

Наименование статьи: Самореализация: простыми словами о важном.

Категория: Мышление.

Автор: Лобанова Анна.

Краткое содержание.

Статья о том, как, познавая себя, найти свой верный путь к личному успеху.

Содержание статьи.

А каков ваш уровень самореализации? Потребность в самореализации на разных этапах жизненного пути испытывает каждый человек. Но здесь важно четко разграничить самореализацию и социальную успешность. Эффективная самореализация позволяет удовлетворить, в первую очередь, внутреннюю духовную потребность, а социальный успех завязан на материальном благополучии, карьерном росте, признании общества.

Например, человек может занимать высокооплачиваемую должность, но не чувствовать себя удовлетворенным своей жизнью, и продолжать испытывать острую потребность в самореализации.

Определимся с перечнем ключевых вопросов, которые позволят нам эффективно разобраться в данной теме:

1. Что такое самореализация человека?
2. Какие виды самореализации существуют?
3. Как выбрать верный путь для самореализации?

Что такое самореализация человека?

В чем заключается смысл жизни каждого человека? Многие ответят, что в первую очередь в самореализации. А что значит эта самая самореализация, ответит уже далеко не каждый. Если кратко и простыми словами, то самореализация означает эффективное развитие себя и окружающей действительности.

Определение самореализация было введено в начале XX века Куртом Гольдштейн. Немецкий невролог и психиатр считал, что наша жизнь наполняется смыслом только в том случае, когда мы раскрываем наш внутренний потенциал.

В настоящее время под самореализацией понимается процесс выявления и фиксации личностных способностей и талантов человека с целью сознательного и целенаправленного их развития через реализацию и применение в различных направлениях деятельности.

Простыми словами самореализация личности значит определение, осознание, эффективное использование и совершенствование способностей, талантов, умений.

Потребность в самореализации является духовным видом потребности и заключается в высшем устремлении к эффективному применению врожденных склонностей и особенностей. Но, к сожалению, далеко не каждый человек может легко реализовать свои собственные возможности, поскольку это зачастую является результатом сознательной и значимой внутренней работы.

Когда мы загружены обыденными делами и заботами, мы просто забываем или заглушаем свои внутренние устремления и желания, теряем веру и интерес к своему истинному назначению, продолжая на автомате выполнять привычные действия. Это, конечно, оказывает огромное влияние на наше настроение и даже самочувствие. Поэтому большое значение для эффективной самореализации следует уделять таким процессами как самопознание и самосовершенствование.

Определение самопознания раскрывается в самом понятии. Простыми словами, самопознание – это познание себя, изучение внутренних аспектов личности, выявление слабых и сильных сторон, определение способностей.

Под самосовершенствованием понимается сознательная работа по развитию личностных качеств, склонностей и способностей.

Таким образом, если человек может понять и определить свои сильные стороны, найти способы их развития, это значит, что он сможет выбрать верные варианты самореализации в процессе эффективного применения своего внутреннего потенциала.

Какие виды самореализации существуют?

Чтобы разобраться с основными видами самореализации, обратимся к данным дисциплины обществознание.

Опираясь на основные сферы жизни человека, обществознание выделяет 4 вида самореализации.



Рассмотрим кратко каждый вид самореализации.

1. Личностная самореализация.

Данный вид самореализации включает, в первую очередь, индивидуальный уровень психологического, эмоционального и умственного развитие. Потребность в личностной самореализации возникает на раннем этапе развития каждого ребенка, когда он стремится своими действиями и поступками получить одобрение и признание окружения.

В процессе взросления каждый человек определяет и раскрывает внутренние таланты и способности в различных направлениях деятельности, формируя свой индивидуальный жизненный сценарий.

2. Творческая самореализация.

Потребность самореализовываться с помощью применения и развития творческих талантов способствует не только созданию нового, но и развитию самой личности и окружения в целом.

Основной особенностью творческой самореализации является потребность личности создавать новые и уникальные объекты, которые позволят выделиться, проявить себя, раскрыть свой потенциал, самореализоваться.

Творчество является неиссякаемым ресурсом возможностей для развития. Определив свой талант и постоянно развивая его, вы вступите на путь постоянного самосовершенствования и развития общества.

3. Профессиональная самореализация.

Если кратко, то данный вид самореализации направлен на раскрытие личностного потенциала в профессии и трудовой деятельности.

К основным показателям профессиональной самореализации относятся:

- профессиональная деятельность отвечает вашим индивидуальным способностям;
- при выполнении трудовых обязанностей вы испытываете интерес и удовольствие;

- вы постоянно ощущаете свою востребованность и значимость в коллективе;
- вы усложняете и совершенствуете уровень выполнения профессиональных задач;
- вы испытываете потребность и желание в повышении квалификации, развитии профессиональных навыков, изучении новых направлений трудовой самореализации.

Обратите внимание, если у вас отсутствует хотя бы один из показателей, то значит, вам следует проанализировать свои способности и возможности, а при отсутствии нескольких показателей даже пересмотреть сферу вашей профессиональной деятельности.

4. Социальная самореализация.

В общественном сознании под социальной самореализацией понимается процесс развития личности в сфере межличностных отношений и нахождения своего значимого и полезного места в социуме.

Из определения следует, что данный вид самореализации проявляется в том, какое отношение выражает общество к личности, как оценивает его деятельность и уровень успешности.

Каждый вид самореализации имеет важное значение в процессе становления личности человека, а развитие их в совокупности позволяет сформировать эффективный жизненный сценарий.

Как выбрать верный путь для самореализации?

Определение самореализации включает два главных процесса – самопознание и самосовершенствование.

Следовательно, эффективная самореализация возможно только в случае, если человек знает свои способности и таланты и испытывает потребность в их активном применении и развитии.

Чтобы выбрать верный путь для самореализации следует придерживаться важных рекомендаций:

1. Постоянно изучайте и применяйте свои особенности, склонности и возможности в различных сферах деятельности.
2. Определяйте и анализируйте свои сильные стороны и ограничения, находите способы совершенствовать первые и минимизировать вторые.
3. Четко устанавливайте жизненные цели, определяйтесь с желаниями и механизмами их достижения.
4. Планируйте и формируйте свой жизненный сценарий, создавая пошаговые планы действий для реализации поставленных целей.
5. Не сомневайтесь в своих возможностях, активно действуйте по намеченным планам, при необходимости вносите изменения и корректируйте их.

Верный путь к самореализации индивидуален для каждого. Важно просто слышать себя, понимать свои возможности, применять способности и никогда не останавливаться на достигнутом, постоянно совершенствоваться и развиваться.