

УДК 37.02:372.881.1

Л. В. ЦВЯК,

кандидат філологічних наук, доцент, начальник кафедри німецької та другої іноземної мови Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, м. Хмельницький

САМОДИСЦИПЛІНА ПРИ САМОСТІЙНОМУ ВИВЧЕННІ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ

У статті визначається значення самодисципліни для прогресивного оволодіння іноземною мовою та формулюються практичні рекомендації розвитку самодисципліни при вивченні іноземної мови самостійно. Встановлено, що формування самодисципліни при самостійному вивченні іноземної мови допомагає повністю концентруватися на проблемі, працювати на свою мету, не очікуючи негайних результатів.

Ключові слова: самостійне навчання, самодисципліна, самоорганізація, комунікативний підхід.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Останніми роками стало набувати популярності самостійне навчання, без репетиторів і викладачів, з його вільним графіком. Причина цього – зручність і можливість не залишати роботу задля навчання. Навчаючись самостійно, можна вибирати, скільки часу витратити на заняття, в який час займатися, займатися самому чи з кимось.

Але разом з тим цей спосіб самоосвіти вимагає підвищеної відповідальності, насамперед, перед самим собою. Самодисципліна в такій галузі, як самостійне навчання – обов'язкова умова для досягнення бажаного результату. Адже ніхто не змусить вас навчатися чого-небудь, крім вас самих.

Самостійне навчання є найбільш популярним у таких напрямках, як комп'ютерна технологія, психологія, управління бізнесом, а також самостійне вивчення іноземних мов, інтерес до якого був відновлений за останні де-

сятиліття. Цей інтерес охоплює різні сфери вивчення мови, а саме: стратегії вивчення, матеріали, самооцінку, організацію та менеджмент центрів самостійного вивчення іноземної мови, типи центрів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Проблемам організації самостійної роботи при вивченні іноземної мови присвячено дослідження Н. С. Журавської, С. Г. Заскалети, Л. В. Онучак та ін. Проаналізувавши низку наукових праць, присвячених методиці навчання іншомовної мовленнєвої діяльності [10], сучасній методиці організації самостійної роботи при вивченні іноземних мов [6], психологічним особливостям формування вміння навчатися самостійно [1], можна стверджувати, що будь-який варіант вивчення іноземної мови самостійно – у домашніх умовах чи за допомогою репетитора – це, насамперед, грандіозна праця і самодисципліна, оскільки дуже важко інколи змусити себе регулярно приділяти час заняттям, тоді як у групі цей процес відбувається простіше – мотивацію підтримує педагог, інші студенти, а також оплата за навчання. Невелика кількість праць у різних сферах присвячена проблемам самодисципліни та методам її формування. Так, Л. М. Мозолюк-Боднар досліджувала сутність самодисципліни та визначала чинники, які впливають на підвищення ефективності дисципліни і самодисципліни для зміцнення сучасної держави [8], С. В. Соколов вивчав соціально-світові засади становлення військової дисципліни у Збройних Силах України [9], П. В. Марохіна займалася вивченням дистанційного навчання персоналу та підкреслювала, що серед переваг дистанційного навчання слід виділити стимулювання самостійності в навчанні, вміння критично мислити, самодисципліну та відповідальність [7]. З іншого боку, в педагогічній та психологічній літературі питання формування самодисципліни саме при вивченні іноземної мови розглядається дуже поверхнево і зводиться до простого нагадування про обов'язкову необхідність самодисципліни при будь-яких методи і формі вивчення іноземної мови.

Метою статті є визначити значення самоорганізації і самодисципліни для прогресивного оволодіння іноземною мовою та сформулювати практичні рекомендації розвитку самодисципліни при вивченні іноземної мови самостійно, з урахуванням власного досвіду.

Виклад основного матеріалу дослідження. Під самостійним вивченням іноземної мови ми розуміємо сукупність методів і способів вивчення іноземної мови, а також самостійну роботу з оволодіння різними аспектами іноземної мови.

Вивчити іноземну мову самостійно можна, і є люди, які вивчають по одній іноземній мові за рік і навіть швидше. Звичайно, це не означає, що за такий короткий період часу вони оволодівають нею досконало. Головне, що, поставивши певні цілі в навчанні іноземної мови, вони їх досягають. У такому випадку йдеться не стільки про здібності до вивчення іноземної мови, скільки про силу волі, терпіння, а також серйозний мотив для її опанування. Найкраще, якщо мотиви продиктовані життєвою необхідністю, наприклад, підготовка до навчання або роботи за кордоном, вступ до вищого навчального закладу, складання міжнародного екзамену, оформлення на роботу в зарубіжну компанію і т. п. Можуть бути й інші мотиви, наприклад, бажання навчитися читати книги і періодику або уміння спілкуватися іноземною мовою під час поїздок за кордоном.

Починати необхідно завжди з самої мети, тобто, чітко визначити, для чого потрібно вивчати мову і якого рівня володіння нею ви хотіли б досягти. Коли мета визначена, необхідно вибрати засоби (підручники, посібники, аудіо- та відеозаписи з уроками носіїв мови і т. д.). Після цього слід визначити об'єм матеріалу для вивчення. Скласти план занять, в якому вказати, яку граматику, лексику, синтаксис ви будете вивчати на кожному уроці. Дуже часто такі плани вже є в сучасних підручниках і посібниках. Черговим кроком є визначення кількості часу, який ви можете собі дозволити для занять, на день, на тиждень. Одне заняття не повинно перебільшувати півтори години, але й тривати менше 40 хвилин. Займатися можна як зранку, так і ввечері, головне – не бути в цей момент стомленим. Необхідно намагатися дотримуватися складеного графіка, це мобілізуватиме сили і слугуватиме поштовхом до енергійних занять. Важливим є також вибір місця. Під час занять вам не повинен ніхто заважати, ви повинні почуватися комфортно, але не розслаблено. Обстановка й емоційне налаштування повинні бути робочими. Визначившись з самою організацією навчального процесу, можна переходити до безпосереднього вивчення іноземної мови.

Успіх у вивченні іноземної мови, як і будь-якої іншої дисципліни, дуже залежить і від частоти занять. Це не означає, що необхідно щоденно витрачати на заняття по три години! Краще займатися частіше і потрохи, наприклад, щоденні півгодинні або годинні уроки матимуть більший ефект, ніж один п'ятигодинний штурм підручника раз на тиждень. Але марно кажуть, що самостійне вивчення – це метод для тих, у кого мало часу, мало грошей, але відмінна самодисципліна, адже вивчення іноземної мови тримається на мотивації. Найскладніший момент у самостійному вивченні

іноземної мови – це змусити себе продовжувати заняття, які можуть швидко набриднути. Щоб цього не сталося, необхідно постійно намагатися урізноманітнювати самоосвіту, підходити до неї з інтересом і з творчого боку.

Самодисципліна є однією з найсерйозніших тем в контексті особистісного зростання, вона містить комплекс людських якостей, які допоможуть не лише вивчити іноземну мову самостійно, але й побороти лінь, пасивність, депресію та багато інших проблем. Працюючи над самодисципліною, ми, не помічаючи цього, рухаємося до внутрішньої гармонії і спокою, а цього неможливо досягти, якщо не вірити у свій успіх.

Як розвинути самодисципліну для досягнення поставленої мети – оволодіння іноземною мовою? Існує декілька способів, ефективність яких неодноразово підтверджувалася:

1) правильна постановка мети. Дуже важливо поставити перед собою мету, яка буде маяком у вивченні іноземної мови. Мета повинна бути гідна того, щоб витратити на неї час і сили, для цього її необхідно добре обміркувати, уявити, що принесе її досягнення, відчути ті позитивні емоції, які ми відчуємо, коли досягнемо мети, і що необхідно зробити для її досягнення, наприклад, за рік необхідно оволодіти початковим рівнем іноземної мови, а влітку відвідати країну, мову якої вивчали, та попрактикуватися у спілкуванні;

2) подолання перешкод. Насамперед необхідно позитивно налаштуватися і не згадувати невдалий досвід вивчення іноземної мови в школі чи університеті, забути про минуле і з оптимізмом дивися у майбутнє. Крім того, не слід реагувати на невдачі, засмучуватися, якщо не вийшло оволодіти “запланованим” об’ємом або, пройшовши тему, ви продовжуєте допускати помилки. Головне – не переставати займатися, з часом поставлена мета буде досягнута, а поки що необхідно запастися терпінням. Щоб перешкод на шляху вивчення іноземної мови було якомога менше, дуже важливо вибрати метод вивчення іноземної мови, який вам найкраще підходить.

Граматико-перекладний метод пропонує вивчати іноземну мову за типом шкільних і вузівських занять. Це граматичні вправи, списки слів для заучування, переклади і перекази текстів, складання власних розмовних тем на основі вивченого матеріалу.

Більш просунутим вважається аудіолінгвальний метод, який реалізується на базі прослуховування матеріалів на аудіодисках і виконання вправ на основі прослуханого – постановка вимови, складання власних діалогів. У вузах цей метод застосовується в спеціально обладнаних лінгафонних кабі-

нетах. У разі використання такого методу в домашніх умовах без хорошого аудіокурсу не обійтись.

Найбільш ефективним вважається сьогодні комунікативний підхід, оскільки він вчить, насамперед, використовувати мову, тобто уміти користуватися набутими навичками в тій чи іншій ситуації. Це застосування широкого спектру ігрових форм, дебатів, завдань на пошук помилок і порівняння ситуацій. За наявності Інтернету можна підібрати онлайн-курс та займатися за ним. Це дозволить прослуховувати слова та виробити правильну вимову, онлайн-тести допоможуть оцінити рівень знань. Також в Інтернеті існують сайти і форуми людей, які також вивчають іноземну мову і з якими можна нею поспілкуватися. При самостійному вивченні іноземної мови можна використовувати всю різноманітність існуючих методик без обмежень: переглядати телепрограми і кінофільми іноземною мовою, спілкуватися з близькими та рідними, колегами по роботі, систематизувати вивчення іноземної мови, скласти глосарій іноземних термінів та виразів і т. д.;

3) регулярні зусилля. Необхідно по максимуму обмежити використання своєї рідної мови – на певний час відмовитися від радіо, телебачення і книг українською (російською) мовою. Таким чином ми створимо атмосферу інформаційного голоду для мозку, що сприятиме вивченню іноземної мови. При самостійному вивченні іноземної мови ми можемо допускати помилки, але найбільшою помилкою є махнути на все рукою і зробити неправильний висновок про те, що ми не створені для вивчення іноземних мов. За достатнього рівня мотивації, самодисципліни, старанності і наполегливості розмовну іноземну може засвоїти людина в будь-якому віці [11];

4) не порівнювати себе з іншими. На шляху до оволодіння іноземною мовою важливо не порівнювати себе з кимось іншим, важливіше порівнювати свої досягнення зі своїм же вихідним рівнем, зосередитися на власному прогресі. Головне при вивченні іноземної мови – це особистісне зростання, не бути краще за когось, а пізнати і відкрити щось нове особисто для себе, здобути особисту перемогу над собою;

5) не боятися. Страх перед тим, що нічого не вийде, який з'являється у результаті недостатнього просування до мети, легко перемагається аналізом. Якщо ми повільно, але впевнено рухаємося вперед – не слід боятися невдачі, оскільки прогрес все таки є;

5) не прив'язуватися до результату. Якщо, досягнувши мети, ви не відчуваєте задоволення або переживаєте розчарованість у своїй ідеї, не слід опускати руки. Будь-який досвід є позитивним. Отримавши його, можна

поставити нову мету і рухатися до неї, здійснюючи регулярні зусилля з позитивним настроєм.

Після того, як людина, що вивчає іноземну мову самостійно, виходить на новий рівень, важливо не закинути розпочату справу. Щоб не “розхлюпати” свою самодисципліну, яку ми так ретельно формували, необхідно купити художні книги іноземною, читати, виділяти незрозумілі або красиві вирази, записувати їх в свій конспект. Слід також визначитися з напрямком застосування вивченого, наприклад, знайти спеціалізовану літературу.

Більшу частину своїх зусиль варто спрямовувати на здобуття словникового запасу у будь-якій професійній сфері. Практично в кожній іноземній мові налічується багато сотень тисяч слів, вмістити які можуть лише об'ємні словники. Безсистемне вивчення іноземної мови може виявитися малопродуктивним, оскільки така кількість фраз і виразів з різних галузей знань є важкою для сприйняття. Тому необхідну галузь знань доцільно поділити на декілька дрібних тем, кожен з яких можна вивчати протягом певного часового інтервалу, наприклад, місяця. Це допоможе упорядкувати вивчення іноземної мови і полегшить переклад текстів у конкретній професійній сфері.

Оскільки самостійне вивчення іноземної мови передбачає також самостійну роботу з оволодіння її різними аспектами, слід окремо зупинитися на необхідності виконання домашнього завдання при вивченні іноземної мови. Прихильники питання ефективності домашньої роботи усвідомлюють необхідність її виконання, розуміючи, що вона сприяє кращому засвоєнню пройденого матеріалу, і намагаються виконувати її більшу частину. Її противники вважають, що домашня робота шкідливо впливає на навчальну мотивацію, позбавляючи їх відпочинку, і вважають її непотрібною тратою часу.

У великій кількості книг, статей, досліджень домашня робота визначається як комплекс завдань, які задаються учневі (студенту) для самостійного вивчення, з метою на практиці закріпити матеріал, пройдений на занятті. Не слід забувати важливий факт – методисти підкреслюють, що знання, набуті самостійно, шляхом подолання труднощів, засвоюються міцніше, ніж одержані в готовому вигляді від вчителя (викладача), адже в ході самостійної роботи кожен учень (студент) безпосередньо стикається з матеріалом, який засвоюється, концентрує на ньому всю свою увагу, мобілізуючи всі резерви емоційного, інтелектуального і волевого характеру. Залишатися нейтрально-пасивним він не може.

Можна виділити щонайменше три позитивних ефекти домашнього завдання:

1) безпосередній вплив на навчання, зокрема збереження в пам'яті функціональних знань, глибше розуміння, уміння самостійно обробляти інформацію, покращення критичного мислення;

2) довготривалий ефект навчання;

3) неакадемічний тривалий ефект, що включає покращення самодисципліни, самоуправління, організацію часу, допитливість і самостійне вирішення проблем.

Серед негативних наслідків можна виділити втрату інтересу до навчального матеріалу, фізичну і моральну втому, можливість копіювання у інших студентів або пошук відповідей в інших джерелах. Дуже часто через велику кількість домашніх завдань, виконаних у школах, у вищих навчальних закладах студенти переносять своє ставлення, звички, стереотипи на подальше навчання. Для того щоб домашня робота була ефективною, необхідно дотримуватися певних принципів. Студентам необхідно бачити користь домашнього завдання. Викладач, у свою чергу, повинен пояснити мету домашньої роботи в цілому, а також окремих її завдань. Необхідно враховувати індивідуальні особливості кожного студента і зробити завдання максимально цікавим для нього. Крім того, домашня робота повинна диференціюватися з точки зору часу, який необхідно витратити на її виконання, а також рівня складності.

Мотивація студентів на виконання домашньої роботи при вивченні іноземної мови є безперервним процесом, а підохочування може здійснюватися за допомогою коментарів і запитань як у письмовій, так і в усній формі, щоб продемонструвати інтерес з боку викладача, особливо у випадку самостійної роботи або роботи над проектом.

Висновки:

1) самостійне навчання – це метод для тих, у кого мало часу, але відмінна самодисципліна;

2) вивчення іноземної мови в домашніх умовах вимагає завзяття, старанності, уваги і самодисципліни; міне не один місяць, перш ніж можна буде зробити впевнені кроки у вивченні мови;

3) після перших невдач не варто здаватися або опускати руки, важливо не втратити інтересу до іноземної мови, продовжувати шукати нові способи і методи вивчення;

4) формування самодисципліни при самостійному вивченні іноземної мови допоможе розвинути й інші важливі уміння: досягати своєї мети, незважаючи на фактори, що відволікають; контролювати свої думки, не допускати шкідливих і руйнівних; повністю концентруватися на проблемі; працювати на свою мету, не очікуючи негайних результатів;

5) невід'ємною складовою самостійної роботи при вивченні іноземної мови є виконання домашнього завдання, що, поряд з іншими перевагами, посилює ефект навчання та покращує самодисципліну.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку. У подальших дослідженнях варто проаналізувати переваги та недоліки самостійного вивчення іноземної мови та детальніше зупинитися на способах формування комунікативних навичок при вивченні іноземної мови в домашніх умовах.

Список використаної літератури

1. Архипова И. А. Психологические особенности формирования у студентов умения учиться самостоятельно : дисс. ... кандидата пед. наук / И. А. Архипова. – Л., 1984. – 155 с.
2. Ахманова О. С. Словарь лингвистических терминов / О. С. Ахманова. – М., 1996. – 567 с.
3. Вейзе А. А. Чтение, реферирование и аннотирование иностранного текста / А. А. Вейзе. – М. : Высшая школа, 1985. – 127 с.
4. Гальскова Н. Д. Современная методика обучения иностранным языкам / Н. Д. Гальскова. – М. : Аркти-Глосса, 2000. – 166 с.
5. Загальноєвропейські рекомендації з мовної освіти: вивчення, викладання, оцінювання / С. Ю. Ніколаєва. – К. : Ленвіт, 2003. – 273 с.
6. Коряковцева Н. Ф. Современная методика организации самостоятельной работы изучающих иностранный язык : пособие для учителей / Н. Ф. Коряковцева. – М. : АРКТИ, 2002. – 176 с.
7. Марохіна П. В. Актуальні проблеми економічного та соціального розвитку виробничої сфери / П. В. Марохіна // Матеріали ІІ міжнародної науково-технічної конференції молодих вчених та студентів. – Донецьк : ДонНТУ, 2011. – Том 1. – С. 126–128.
8. Мозолюк-Боднар Л. М. Від дисципліни до самодисципліни в сучасних умовах / Л. М. Мозолюк-Боднар // Часопис Київського університету права. – К. : КУП, 2011. – Випуск 3. – С. 69–73.
9. Соколов С. В. Соціально-світові засади становлення військової дисципліни у збройних силах України : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філ. наук / С. В. Соколов. – К., 2001. – 16 с.

10. Тарнопольський О. Б. Методика навчання іншомовної мовленнєвої діяльності у вищому мовному закладі освіти / О. Б. Тарнопольський. – К. : ІНКОС, 2006. – 248 с.
11. Цвяк Л. В. До проблеми інтенсивної методики викладання іноземної мови дорослим-початківцям / Л. В. Цвяк // Наукові записки : збірник наукових статей Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова / Укл. П. В. Дмитренко, Л. Л. Макаренко. – К. : НПУ, 2002. – Випуск 47. – С. 211–218.
12. Широких А. А. Роль рациональной составляющей в мотивации изучения иностранного языка / А. А. Широких // Вестник Томского гос. ун-та. – Томск : Изд-во ТГУ, 2009. – Выпуск 323. – 187–193.
13. Rainer E. Wicke. Aktiv und kreativ lernen. Hueber Verlag, 2004. – 168 S.
14. Rampillon U. Lernen leichter machen. Hueber Verlag, 1995. – 175 S.

Рецензент – кандидат педагогічних наук, доцент Лопатка В. Д.

Стаття надійшла до редакції 14.10.2013.

Цвяк Л. В. Самодисципліна при самостійному вивченні іноземного мови

В статті визначається значення самодисципліни для прогресивного оволодіння іноземною мовою і формуються практичні рекомендації розвитку самодисципліни при вивченні іноземного мови самостійно. Установлено, що формування самодисципліни при самостійному вивченні іноземного мови допомагає повністю концентруватися на проблемі, працюючи на свою мету, не чекаючи миттєвих результатів.

Ключевые слова: *самостійне навчання, самодисципліна, самоорганізація, комунікативний підхід.*

Tsviak L. V. Self-discipline in the process of foreign language self-studying

This article determines the importance of self-discipline for effective studying of foreign language and deals with working out of practical recommendations for developing self-discipline in the process of foreign language self-studying. It has been stated that formation of self-discipline in the process of foreign language self-studying helps concentrate wholly at the problem, work for one's dream without waiting for negative results.

Keywords: *self-studying, self-discipline, self-organization, communicative approach.*