychowania w rozwoju człowieka*, „Wychowanie” 2 (1982), s. 120.

Proces ten na ogół przebiega zgodnie z indywidualnymi cechami duchowej struktury. Dlatego u jednych realizacja postanowień i siła dążenia do świętości życia jest systematyczna, a u drugich z przerwami.

Czynność urzeczywistniania osobistych postanowień może przebiegać na podłożu intelektualnym, emocjonalnym lub wolitywnym. Wiele w tej pracy zależy od stopnia udziału świadomości, potrzeb psychicznych, akceptowania systemu wartości, uspołecznienia w rodzinie i grupie rówieśniczej, myślenia refleksyjnego oraz rozwoju religijno-moralnego. Jednostka pracująca nad sobą pragnie osiągnąć spokój sumienia i zdobyć wiele pozytywnych cech, a przez to osiągnąć równowagę w kierowaniu własnym życiem<sup>24</sup>

Efekt realizacji postanowień samowychowawczych jest zależny od jakości decyzji i posiadanej motywacji. Treść pozytywnego starania się lub negatywnego unikania decyduje o kierunku i celach osobistych dążeń. Stałość i wierność osiąga się za pomocą dobrych uczynków oraz konkretnych decyzji. Postanowienia muszą być jasne i odnosić się do osobistych zamierzeń. Program własnej aktywności wiąże się z przyjętą intencją i motywacją. Pozytywnym objawem jest to, kiedy urzeczywistnianie postanowień wchodzi w nawyk samowychowawczy. Pomocne w tym są przyrzeczenia wyrażane na piśmie z podaniem terminów. Prowadzi to do osiągnięcia celów związanych z całością samowychowania. Nie jest to czynność jednorazowa, bo może ona trwać w kolejnych latach życia.

Autorealizacja postanowień obejmuje ten okres w życiu, kiedy jednostka jest zdolna do samodzielnego poznawania i oceniania siebie. Mogą w tym pomagać osoby dojrzałe psychicznie i odpowiedzialne za to co czynią. Nie mogą one budzić zastrzeżeń religijno-moralnych i w zakresie wymaganego autorytetu. Niekiedy pojawia się w podmiocie niechęć do wewnętrznego wysiłku, zaznacza się pesymizm i nadmiar obowiązków związanych z pracą w domu lub nauką w szkole. Towarzyszy temu uleganie negatywnym wpływom środowiska i odkładanie praktyk religijnych<sup>25</sup>

Osoby zajmujące się wychowywaniem młodego pokolenia powinny uczyć świadomego dążenia do lepszego życia, rozwijać wymaganą aktywność, pokazywać pewne wzory, zachęcać do dobrych uczynków, ukazywać właściwą hierarchię wartości i prowadzić do autorefleksji. Realizowanie osobistych postanowień jest możliwe zarówno u dziewcząt, jak i chłopców, u osób młodszych i starszych, biedniejszych i bardziej zamożnych. Dotyczy więc wszystkich, którzy pragną robić postępy w swoim życiu religijno-moralnym<sup>26</sup>

W procesie realizacji własnych postanowień pojawia się dążenie do pozytywnej odpowiedzi na Dekalog i Ewangelię. Zaznacza się dążenie do perfekcyjnego wypełniania podjętych postanowień, bez którego nie ma pragnienia doskonalenia się. Wyraża się to w określonych aspiracjach, kiedy dąży się do osiągnięcia podobnego stanu jaki zauważa się u wybranych osób. Choć podstawowym

<sup>24</sup> B. Łapiński, *Pomagać w dorastaniu*, „Katecheta” 34 (1990), s. 97.

<sup>25</sup> K. Lewandowski, *Samowychowanie – owoc aktywności i kontemplacji*, „Trzeźwymi Bądźcie” 4 (2000), s. 8.

<sup>26</sup> A. Skoreczko, *Samowychowanie*, „Czas Miłosierdzia” 12 (2003), s. 4.

wzorem jest Jezus, nie wyklucza się Maryi i Świętych. Poprzez konfrontację siebie z takimi Osobami pojawia się z jednej strony niezadowolenie z własnych cech życiowych, a z drugiej pragnienie dorastania.

Doskonalenie siebie nie jest równoznaczne z poznawaniem ideałów. Potrzebne są tu czyny, a więc konkretne realizowanie się w świetle zasad chrześcijańskiej moralności i ewangelicznej religijności. W takich sytuacjach zaznacza się głębia ludzkiej duchowości. Prawość życiowa jest bazą wszelkich cnót towarzyszących samowychowaniu. Praca i modlitwa we własnej intencji stają się codziennością na każdym etapie samodoskonalenia się<sup>27</sup>

Siły człowieka w tej dziedzinie są niekiedy bardzo skromne i dlatego jednostka chętnie korzysta z czyjejs pomocy. Najlepiej, jeśli są to osoby godne naśladowania i wyróżniają się w określonym środowisku. One mobilizują wysiłek dążeniowy woli w zakresie zwalczania wad i nabywania cnót, opanowania grzesznych namiętności i codziennych niedoskonałości. Podstawą jest miłość okazywana Bogu i każdemu człowiekowi, życie przykładne i zgodne z określonym powołaniem<sup>28</sup>

Stałość i wierność postanowieniom w ciągu dłuższego czasu jest czynnikiem sprzyjającym w podejmowanym procesie autoedukacyjnym. Wyływa on z wewnętrznej potrzeby ciągłego doskonalenia się i prowadzi do maksymalnego rozwoju religijno-moralnego. Wszelkiego rodzaju rady w kierunku realizacji postanowień wpływają na postępowanie duchowe. Do tego potrzebny jest wysiłek osobisty podmiotu dążącego do doskonalenia.

Praca nad realizowaniem postanowień poprawy i świadome dążenie do świętości w codziennym życiu jest najbardziej twórczym wysiłkiem. Pozwala odnajdywać pełną wartość życia i darzy prawdziwym urokiem ducha. Dlatego stale trzeba zmierzać do takiej przemiany i wewnętrznie się doskonalić. Jest to czynność szczególnie wskazana w okresie dorastania, gdyż laickie środki formacyjne odciągają od chrześcijańskich wartości. Dlatego duszpasterstwo parafialne i szkolna katechizacja chronią młodzież przed liberalizacją zasad moralnych<sup>29</sup>

W wychowaniu młodego pokolenia najważniejsza jest formacja domowa, gdzie rodzice nie tylko pouczają jak należy żyć, ale również poświadczają to własnym przykładem. W ten sposób umacnia się młodych w przekonaniu, że dojrzała wiara i zdrowa moralność prowadzą do właściwego celu oraz nadają sens życiu. Młodzież pracująca nad sobą unika zniewolenia powodowanego przez grzech i dąży z szacunkiem do osobistego rozwoju.

Jednostka pracująca nad sobą poddaje się procesom uspołecznienia i wartościom patriotycznym. Dość łatwo kształtuje swój światopogląd i układa nawyki normowane obyczajem, religią i prawem. Wiele w tym zależy od umiejętności kierowania sobą i decydowania o własnym działaniu. Tu nie jest się biernym, gdy ktoś sugeruje treści, wartości i motywy, ale dąży się do rozumienia tego, by móc to wszystko zaakceptować<sup>30</sup>

<sup>27</sup> J. Sycz, *Autorytet rodziców w wychowaniu dzieci i młodzieży*, Wrocław 1999, s. 103.

<sup>28</sup> F. Adamski, *Formacja świeckich w kierunku ewangelizacji*, Kraków 1992, s. 18.

<sup>29</sup> J. Filek, *Wychowanie do samowychowania*, „Fizyka w Szkole” 1 (2000), s. 18.

<sup>30</sup> B. Śliwerski, *Istota samowychowania*, „Amicus” 6 (1999), s. 7.

Kto podejmuje się pracy nad sobą, tkwi w nim pewna potencjalność, zdolność i możliwość rozwoju. Wynika to z powołania człowieka wyrażającego się w chęci doskonalenia sfery duchowej i fizycznej. W nim pojawia się siła pchająca do samodoskonalenia się. Nie dokonuje się to samoczynnie, ale musi istnieć osobisty wysiłek i aktywność polegająca na nieustannym przekraczaniu siebie i stawianiu sobie coraz wyższych wymagań. Wiąże się to z procesem aktualizacji własnych poczynań. Dzięki osobistej wytrwałości, jednostka panuje nad sobą i może kierować swoimi myślami, uczuciami, a także dążeniami.

Młody człowiek w swoim rozwoju stale poszukuje sensu życia i konkretnej drogi dla siebie. Pragnie miłować to, co jest istotne dla młodości. On chce żyć nie tylko dla siebie, ale również drugich, dlatego chętnie wykonuje czyny bezinteresowne, co też widać w różnych organizacjach, ruchach i wspólnotach.

Tam uczy się dialogu z innymi osobami. Dzieli się swoimi stanami emocjonalnymi i życiowymi planami. Kształtuje w sobie ducha cierpliwości w znoszeniu trudnych sytuacji. Próbuje nakładać sobie pewne ograniczenia w zaspokajaniu potrzeb, a nawet rezygnować z czegoś dla dobra innych osób<sup>31</sup>

W procesie samowychowania zaznacza się chęć poszanowania każdej osoby i rezygnuje się z obraźliwych słów, kłamstwa, obmowy i wszelkiego rodzaju plotkarstwa. Mowa jest czysta, choć nie musi być pozbawiona dowcipu. Istotne jest dotrzymanie słowa, a więc terminów i umów. To wzbudza zaufanie i rodzi poczucie sprawiedliwości. Na pewnym etapie dążenia do lepszego życia rodzi się pragnienie nawiązywania przyjaźni, ale z podobnymi sobie. Służy to w dążeniu do celu we dwoje. Mogą to być osoby tej samej płci, o równym wieku życia i podobnych zainteresowaniach<sup>32</sup>

W środowisku rodzinnym ważne jest, aby rodzice wyznawali tę samą hierarchię wartości, mieli jedność celów oraz wspólny program działania. Fundamentalną sprawą w rodzinnym domu jest moralna dojrzałość wszystkich współmieszkańców. Od tego jest uzależniona sprawność samowychowawcza oraz akceptowanie rodzinnej tradycji w niedziele i święta, a także wartości w odniesieniu do Boga. Aktywność własna ma poważne znaczenie w rozwoju autoedukacji. Pod jej wpływem łatwo realizuje się postanowienia poprawy, a przez to dąży się do świętości życia. Wyniki w tym zakresie świadczą o wartości jednostki.

Osoba pracująca nad sobą realizuje misję zleconą przez Jezusa w zakresie doskonalenia się. Budzi w sobie naturalne możliwości stawiania się lepszym człowiekiem. Jest świadoma, że przez to współdziała z łaską Bożą i otwiera się na sugestie wynikające z życiowego powołania. Pragnie, aby to życie było sensowne i harmonizowało z wolą Jezusa jedyne go nauczyciela każdego człowieka<sup>33</sup>

Samowychowanie u wierzącej młodzieży musi być na wskroś chrześcijańskie, przepełnione ewangeliczną postawą permanentnego doskonalenia się. Kryterium to nie jest abstrakcją, ani odległą ideą. Chrystus jest wzorem dla ludzkiego postępowania. Pełne naśladowanie Go wydaje się możliwe u każdego, kto pragnie zachowy-

<sup>31</sup> M. Dziewiecki, *Szkola a wychowanie*, „Zeszyty Formacji Katechetów” 4 (2004), s. 38.

<sup>32</sup> A. Rynio, *Integralne wychowanie w myśli Jana Pawła II*, Lublin 2004, s. 108.

<sup>33</sup> L. Dyczewski, *Rodzina twórcą i przekazicielem kultury*, Lublin 2003, s. 48.

wać Dekalog i Ewangelię. Obowiązki domowe, chodzenie do szkoły i uczęszczanie do kościoła, nie może przeszkadzać w pracy samowychowawczej młodych ludzi<sup>34</sup>

Troska o poprawną autoedukację przejawia się u wielu odpowiedzialnych uczniów. Trudność leży w tym, że ten proces nie odnosi się jedynie do jakiejś jednej cechy charakteru lub postawy, ani wyodrębnionego rysu osobowości lub jej właściwości, ale do całego zespołu cech psychofizycznych. Jest to proces z natury intymny, z którego człowiek niechętnie się zwierza przed innymi.

O samowychowaniu mówi się wówczas, gdy plan tej pracy powstaje w duszy samej jednostki. Ona stawia przed sobą cel, który za wszelką cenę pragnie osiągnąć. Staje się to możliwe tylko wtedy, gdy dojrzewa wiedza i zdolność samokrytyki. Wówczas następuje rozpoznanie swych słabości i pragnienie ich zwalczania. Praca samowychowawcza nie ma charakteru przymusu i dlatego jest całkowicie wolna. Nie polega ona na negacji i stawianiu barier przed złem, ale na pozytywnym stosunku do życia i wydobycia z siebie maksimum dodatnich wartości. Pozytywna walka o zdobywanie ideałów usuwa wszelkie konflikty z innymi osobami, a przez to staje się źródłem ogromnych zasobów energii i szlachetności<sup>35</sup>

Proces samowychowania dotyczy również sfery erotycznej. Rozwija się ona u każdego człowieka i staje się coraz bardziej intensywna poczynając od okresu dojrzewania biologicznego. Dlatego jednostka pracująca nad sobą musi pozytywnie ustosunkowywać się do tego zagadnienia i opanowywać rodzące się dynamizmy psychiczne. Jest to czas wychowywania się do dorosłości danej płci. Ważne są stosunki towarzyskie opierające się na wzajemnym szacunku i zrozumieniu godności. Wzajemny kontakt jest naturalną potrzebą wspieraną pogodą ducha i szlachetnością uczuć.

Osoba pracująca nad sobą pragnie budzić to, co drzemie w jej psychice, bo nie wie, kim jest naprawdę i nie zna siebie dobrze. Stwierdza, że jest inna, kiedy przeżywa radość, a nie gniew, czy smutek. Taka sytuacja wymaga stałej samoobserwacji, by poznać własną wartość i mieć zadowolenie z tego co się robi w kierunku samowychowania. Tu potrzebna jest wiara we własne siły i wiedza, do czego się dąży. Nie może w tym procesie towarzyszyć żaden stres<sup>36</sup>. Wymagane jest łagodne i spokojne poznawanie siebie, ocenianie swoich sytuacji życiowych oraz urzeczywistnianie podejmowanych postanowień poprawy.

## Zakończenie

Samowychowanie, to struktura w rozwoju religijno-moralnym każdego człowieka, choć przejawia się ona również w późniejszych latach jego życia. Jest to konsekwencja wcześniejszego wychowania domowego, szkolnego i parafialnego. Praca nad sobą, to szereg aktów, dzięki którym jednostka wzrasta duchowo i kulturowo. W ten sposób poznaje siebie, ocenia własne czyny i realizuje postanowienia.

<sup>34</sup> M. Nowak, *Funkcja wychowawcza matki i ojca według pedagogiki personalistyczno-chrześcijańskiej*, „Roczniki Nauk Społecznych” 2 (2003), s. 107.

<sup>35</sup> E. Mitek (red.), *Zatroskanie o prawdziwą autoedukację*, Wrocław 1996, s. 40.

<sup>36</sup> K. Sośnicki, *Samowychowanie*, „Życie Szkoły” 12 (1947), s. 381.

Poznanie siebie może być wówczas wartościowe, kiedy dotyczy pewnych czynności przyczyniających się do kształtowania charakteru, w konsekwencji i osobowości. Wysiłek taki jest proporcjonalny do wieku życia, poprawnego wychowania i posiadanego wykształcenia. Daje to człowiekowi poczucie własnej odrębności, znajomości swoich wad i zalet.

Ocena własnych dążeń i czynów, to drugi stopień w procesie samowychowania. Chcąc dążyć do lepszego życia pod względem religijno-moralnym trzeba posiadać jakiś ideał, który byłby punktem odniesienia i oceniania siebie – swoich myśli, uczuć i zamierzeń. Jednostka musi mieć poprawnie uformowane sumienie i wolność w pracy nad sobą. Są w tym pomocni rodzice, katecheci, wychowawcy i duszpasterze.

Realizacja własnych postanowień w pracy nad sobą, to kolejny i najwyższy czynnik w strukturze samowychowania. Efekt tej pracy jest uzależniony od posiadanej motywacji. Wyraża się m.in. w zwalczaniu swoich wad i grzechów oraz nabywaniu pozytywnych cech, uszlachetnianiu zalet i zdobywaniu coraz to nowych cnót kardynalnych, a także moralnych. Mogą tu pojawić się pewne trudności, dlatego pomocne są systematyczne dążenia do stawania się coraz lepszym w codziennym życiu.

### **Zusammenfassung**

Die Selbsterziehung ist ein Struktur im religiösen und moralischen Entwicklungsalter eines jeden Menschen, obwohl sie auch in späteren Jahren seines Lebens vorkommt. Sie ist die Konsequenz der früheren Erziehung zu Hause, in der Schule und Pfarrgemeinde. An sich selbst arbeiten, das ist eine Reihe von Akten; dank diesen wächst das Individuum geistig und kulturell. So wird es sich selbst kennen lernen, sein Tun begutachten und seine Vorhaben verwirklichen.

Selbsterkenntnis kann denn wertvoll sein, wenn gewisses Tun als Grund der Charakterbildung und in Konsequenz der Persönlichkeitsgestaltung dient. Diese Bemühung ist proportional zum Alter, korrekter Erziehung und Grad der Ausbildung. Dies alles gibt dem Menschen das Gefühl der eigenen Besonderheit, die Erkenntnis sowohl der eigenen Fehler wie auch der Tugenden.

Die Binschätzung der eigenen Bestrebungen und Taten – das ist die zweite Stufe im Prozess der Selbsterziehung. Wenn man ein besseres Leben unter religiöser und moralischer Hinsicht anstrebt, so muss man ein Ideal, als Ausgangspunkt und Selbsteinschätzung, haben, um seine Gedanken, Gefühle und Vorhaben einzustufen zu können. Das Individuum muss ein richtig geformtes Gewissen und Freiheit besitzen, indem es an sich selbst arbeitet. Dabei sind die Eltern, Katecheten, Erzieher und Seelsorger behilflich.

Die Verwirklichung der eigenen Pläne in der Selbstgestaltung ist der nächste und höchste Faktor in der Struktur der Selbsterziehung. Der Erfolg dieser Arbeit hängt von der Motivation ab. Dies zeigt sich unter anderem im Eckämpfen von eigenen Fehlern und Sünden und Erarbeiten von positiven Eigenschaften, Veredeln von guten Vorzügen und Erlangen immer neuer fundamentalen und moralischen Eigenschaften. Hier können gewisse Schwierigkeiten auftreten, deswegen ein systematisches Streben, danach, um immer besser im täglichem Leben sein, ist hilfreich.