

Саморазвитие

Саморазвитие является многогранным и неоднозначно определяемым понятием. В процессе саморазвития сложно выделить последовательность действий.

Формы саморазвития:

- самоутверждение – специфическая деятельность в рамках саморазвития по обнаружению, подтверждению своих определенных качеств личности, черт характера, способов поведения и деятельности:
 - потребность самоутверждения;
 - мотивы:
 - «быть как все»;
 - «быть лучше, чем другие»;
 - «быть хуже, чем другие»;
 - цели (зависящие от мотивов);
 - способы (которые зависят от сфер и видов самоутверждения);
 - результат (ощущение своей нужности, полезности, оправдание своего смысла собственной жизни и т.д.);
- самосовершенствование – процесс сознательного управления развитием личности, своих качеств и способностей;
- самоактуализация.

Механизмы саморазвития:

- самопринятие личности;
- самопрогнозирование личности – способность к предвосхищению событий внешней и внутренней жизни, связанных с решением задач предстоящей деятельности и саморазвития. Самопрогнозы содержат образный и познавательный (когнитивный) компоненты. Выделяют группы самопрогнозов:
 - ситуативные;
 - перспективные;
 - жизненно-целевые.

Источник: Маралов, В.Г. Основы самопознания и саморазвития: учеб. пособие для студ. средн. пед. учеб. заведений / В.Г. Маралов. – М.: «Академия», 2002. – С. 140–144.

❑ Источники и литература для дополнительного чтения:

Психолого-педагогические основы самосовершенствования // Психология и педагогика: учеб. пособие / под ред. А.А. Бодалева, В.И. Жукова, Л.Г. Лаптева, В.А. Сластенина. – М.: Изд-во Ин-та Психотерапии, 2002. – Гл. 6. – С. 250–268.
Зинченко, В.П. Человек развивающийся. Очерки российской психологии / В.П. Зинченко, Е.Б. Моргунов. – М.: Тривола, 1994. – 304 с.
Мамардашвили, М.К.. Психологическая топология путей. М. Пруст «В поисках утраченного времени» / М.К. Мамардашвили. – СПб.: Изд-во Русского Христианского гуманитарного института; Журнал «Нева», 1997. – 568 с.
Слободчиков, В.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: учеб. пособие для вузов / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М.: Школьная Пресса, 2000. – 416 с.
Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – М.: Изд-во «Ad Marginem», 1997. – 452 с.

  **Задание 2.20.** Составьте тематический список литературы по теме «Саморазвитие» для рекомендации своим обучающимся.