

КОНЦЕПЦИИ ЗА ЛИЧНОСТНО РАЗВИТИЕ И САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ

Божена Л. Такворян-Солакян

CONCEPTS FOR PERSONAL DEVELOPMENT AND SELF-ACTUALIZATION

Bozhena L. Takvorian-Solakian

ABSTRACT: The main and structural features of self-actualization and personal development are considered in theoretical terms, as a socio-psychological process through the eyes of scientific thought. The manifestations of this phenomenon on an individual-personal and social level in the social reality are analyzed.

KEYWORDS: personal development, self-actualization; self-realization; reflexivity, factors, creative potential

Връщането на интереса към теорията за самоактуализацията в съвременната наука се свързва преди всичко с пресмислянето на натрупания преди това опит и концепции във връзка с разбирането на информационно-вероятностната структура на живота и всичките му закони. Човекът се счита от съвременната наука за „отворена система“, която обменя енергия, материя и информация с околната среда, има определено вътрешно съдържание, много вътрешни състояния. „Днес новите технологии променят международните сравнителни преимущества, в резултат на превръщане на знанието във важен фактор на производството. Наукоемките и високотехнологичните отрасли на промишлеността като най-бързо развиващите се сектори на глобалната икономика изискват по-големи инвестиции в образованието и в професионалното обучение“ [3].

Теорията за самоактуализацията е системообразуващ елемент в хуманистичната посока на психологията. Основна е идеята, че съзнателното желание за максимално разкриване на човешкия потенциал и прилагането му в практическия живот в полза на обществото чрез самоактуализация е необходим фактор за цялостното развитие на човека. Днес трябва да говорим вече не за социално-икономическата криза, а за фундаменталната ерозия на културното и семантично ядро, което държи обществото ни. Човек остава сам с целия спектър от житейски проблеми и няма къде да търси „спасение“ освен в личните си сили и способности. Това прави уместно да насочим погледа си към самоактуализацията, като концепция за развитието на човека и обществото, основана на идеята да се разчита като *саморазвитие и самоорганизация*, предполагайки *личностно развитие*.

Феноменът професионална и лична самоактуализация в научната литература е представен от идеите за екзистенциално-хуманистичния подход и психосинтеза, свързвайки с това имена, които ще цитираме. Съществените характеристики на явленията на професионално участие и лична самоактуализация на личността, разгледани в трудовете им, включват: несъответствието на техните характеристики, процесността на развитието като интегрирана система, наличието на периоди на прогрес и регресия, динамичност и нелинейност. Емоционалното и личностно професионално участие на субекта трябва да се разглежда в контекста на самоактуализация на личността, която включва категориите вдъхновение и участие, мотивация „отвътре“, субективно присъствие.

Проучванията на професионалното участие в този контекст позволяват да се вземе предвид уникалността на екзистенциалната ситуация на всеки човек, неговите тенденции и рискове в развитието, лична и социална интеграция, прилагане на трансперсоналното „Аз“ в професията и система от междуличностни и професионални отношения.

„Във всяко общество съществува група от хора, чийто здравен статус, психологическо състояние, потенциални възможности за обучение и развитие, както и потребности, ги поставят в по-неблагоприятно положение спрямо останалите членове на обществото. Голям процент от

населението на всяка държава се състои от хора, имащи известни физически, сензорни или ментални различия. Проблемът е особено актуален в областта на образованието, което има образователна и социализираща функция [6].

Другата страна на професионалното участие е „професионалното откъсване“, което в крайни случаи се проявява като синдром на изгаряне на личността. Обратимостта или устойчивостта на професионалната стагнация, самореализацията, всеки следващ вектор на професионално развитие зависи от действителните и потенциалните фактори на самоактуализация, от индивидуалните тенденции, от способността да се заеме авторска позиция в критична ситуация, да се намерят нови възможности в настоящата криза за реализиране на най-добрите качества на личността.

Когато коментираме всичко това, си представяме най-ефективното използване на съвкупността от човешки сили, способности, умения и други ресурси в индивидуалноуникалната му ситуация с цел постигане на външна и вътрешна синергия .

Съвременното общество, преживяващо повсеместните процеси на информатизация, модернизация, иновативно и техническо развитие, е също в състояние на постоянна трансформация. „В социологията под социална промяна се разбират преобразованията, произтичащи с течението на времето в организацията, в структурата на обществото, в образците на мислене, културата и социалното поведение. Като фактори за социалната промяна могат да се посочат различни и многообразни обстоятелства - например динамиката и числеността на структурата на населението, нивото на напрежение в борбата за ресурси, открития и изобретения, акултурация (усвояване на елементи от други култури) [5].

Не само различните сфери на обществения живот (икономически, политически, духовен, социален), социални институции, а и това че всички форми на организация търпят промени, както разгледаната вече личност като ключов инициатор на дейността. Тя трансформира не само своето външно включване в заобикалящата ни социална реалност (естеството на междуличностните взаимодействия, начина на живот , темпото на живот и т.н.), но и вътрешната диференцирана система от ценности, възприятия, стимули, нужди, които определят определена траектория на поведение.

В тази връзка проблемите на социалното благополучие, формирането на житейски стратегии и степента на удовлетвореност от живота, както и въпросът за реализиране на вътрешния потенциал – *самоактуализацията и личностното развитие*, стават все по-актуални.

„Дори и тогава, когато пълната корекция и компенсация на последствията от риска върху субекта не се постига поради особеностите на социалния случай или на системата за социална работа, основите на неговото социално-позитивно развитие са вече положени и остава да се намерят пътища за постигането на следващите етапи от процеса на социализация. Това невинаги означава, че социалната работа позволява пълно разрешаване на всички социални случаи, но предполага тяхната трансформация и формиране по такъв начин че те да са в състояние и самостоятелно да се справят с проблемите си и да се интегрират социално“ [4].

Многостранныят и сложен феномен за първи път е коментиран в научна посока от Курт Голдщайн и изучен по-подробно от психолозите с хуманистична мисъл (А. Маслоу, К. Роджърс и т.н). Под една или друга форма той е изследван в области, свързани и близки до хуманистичната психология - социокултурната психоанализа на К. Хорни и Е. Фром, гещалттерапията на Ф. Пърлз, екзистенциалната психология на Д. Бъден и Р. Мей, философските трудове на М.К. Мамардашвили и т.н.. В настоящия момент все повече се разглеждат психологическите аспекти на личностния растеж и самоактуализацията. Фокусът на хуманистичната психология - е човекът, като индивид, считан за носител на уникални характеристики, които го правят най-високата ценност на Битието. Човекът се стреми към бъдещето, към свободното освобождаване на своите потенциали смята Гардън Олпорт , на творческите според Ейбрахам Маслоу, за което той трябва да засили вярата в себе си и във възможността да постигне „идеално себе си“ за Карл Роджърс. Най-важната роля в това се отдава на растежа на конструктивния принцип на човешкото аз, на целостта и силата на опита.

Това явление се намира в областите на изучаване на философски, социологически, биологични науки, като по този начин придобива интердисциплинарен характер. Както вече описахме , изучаването на феноменалните фактори за самоактуализация принадлежи на

учените от 20-ти век, където този проблем е разгледан в контекста на екзистенциални, хуманистични и трансперсонални концепции за личността и се отразява в многообразието от интерпретации и появата на синонимни определения – „самореализация“, „самоутвърждение“, „себеизразяване“ и др. Самата концепция „самоактуализация“ е предложена от немския психотерапевт Курт Голдщайн в „Светът на науката“.

Авторът смята, че всеки организъм, особено човешкият, се стреми да актуализира възможностите, които са му присъщи от природата. Чрез самоактуализация той разбира процеса на идентифициране на тези възможности и го счита за основен мотив и цел на живота [7, с. 39].

Според холистичния подход човекът се разглежда в неговата цялост – емоции, енергия, физическо тяло, душа. В тези посоки се дават примери за методи от традиционната китайска медицина, тибетската медицина, кинезиологията. За да бъде един подход холистичен, той трябва да съчетава поне 2–3 метода за повлияването на емоциите, енергията и тялото. Цялостните подходи са близо до природата и естествените цикли. Американският учен К. Роджърс определя това явление като обозначение на силата, която кара човек да се развива на най-различни нива – от овладяване на двигателните умения до по-високите творчески възходи. Самоактуализиращ се човек „напълно функционираща личност“ [2].

Според Голдщайн, разглежданото действие е основният и по същество единствен мотив в човешкия живот. Действие, насочено към задоволяване на нуждите, а нуждата е състояние на дефицит, което мотивира човек да го попълни с цел удовлетворение и творческа тенденция на човешката природа. Тя е в основата на развитието и усъвършенстването на тялото. Надеждата, която се стреми към знание, чувства вътрешна празнота, изпитва усещане за собствената си нужда. Четенето и ученето задоволяват нуждата от знания, а празнотата изчезва.

Така възниква новият човек, у който учението е заело мястото на невежеството. Желанието се е превърнало в реалност. Всяка нужда е състояние на дефицит, което мотивира личността да го запълни. Това е като дупка, която трябва да бъде запълнена. Това попълване или задоволяване на нуждите е самоактуализация или самореализация – К. Голдщайн.

Имайки предвид нелинейността и неравномерността на явленията, дори при преобладаването на положителните тенденции в самоактуализацията, кризите, периодите на регресия и временните отрицателни промени са вероятни. За характера на личното и емоционалното участие са важни индивидуалните характеристики на екзистенциалната позиция на личността на субекта, тя се проявява в характера на предпочитаните взаимоотношения с хората и във вида на професионалното взаимодействие. За професионалната ангажираност са важни: ниво на личностно израстване според критериите за самоактуализация, тяхната динамика, посока на тенденциите на растеж (стагнация и последваща регресия), тяхното взаимодействие и поведенчески прояви. Емоционалната и личностната ангажираност на субекта на професионалната дейност и нейната самоактуализация трябва да се разглеждат като специално мотивационно състояние на индивида: многостранно и развиващо се с периоди на прогрес и регресия.

Взаимно пресичащите се мотивационни комплекси могат да влияят върху процеса относно йерархията на система от смислово-житейските ориентации, собствената концепция за живот, просоциалната ориентация на личността, значимостта на екзистенциалните ценности, личните значения, нивото на задоволяване на основните потребности.

Голдщайн предполага, че пречките за самоактуализация могат да възникнат само защото околната среда не съдържа онези предмети и условия, от които тялото се нуждае за самоактуализация. Нормален, здрав организъм е този, при който „склонността към самоактуализация действа отвътре и която преодолява трудностите, произтичащи от сблъсъци с външния свят, не на основата на безпокойство, а благодарение на радостта от победата“.

Това означава, че примиряването с околния свят се състои преди всичко в овладяването му. И само ако това е невъзможно, човек е принуден да приема трудности и да се адаптира към реалностите на външния свят. Самоактуализацията може да има както положителни, така и отрицателни последици за организма. Постигането и не означава край на проблемите и трудностите, напротив, могат да възникнат по-сложни проблеми, облекчаването на напрежението е силна мотивация само при болни организми. Здравият организъм е насочен преди всичко към „формирането на определено ниво на напрежение, такова, което ще направи

възможно по-нататъшната подредена дейност“. Следва изводът, че „способностите на организма определят неговите нужди“, а не обратното. Ако задачата е наложена на човек, поведението му става твърдо и механично [8].

Ако разгледаме професионалното участие в смисъла на социалната педагогика и в контекста на личната и професионална самоактуализация, е необходимо да се вземат предвид следните фактори: умисъл, трансцендентност, личностно израстване, етична и философска позиция, социална интеграция, центрираност, конкурентност, емоционално благополучие, вдъхновение.

Напрежението, динамичната социална, икономическа и екологична обстановка, които са характерни за нашето общество, обуславят нарастването на различните отклонения в личностното развитие и поведение на младите хора [15, с. 202].

Изброени са универсалните критерии за самоактуализация, които определят тенденциите на личностно и професионално развитие и самите те се състоят от гъвкава система от разнообразни взаимозаменяеми и допълващи се фактори:

- Просоциалната ориентация на личността включва алтруизъм и желание за морално, лично, професионално самоусъвършенстване, тя определя желанието да бъде полезно за хората. Социалната интеграция осигурява творческа самореализация и запазване на интереса към хората, професиите, развитие на обществено полезна дейност.
- Индивидуализацията като комбинация от социална интеграция и егоцентричност включва себепознание, автономност, автосимпатия, разтваряне на личността с нейните социални и професионални маски, откриване и прилагане на лични значения във всяка дейност.
- Трансцендентността предполага личностно израстване, смисъл на живота и разширяване на системата от значения вертикално до екзистенциални ценности, просоциална етична и философска позиция, необходимост от смисъл и духовност на живота и професионалната дейност.
- Личностният растеж на субекта включва системи от вътрешноличностни и междуличностни критерии.
- Екзистенциалното положение на личността може да се разглежда като един от интегралните фактори на самоактуализацията, състоящ се от сложни и многостранни явления: значимост, пълнота и цялостност на живота, интензивност, способността на субекта да надхвърли границите на ежедневния опит, субективната стойност на времето, йерархията на целите и ценностите, трансцендентността.

Явлението личен смисъл е избирателно, амбивалентно, полимотивирано от динамична система с по-малки значения, съдържа интеграционен аспект, създава енергийния потенциал на дейността, способен е да усвоява потенциала на положителните психични състояния. За професионалното личностно развитие са важни динамиката на значенията и ценностите, връзката между водещите и подчинените елементи на структурата на смисъла на живота, тяхното взаимодействие и взаимно влияние. В процеса на самоактуализация личностният растеж се свързва с развитието на мотивационна система до нивото на субективно значение на екзистенциалните ценности (метапотребности) и интегрирането им в смисъла на живота, обслужващ важен бизнес, който е значителен, но външен за темата. Така системата от лични значения интегрира процесите на личностно и професионално развитие на субекта.

Психологът Маслоу определя самоактуализацията като желание на човек за самовъплъщение, да актуализира потенциалите, заложените в него, да реализира личното „Аз“, изразяващо се в желанието за идентичност, дава особен принос в разглеждането, преди всичко на социалните аспекти на това явление [9]. Открива се твърдението, че самоактуализиращите се хора са много гъвкави, притежават по-голяма „свободна воля“, в по-малка степен „детерминирани“, способни да се адаптират към всяка среда .

Така в обобщен вариант на изложението самоактуализацията (от лат. Actualis - реална) е желанието на човека за най-пълна идентификация и развитие на неговите лични способности [8, с. 530]. От гледна точка на А. Г. Маслоу, всеки човек има вродено желание за самоактуализация, което според изградена йерархия „пирамида“ представлява най-високата потребност на индивида, за проявлението на която е необходимо напълно да се освободиш от

доминирането на някои потребности. Според анализи, посветени на измерването на щастие, резултатите сочат средно 78% за тези, които смятат, че дължат това на себе си, 30% свързват това състояние с благополучието на семейството-удовлетвореност от любовта, 13% свързват това с работата си и познавателните си потребности и 4% възможност за самореализация [13].

Знаейки вече, че способностите на организма определят неговите нужди, и човешкото поведение става твърдо и механично. Проблемът започва да се развива в края на 60-те години. Той „се превръща в неразделна част от интелектуалния пейзаж на Запада. Теориите отдавна имат значително влияние върху много учени както наши, така и чужди, въпреки методологичните недостатъци на тези теории, частично анализирани.

За да се прояви тази необходимост, човек трябва да задоволи цялата йерархия от основни нужди, тъй като движението към самоактуализация не може да започне, докато индивидът не бъде освободен от господството на по-ниски потребности, като нуждата от сигурност или уважение. Ранното неудовлетворение на нуждите може да доведе до зашеметяване, фиксиране на индивида на определено ниво на функциониране. За настоящето мислене стремежът към по-високи цели показва психологическо здраве. По-високите нужди са присъщи на по-голямо удовлетворение, така че метамотивацията е показател, че индивидът е напреднал откъд достатъчното ниво на функциониране.

Литература:

1. Vachromov E.E. *Self - Actualization of a specialist, a manager in professional activity: problems and possibilities, Philosophical Problems of Social - Humanitarian Knowledge M. MGTU «mAmI», 2005 (p. 197 –210)*
2. Головин С. Ю. *Словарь практического психолога*, 1998
3. Иванова, В., *Глобализация и екологични проблеми*. Шумен, Университетско издателство „Епископ Константин Преславски“, 214 с., 2020, ISBN 978-619-201-371-4. стр.17.
4. Игнатовска, Св. *Насоки и съдържание на социалната работа с девиантни лица, Сборник научни трудове от пътуващ семинар Истанбул-Кушадасъ-Измир Иновации в образованието, ШУ „Еп.Конст.Преславски“, 2019, стр.336.*
5. Илиева, В., *Социална промяна и историческа действителност*, Годишник на Шуменския университет „Епископ Константин Преславски“, т. XXIII, 35 години Педагогически факултет, Велико Търново, Издателство „Фабер“, 2019, с. 160-169, ISSN 1314-6769, стр. 160.
6. Кирилова, Г. *Обучението по родинознание и природознание при деца с умствена изостаналост, ШУ“ Еп.Конст.Преславски“, 2016, стр.32 .*
7. Копьтин А. А. *Изучение самоактуализации личности // Международный журнал экспериментального образования. – №6, 2014. стр.. 38-39 .*
8. Карпенко Л. А., Петровский А. В., Ярошевский М. Г. *Краткий психологический словарь. Ростов-на-Дону: Феникс, 1998, стр.687.*
9. Maslow A. *Motivation and an Individual* - SPb., 1999.
10. Maslow A. *The Psychology of Existence* - M., 1997.
11. Maslow A. *Distant Limits of human psyche* - SPb., 1997.
12. Rubinstein S.L. *The basis of General Psychology* - SPb., Peter, 1998.
13. Флорида Р. *Кретивный класс: люди, которые создают будущее. – Манн, Иванов и Фербер, 2016 .*
14. Робинсън, К. „Ароника Лу. *Елементът*, 2013.
15. Лазарова, П. Д. Крумова, *Взаимовръзка на видовете агресия и типовете темперамент В: //Научни трудове на Русенския университет - 2009, том 48, серия 6.2, Изд. Русе: Русенски унив. "Ангел Кънчев", ISSN 1311-3321, 2009*

Konstantin Preslavsky-University of Shumen
b.takvorian@shu.bg