

План индивидуального развития

Выполнил:

Проверил:



Введение

- Процесс самореализации человека длится на протяжении всей его жизни, а потребность в ней заложена ещё природой. Абрахам Маслоу утверждал, что у человека масса потребностей, которые можно классифицировать, что он и сделал, создав пирамиду из 7 уровней.
- Так вот, такие примитивные желания, как поесть и поспать, находятся на самой низшей ступени. А вот необходимость проявить себя и достичь успеха – на самой последней. В процессе развития и взросления, стратегии про то, как следует жить – меняются, отчего и меняются сферы, в которых хочется достичь гармонии. Например, для молодёжи актуально получить профессию, найти себя, а уже потом – создать семью.



Компоненты самореализации

Компоненты
самореализации

Профессиональн
ая
(социальная)

Личная

Профессиональная самореализация

- Профессиональная – реализация своих целей в трудовой деятельности, достижение определённого социального статуса и ощущение удовлетворения от того, чем доводится заниматься. Также о ней может свидетельствовать конкурентный высокий уровень заработной платы, власть, либо же признание, как от коллег, так и от клиентов, пациентов и партнёров.



Личная самореализация

- Личная самореализация – реализация своих целей и желаний по направлению личной жизни



План профессиональной реализации

Год	Пять лет	Десять лет
Саморазвитие в области психологии	Повышение квалификации по направлению «психотерапия в консультировании»	Организация собственного бизнеса
Получение образования по специальности «Психолог»	Посещение семинаров по направлению «психотерапии»	Открытие кабинета по оказанию консультаций
Системное исследование психоанализа и направлений в психотерапии	Получение практического опыта по направлению консультация	

Личная самореализация

Год	Пять лет	Десять лет
Обучение на курсах по рисованию	Рождение второго ребенка	Рождение третьего ребенка
Подготовка ребенка к школе	Воспитание старшего сына	Воспитание детей
Прохождение курсов по подготовке ребенка к школе	Поездка в Италию	Семейные путешествия, как хобби.

Заключение

- Недостатки есть у каждого человека, такова его психологическая особенность, не бывает идеальных людей, как и совсем «плохих» тоже. Успешная, уверенная личность отличается от остальных тем, что изучила свои способности и ресурсы, отчего выставляет их на первый план, делая на них ставку, а не прикрывается недостатками, оправдывая свою бездеятельность.

