

А. В. Герда

ПРОБЛЕМА САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Самоактуализация представляет собой стремление стать тем, кто ты есть. В работе «Мотивация и личность» А. Маслоу подчеркивает, что стремление реализовать свой потенциал и выразить свою индивидуальность является основной потребностью каждого человека.

Необходимость самоактуализации в современном мире безусловна. Для достижения успеха и гармонии личности важно реализовывать свой потенциал. Апеллируя к теории А. Маслоу, следует подчеркнуть, что самоактуализация ведет к психическому здоровью и благополучию.

В качестве процессов, которые помогают прийти к самоактуализации, выступают:

- целеполагание (четко сформулированные цели помогают направить усилия на достижение желаемого результата, что создает внутреннюю мотивацию и способствует движению вперед);
- самооценка (здоровая самооценка позволяет человеку осознавать свои сильные и слабые стороны, а также принимать себя таким, какой он есть);
- саморегуляция (умение управлять своими эмоциями и поведением позволяет адаптироваться к изменениям и преодолевать трудности).

В педагогике самоактуализация личности рассматривается как одна из ключевых целей образования, связанная с раскрытием внутренних ресурсов ученика и его подготовкой к самостоятельной деятельности.

Педагогическими условиями поддержки подростков в самоактуализации выступают включение в социально значимую деятельность, индивидуализация образовательного процесса, создание мотивирующей образовательной среды, развитие навыков саморегуляции и рефлексии, формирование опыта самопознания и нравственного самоопределения.

Вслед за А. Маслоу отметим, что самоактуализация – это процесс, а не состояние. Это путь, а не пункт назначения.