

Самосовершенствование ЛИЧНОСТИ



Модуль 6

Основные вопросы

- *Акмеологические основы самосовершенствования личности*
- *Самообразование и его роль в личностном развитии и самореализации*
- *Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития*





Акмеологические основы самосовершенствования личности

Акмеология (от греч. *акте* – вершина) – наука о профессиональном и личностном самосовершенствовании зрелого человека, о развитии и реализации его творческого потенциала как субъекта профессионального труда, жизни и деятельности

Зрелость личности – способность к самосовершенствованию (физическому, нравственному, психическому, профессиональному) средствами самообразования, самоорганизации, самоконтроля и самокоррекции собственной деятельности; расцвет творческих сил человека, проявляющийся в его активном отношении к жизни, создании материальных и духовных ценностей общества.

Акмеологические основы самосовершенствования личности

Вершина зрелости человека (акме) –

это многомерное состояние человека, которое охватывает значительный по временной протяженности этап жизни, показывает, насколько он состоялся как гражданин, как специалист, как супруг, как родитель.

Акме не является статичным образованием и отличается вариативностью и изменчивостью, т.е. по-разному проявляется у каждого человека.



Акмеологические основы самосовершенствования личности

В настоящее время в акмеологии выделилось два основных направления:

- ▣ *профессиональная акмеология* (Н.В. Кузьмина, Н.В.Кухарев и др.)
- ▣ *акмеология личности* (Б.Г.Ананьев, А. А.Бодалев, Д.Брунер, Ж.Пиаже и др.).

В каждом из них исследуется проблема достижения человеком зрелости. Это понятие обычно связывается с возрастом, но не тождественно понятию «взрослость».



Акмеологические основы самосовершенствования личности



Акмеологические основы самосовершенствования личности

Профессиональная умелость –
основа профессионализма
специалиста, которая включает:

- владение теоретическими знаниями и практическими умениями в рамках избранной специальности,
- развитые профессионально-личностные качества
(приобретается в процессе обучения в профессиональном учебном заведении).



Акмеологические основы самосовершенствования личности

Профессиональное мастерство

– комплекс свойств личности, обеспечивающий высокий уровень самоорганизации ее профессиональной деятельности, доведенная до совершенства профессиональная умелость (*формируется в процессе профессиональной деятельности на основе профессиональных способностей личности*).



Акмеологические основы самосовершенствования личности

- **Профессиональное творчество** – высокий уровень выполнения профессиональной деятельности, которая характеризуется новизной и оригинальностью, рационализацией технологий, методов и приемов работы (*достигается в результате постоянного самосовершенствования в профессиональной деятельности*) = больше субъективное творчество (*открытие для себя*), чем объективное.
- **Профессиональное новаторство** – внесение и реализация инноваций (нововведений): новых прогрессивных идей, технологий, методов, приемов, повышающих качество профессиональной деятельности (*достигается в результате постоянного самосовершенствования в профессиональной деятельности*) = не только субъективное, но и объективное творчество (*открытие для других*)





Акмеологические основы самосовершенствования личности

Профессиональная акмеология изучает условия становления *компетентного* специалиста.

Компетенции специалиста – нормативно-заданные компоненты содержания его профессиональной подготовки, минимальный опыт его социально-профессиональной деятельности, которые обеспечивают ему осведомленность и авторитетность в вопросах, входящих в состав его профессиональных полномочий.

Профессиональное обучение,
профессиональная деятельность



Компетентность специалиста – результат овладения компетенциями, личностное качество, позволяющее осуществлять продуктивные с профессиональной точки зрения действия в ситуациях с высокой степенью динамизма и неопределенности.

Акмеологические основы самосовершенствования личности

Компетентность специалиста включает:

- *готовность* к целесообразной социально-профессиональной деятельности;
- систему *профессионально-личностных ценностей и отношений*;
- *способности* (то, что позволяет человеку самостоятельно создавать средства и способы достижения целей на основе усвоенных, что нельзя передать, но чему можно научиться в опыте поиска способов действий в нестандартных ситуациях);
- *умелость* (то, чему человека можно научить, передавая соответствующие знания и навыки, упражняя в использовании существующих в культуре средств и способов достижения целей).



Акмеологические основы самосовершенствования личности

Качества, необходимые человеку для достижения профессионального акме (А. Бодалев):

- физическая и психическая зрелость человека;
- личностная зрелость;
- умение противостоять неблагоприятным обстоятельствам и вопреки им осуществлять свои замыслы;
- общечеловеческие ценности;
- креативность;
- независимость и самостоятельность;
- трудоголизм;
- упорство;
- уверенность в себе;
- сила личности.



Акмеологические основы самосовершенствования личности

Объективные (проявляющиеся в действительности) факторы достижения акме:

- социально-экономические условия общества,
- конкретное историческое время,
- социальная принадлежность человека;
- конкретная социальная ситуация, существующая в данный момент в обществе;
- возраст человека, пол.

Субъективные (связанные с субъективными предпосылками) факторы:

- мотивы, направленность личности,
- общие и специальные способности,
- профессиональную компетентность,
- способность к творчеству,
- условия семейного воспитания, воспитание в школе, образование в профессиональном учебном заведении и т.п.



Самообразование и его роль в личностном развитии и самореализации

В конце XX века возникло понятие *«непрерывное образование»* («продолжающееся образование», «пожизненное образование», «возобновляющееся образование»). Оно рассматривается в нескольких контекстах:

- это концепция, согласно которой образование охватывает всю жизнь человека;
- образовательная практика, представляющая собой непрекращающееся целенаправленное освоение социального опыта с использованием всех имеющихся образовательных систем;
- образование взрослых за пределами базового образования, приобретение и повышение квалификации, переподготовка в процессе смены профессий.

Непрерывное образование включает в себя специально организованное обучение в учебных заведениях и самообразование.



Самообразование и его роль в личностном развитии и самореализации

Самообразование – это, с одной стороны, «самообучение», «самонаучение»; с другой – «самосозидание», «достраивание себя», «самосовершенствование».

Профессиональное самообразование как самостоятельно осуществляемая деятельность, направленная на повышение профессионализма, включает:

- овладение новыми ценностными установками, подходами в профессиональной деятельности;
- профессиональное просвещение, т.е. освоение новых идей, технологий;
- осмысление (рефлексию) собственного опыта и прогнозирование дальнейшей работы



Самообразование и его роль в личностном развитии и самореализации

Функции самообразования:

(по М.М.Князевой)

- обучающая;
- ориентировочная;
- компенсаторная;
- саморазвивающая;
- методологическая;
- коммуникативная;
- сотворческая;
- психо-терапевтическая.



Самообразование и его роль в личностном развитии и самореализации

Источники самообразования личности:

- книги, СМИ, интернет;
- исследовательская деятельность;
- обучение на различных курсах;
- работа (по основной или сопутствующим специальностям);
- хобби.

Результат работы с любым из названных источников — повышение профессиональной компетентности, личностный рост, самопознание и саморазвитие личности, расширение коммуникативной сферы человека.






Самообразование и его роль в личностном развитии и самореализации

Механизмы самообразования:


самопознание, самопобуждение, программирование профессионального и личностного роста, самореализация.


Приемы самопознания:

самонаблюдение, самоанализ, самосравнение, самооценка.



Процесс самообразования взрослого человека неравномерен. На определенных отрезках жизни он носит прогрессивный характер, поднимает личность до уровня «акме», затем могут начаться процессы, приводящие к «застою» или регрессу личности.





Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

Карьера – продвижение человека в сфере профессиональной деятельности, достижение известности.

Это естественная потребность личности в полной жизненной и профессиональной самореализации.

В карьере человека фиксируется динамика его социально-экономического положения, статусно-ролевого уровня, масштабов и форм социальной активности.

Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

Условия для построения карьеры:

- признание своей профессиональной деятельности как наилучшей для самореализации;
- осознание своих способностей, жизненных предпочтений и мотивов поведения,
- способность к дружескому взаимодействию с другими людьми, независимо от их индивидуальных особенностей;
- наличие знаний, умений и навыков, позволяющих реализовать свои способности в профессиональной деятельности и разнообразных отношениях;
- способность к целенаправленным волевым усилиям, необходимым для профессиональной самореализации.



Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

По динамике продвижения человека по служебной лестнице выделяются следующие **виды карьеры**:

- **линейная** (от рядового работника до руководителя);
- **стабильная** (человек достигает вершины профессионального мастерства в одной должности);
- **спиральная** (быстрое продвижение вверх по служебной лестнице, затем начало с нуля в другой сфере);
- **кратковременная** (случайный, низкоквалифицированный человек на должности, «летун»);
- **платообразная** (человек исчерпывает возможности для профессионального роста, находясь на определенной должности);
- **снижающаяся** (талантливый человек под влиянием обстоятельств уходит на «понижение» или вообще с должности).



Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

Алгоритм построения карьеры (по Г. С. Альтшуллеру):

- наличие Достойной Цели (она должна иметь не только индивидуально-личностную, но и социальную значимость);
- составление плана по достижению Достойной Цели, обязательный контроль его реализации;
- высокий уровень работоспособности;
- четкая техника решения задач;
- умение «держат удар», т.е. сопротивляться обстоятельствам;
- высокая результативность профессиональной деятельности.



Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

Имидж – эмоционально окрашенный стереотип восприятия человека ближайшим окружением, массовым сознанием.

В структуре имиджа выделяются несколько групп качеств:

- **природные качества личности** (лицо, рост), которыми важно уметь пользоваться;
- **социальные качества** (коммуникабельность, эмпатичность, рефлексивность, красноречие);
- **образованность** (нравственные ценности, владение технологиями принятия решений, разрешения конфликтов, профессиональная компетентность);
- **«рабочие» качества**, связанные с ориентацией на достижения,



Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

Для успешной карьеры важна высокая работоспособность.

Основные приемы повышения работоспособности:

- учет рабочего времени и выполненного объема работы;
- чередование утомительных, сложных видов деятельности с приятными, более легкими занятиями;
- своевременный и полноценный отдых, соблюдение гигиены и безопасности труда;
- разработка, освоение и внедрение эффективных технологий профессиональной деятельности.



Карьера человека как условие и уровень его профессионального развития

В построении карьеры выделяют обычно пять этапов, но они могут изменяться в зависимости от профессии:

- 1- этап: учеба и выбор профессии;
- 2- этап: становления: освоение выбранной профессии;
- 3- этап: продвижения: рост квалификации и продвижение по службе;
- 4- этап: сохранения: закрепление достигнутых результатов, достижение пика квалификации;
- 5- этап: завершения: подготовка к уходу на пенсию.

