

Секция «Проблемы психологии профессионального развития и психологической практики»

Профессиональная самореализация как способ самоактуализации личности

Колпакова Юлия Александровна

Студент (магистр)

Ульяновский государственный университет, Институт дополнительного образования,
Ульяновск, Россия
E-mail: belinda_90@mail.ru

Аннотация

Данная статья рассматривает актуальность профессиональной самореализации как одной из составляющих благополучия жизни человека. С помощью профессиональных достижений человек чувствует себя более реализованным в жизни. Задачей исследования является установление взаимосвязи между характеристиками самоактуализации и профессиональной деятельностью.

Проблема самореализации личности является актуальной на сегодняшний день. Человек хочет использовать весь свой потенциал не только ради улучшения финансового благополучия, но и для того, чтобы реализоваться как профессионал. Психология стремится разрешить вопрос о том, как помочь человеку достичь этого ощущения самоактуализации и реализоваться полноценно в профессиональной деятельности.

Ощущения профессиональной самореализации актуальны на любом жизненном этапе человека. Человеку важно чувствовать себя самоактуализирующейся личностью. Это даёт возможность и силы развиваться дальше, чувствовать свою уникальность и ощущать себя счастливым человеком.

Понятие «самореализация» сформировано из двух слов: от русского слова само- и латинского слова *realis*, которое обозначает вещественный, действительный. Самореализация – это реализация потенциала личности, осуществление своего человеческого назначения, призвания.

О теме самореализации размышляли такие философы как: Сократ, Аристотель.

Древнегреческий философ Сократ (469-399 гг. до н.э.) размышлял на тему человеческой самоактуализации таким образом: «Главная и самая существенная человеческая мудрость состоит в том, чтобы познать самого себя и во всей полноте выполнять истинное назначение человека».

Аристотель (384-322 гг. до н.э.), в своём известном труде «Этика», даёт понятие самореализации, как: «Высшего назначения человека, в процессе поиска которого необходимо посмотреть вокруг себя и понять, что доставляет удовольствие как самому человеку, так и его окружению, и тогда только будет возможно найти свою обязанность».

О самореализации как высшей ценности общества говорил ещё https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D1%80%D0%BA%D1%81,_%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BB, который утверждал: «Человек – высшее существо для человека». В рамках классической немецкой философии он отстаивал [https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D1%89%D0%B5%D1%82%D0%B0_%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%B8_\(%D0%9C%D0%B0%D1%80%D0%BA%D1%81\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D1%89%D0%B5%D1%82%D0%B0_%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%B8_(%D0%9C%D0%B0%D1%80%D0%BA%D1%81)) и вытекающие из него требования к обществу, которое должно и может обеспечить самореализацию личности в практической деятельности. Карл Маркс считал, что человеческие потребности и способности реализуются в деятельности как способе бытия, интегрирующем знания, умения и цели человека.

Понятие «самоактуализация» активно изучалось в гуманистическом направлении психологии представителями данного направления (А. Маслоу, К. Роджерс, К. Гольдштейн).

В рамках гуманистического подхода личность рассматривается: «Как уникальная, целостная система, которая представляет собой «открытую возможность» самоактуализации, присущую только человеку». В гуманистической психологии понятие «самоактуализация» выступает синонимом самореализации, в связи с чем следует указать на некоторое различие. Реализация, как часть понятия «самореализация», предполагает, прежде всего, осознание, когнитивную деятельность. Самоактуализация же – есть уже само стремление человека к более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей. В данном подходе самореализация рассматривается как процедура по удовлетворению потребностей от самых первичных до более сложных и многокомпонентных. Самоактуализация, как считал А.Маслоу, «Подразумевает длительную, постоянную вовлеченность в процесс роста и развития способностей до максимально возможного уровня. Таким образом, самоактуализация и самореализация являются двумя неразрывными сторонами одного процесса».

Э. Фромм рассматривал самореализацию как: «Форма поиска смысла жизни, осуществляемого на основе уже существующего плана». Смысл жизни Э. Фромм считал: «Сутью самой самореализации. Понимание человеческой души должно основываться на анализе человеческих потребностей, вырастающих из условий существования». С точки зрения Э. Фромма: «Личность именно добивается свободы, которая являет собой и достоинство, и саму природу».

На данном этапе целью исследования стало изучение теоретических источников по теме самореализации в профессиональной деятельности и составление схемы будущего эмпирического исследования. В качестве объекта исследования было выделено профессиональная самореализация и смысложизненные ориентиры личности. Предметом исследования стали особенности профессиональной самореализации и поиск смысложизненных ориентиров через профессию.

В качестве общей гипотезы было выдвинуто предположение о наличии взаимосвязей между такими параметрами как удовлетворённость жизнью и жизненными целями, с одной стороны, и характеристиками самореализации личности в профессиональной деятельности, с другой. Для проверки данной гипотезы планируется не только провести теоретический анализ источников, посвящённых данной проблеме, но и применить ряд психодиагностических методик. Эти методики помогут более полно раскрыть тему исследования и проанализировать указанные взаимосвязи. Рассмотрим далее необходимые методики:

«Самоактуализационный тест» (САТ) в модификация Ю.Е. Алёшина, Л. Я. Гозман, М.В. Загика, М. В. Кроз; методика самооценки реализации жизненных целей личности Н.Р. Молочникова, методика «Тип и уровень профессиональной самореализации» Е.А.Гавриловой, Тест смысложизненных ориентаций (адаптированная версия теста «Цель в жизни» Д. Крамбо и Л. Махолика), шкала удовлетворённости жизнью.

Практическая значимость курсовой работы заключается в том, что её результаты помогут в консультативной и тренинговой работе психологам, к которым общаются с ощущением нереализованности в жизни и профессиональной деятельности. Благодаря результатам курсовой работы и выявленным взаимосвязям психолог сможет более точно определить задачи и вектор работы в консультировании. На основании рассмотренных определений можно увидеть как по-новому раскрываются понятия самореализации и самоактуализации при дополнении их идеями и размышлениями древних философов. Эти определения переплетаются между собой, дополняют друг друга и становятся более многогранными. Данные определения показывают самореализацию как процесс внутреннего развития личности, так и процесс самореализации при взаимодействии личности с обществом.

Источники и литература

- 1) Артюхова Т.Ю., Шелкунова Т.В., Бенькова О.А. психология саморазвития: учебное пособие. – Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2017 – 230 с.
- 2) Галиахметова Л.И. Благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью: проблема взаимосвязи // Вестник Башкирского университета. — 2015. — № 3. — С. 1114–1118.
- 3) Коростылёва, Л. А. Психология самореализации личности: основные сферы жизнедеятельности: дис. ... докт. психол. наук [Текст] / Л. А. Коростылева. – СПб., 2001.