

Столярова С.С., Назметдинова И.С.

ПРОБЛЕМА САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ В ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Астраханский государственный университет

Эта работа посвящена проблеме самореализации личности в трудовой деятельности. Рассматриваются такие личностные компоненты, которые оказывают существенное влияние на мотивацию и поведение человека в трудовой деятельности, как позитивная самооценка, самоуважение и самореализация.

Проблема самореализации личности в трудовой деятельности зависит от того, насколько работник сам воспринимает возможности своей профессиональной деятельности в качестве условия для полноценного личностного развития. Такой личностный компонент, который оказывает существенное влияние на мотивацию и поведение человека в трудовой деятельности – это позитивная самооценка или осознанность своих собственных качеств, способностей и возможности. Важным компонентом самооценки является самоуважение, то есть степень, с которой человек рассматривает себя как компетентного, способного к решению поставленных задач.

Считается также, что самоуважение часто измеряется степенью, с которой личность одобряет различные оценочные утверждения относительно себя. Люди с высоким самоуважением – те, которые подчеркивают и акцентируют свои способности, сильные стороны и положительные качества. Лица с низким самоуважением обращают, прежде всего, внимание и придают значение своим недостаткам, слабым сторонам и плохим качествам. К человеку, реализовавшему себя в профессии, с нашей точки зрения будет, скорее, относиться работник, имеющий высокий уровень самоуважения, обладающий чувством собственного достоинства.

В рамках темы нашего исследования интересна модель А. Кормана, согласно которой эффективность трудовой деятельности, наличие внутреннего удовлетворения являются функцией самоуважения работника [7]. Работники с высокой оценкой своей компетентности будут выполнять работу настолько эффективно, насколько это будет соответствовать их самоуважению. Другими словами, они слишком высоко себя уважают, чтобы плохо работать. Работники с высоким самоуважением скорее принимают внутренний самоконтроль, чем ситуацию с внешним контролем, то есть они скорее будут внутренне мотивированы, чем работники с низким самоуважением.

В психологическом плане интересно то, насколько сам человек осознает, ощущает, переживает и чувствует свою социальную значимость (значимость своего труда для окружающих или даже для культуры в целом).

В целом у каждого работника есть выбор критериев самоуважения и профессионального самоощущения: либо это ориентация на ценность самого труда, либо это ориентация на мнение своих коллег по работе. Либо работник, может и хочет самостоятельно определять, что достойно и что не достойно его усилий, проявляя и в этом свое творчество, либо он идет на поводу у общественного мнения.

Большое значение для реализации личности, имеет, на наш взгляд, такая интегральная характеристика как стремление к самореализации, самоактуализация.

Термин «самоактуализация» (от лат. *actualis* – действительный, настоящий) рассматривается как стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей. Источник самоактуализации связан с изменением механизма жизнедеятельности живых существ, с возникновением способности человека превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования. Самоактуализация предполагает изменение отношения к самому себе, становление субъективности с ее способностью быть для себя.

Главным критерием самоактуализации личности, по мнению В.А. Ананьева, выступает духовная ориентация: «Движение человека к пределам возможного совершенства непременно проходит «путь чистки» своего душевного «Я» посредством особого самоконтроля, самонаблюдения» [2].

Истоки идеи самореализации, развиваемой в ее современном варианте современными психологами, восходят к идеям А. Адлера. Главное, в чем нуждается любой человек, - это потребность чувствовать себя принятым, найти свое место среди людей: "...каждый человек стремится стать значительным; но люди ошибаются, если они не понимают, что эта значительность может быть достигнута лишь благодаря их вкладу в жизнь других" [1].

По мнению А. Адлера, человек, сравнивая себя с недостижимым идеалом совершенства, постоянно преисполняется чувством, что он ниже его и мотивируется этим чувством. Впоследствии это универсальное стремление, открытое Адлером, нашло свое отражение в концепциях самореализации К. Хорни, К. Роджерс, А. Маслоу и др. Выраженность тех или иных способов реагирования на сложные жизненные ситуации ставится в зависимость от степени самоактуализации личности - чем выше уровень развития личности человека, тем успешнее справляется он с возникшими трудностями.

Концепция самоактуализации, описанная в психологии А. Маслоу, интерпретируется нами как своевременный осознанный выбор человека в пользу своей сущности и поэтапное воплощение своих актуальных потребностей в жизнь. Понятие выбора трактуется как сознательное предпочтение личностью оптимальных стратегий поведения в сложных жизненных обстоятельствах, формирующих опыт совладания с проблемами в будущем. Такой выбор называется конструктивным, в отличие от деструктивных предпочтений, ведущих к разрушению человеческой самости (Юнг) или окружающего социума (Фромм)». «Самоактуализация – это не отсутствие проблем, а движение от преходящих и нереальных проблем к проблемам реальным», считает А. Маслоу [6].

И.С. Кон указывает, что условием успешной самореализации является динамическое функциональное единство, где образ мира и образ «Я» как бы уравновешены через адекватное понимание своего места в мире и использование адекватных социальных умений [3]. При тех или иных нарушениях этого равновесия человеку для решения проблем самореализации приходится искать условно-компенсаторные пути по типу психологической защиты.

Процесс самоактуализации можно рассматривать в контексте различных отношений личности, в том числе отношений к деятельности. По А.К. Марковой, этап самоактуализации человека в профессии осуществляется через развитие себя средствами выполняемой профессии, через осознание своих возможностей выполнения профессиональных норм, индивидуальных возможностей выполнения деятельности, осознанное усиление своих позитивных качеств, сглаживание негативных, укрепление индивидуального стиля, максимальную самореализацию своих возможностей в профессиональной деятельности [5].

В рамках нашей работы интерес представляют исследования, посвященные барьерам самореализации. Анализируя особенности барьеров, возникающих на пути самореализации личности, Л.А. Коростылева разводит понятия «затруднения самореализации личности» и «трудности самореализации личности» [4]. Затруднения как возникающие барьеры на пути самореализации предполагают преодолимость, их преодоление связано с использованием адекватных стратегий самореализации. Барьеры второго уровня сопровождаются трудностями и являются непреодолимыми их личностью и сопровождаются стратегиями поражения. Причины возникновения трудностей самореализации личности в значительной степени кроются в отношении человека к самому себе и окружающему миру.

При этом возникающие затруднения нередко переходят в трудности, а трудности самореализации в профессиональной сфере сопровождаются многими негативными психологическими и социальными феноменами.

Ситуации, провоцирующие трудности самореализации в основных сферах жизнедеятельности, нередко воспринимаются как кризисные.

Затруднения в самореализации возникают, если: человек не нашел себя; неясна цель; не хватает умения, плохо представляются пути своей самореализации; нет соответствия между потребностями и возможностями; наличествует комплекс неполноценности; предпринимается попытка выполнения не своих планов; человек не задумывается о своем личностном росте.

Преодолению трудностей в самореализации способствуют: принятие самого себя; поиск новых путей и желание достичь поставленных целей, способность собраться, сконцентрироваться, сосредоточенность силы и духа; прислушивание к внутреннему голосу, который говорит о том, что нужно выбрать для достижения целей и удовлетворения потребностей; восприятие трудностей как временных, желание попробовать осуществить задуманное еще раз; умение расслабиться, прислушаться к своим чувствам и продолжить свою работу; осознание того, что не нужно останавливаться на полпути; постоянная работа над собой.

Таким образом, для самореализации человек должен преодолевать трудности, разрешать затруднения, возникающие на его жизненном пути. А это означает, он должен преобразовывать складывающиеся ситуации, создавать новые или изменять обстоятельства через личностную трансформацию целей, интенций, ожиданий и притязаний, чтобы прийти к лучшей перспективе, в большей степени раскрыть свой потенциал.

Литература:

1. Адлер А. Понять природу человека. - СПб., 1997. - 256с.
2. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья. Учебное пособие. – СПб., 1998. -146с.
3. Кон И.С. Открытие «Я». – М., 1978. -367 с.

4. Коростылева Л.А. Самореализация в некоторых основных сферах жизнедеятельности и методы исследования. //Психологические проблемы самореализации личности. Вып.2./Под ред. А.А.Реана, Л.А.Коростылевой. – СПб., 1998. -264с.
5. Маркова А.К. Психология труда учителя. – М.: Просвещение, 1993. -192с.
6. Маслоу А. Психология бытия. – М., 1997. -300с.
7. Чирков В.И. Мотивационные механизмы преодоления проблемных ситуаций в трудовой деятельности. //Психология труда в условиях проблемных ситуаций: Межвуз.сб.науч.тр. – Саратов.: Изд-во Сарат. ун-та, 1996. -С133.