

ЯК ВІДБУВАЄТЬСЯ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ

РОЗБЕРЕМОСЯ, ЩО ТАКЕ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ТА ЧИ МОЖЕ САМА ЛЮДИНА ВПЛИВАТИ НА ЦЕЙ ПРОЦЕС.

Розвиток особистості — це процес, в ході якого змінюються системні якості особистості людини, як результат його соціалізації та взаємодії з навколишнім соціальним середовищем. Зміни в даному випадку не є кількісними, а якісними. У кожної людини є передумови до розвитку, спочатку особистість розвивається через пізнання навколишньої дійсності, в дитячому віці. В першу чергу на це впливають дорослі. Тобто виховання — важлива складова розвитку особистості. Надалі на процес впливає діяльність людини та значущі для нього люди. Є й інші чинники, які можуть виступати рушійною силою для розвитку. Розберемося, що таке розвиток особистості та чи може сама людина впливати на цей процес.

ЕТАПИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

По суті, розвиток особистості відбувається, коли людина потрапляє в нову соціальну середу та адаптується до неї. За сприятливих обставин особистість розвивається в три етапи:

- *Адаптація.* Людина знайомиться з діючими в середовищі цінностями й правилами, входить в соціальну групу й уподібнюється її учасникам.
- *Індивідуалізація.* У людини виникають суперечності між встановленими нормами та прагненням проявити власну індивідуальність. Тобто індивідум не хоче "бути як всі", він прагнути виділитися з маси. На даному етапі людина шукає способи проявити свою індивідуальність.
- *Інтеграція.* Людина хоче проявити свої індивідуальні якості й при цьому прагне, щоб вони були прийняті та схвалені іншими членами соціальної групи.

Розвиток особистості являє собою прогресуючий процес і починається з самого народження.

ЩО ВПЛИВАЄ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

Рушійними силами розвитку особистості можуть виступати різні фактори, серед них найосновніші:

- Генетика
- Довкілля
- Виховання

У кожної людини від природи є схильність до певних емоційних реакцій на успіхи й невдачі, на поведінку інших людей. Це закладено генетично. Потім на людину впливає навколишнє середовище — умови, в яких він живе, національні особливості країни, де

він народився й т. і. З раннього дитинства на дитину впливають дорослі, які його навчають, прищеплюють певні норми поведінки та таким чином впливають на розвиток його особистості.

Що впливає на розвиток особистості, крім спадковості, навколишнього середовища і виховання? Великий вплив має суспільство — не тільки батьки, а й школа, університет, різні громадські / державні установи. Рушійною силою для власного розвитку може виступати й сама людина. Це може бути як його свідомий вибір, так і будь-які внутрішні сили людини (страхи, нудьга, природній потяг, прагнення компенсувати втрачене й т. і.)

АКТИВНИЙ І ПАСИВНИЙ РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ

Розвиток особистості може бути пасивним і активним. Пасивне зростання передбачає чергування декількох етапів розвитку від народження до старості відповідно до норм суспільства. Тобто людина розвивається настільки, наскільки від нього це очікує оточення. Він "правильно" проходить етапи дитинства, юнацтва, молодості, зрілості, підготовки до старості. По суті, при пасивному розвитку особистості ріст припиняється вже на етапі зрілості, оскільки якісні зміни особистості, як правило, відбуваються в періоди юності й молодості (вони сприяють успішному виконанню життєвих завдань). Але є люди, які доповнюють пасивний розвиток особистості активним ростом, причому на всіх етапах життя, включаючи зрілість, а іноді й старість.

Активний розвиток особистості відбувається внаслідок особистої ініціативи самої людини. Якщо при пасивному зростанні інтелект зростає природно, "сам по собі", то при активному у людини з'являється бажання, ідея, яка трансформується в намір, після чого він ставить перед собою мети та займається саморозвитком, вдосконаленням власної особистості. Він робить це самостійно або проходить відповідні тренінги, отримує освіту, необхідну для придбання певних навичок.

РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ — ВИХІД ІЗ ЗОНИ КОМФОРТУ

Розвиток особистості завжди передбачає вихід за межі зони комфорту. Щоб освоїти нові навички, потрібно пройти через певні незручності, навіть перші кроки у малюка не виходять відразу. Особистість, яка прагне до активного розвитку, готова вийти із зони свого комфорту заради самовдосконалення. У такої особистості є свої характерні риси:

- Велика кількість різнопланових бажань.
- Інтерес до безлічі речей.
- Інтерес до власного майбутнього.
- Прагнення зробити своє майбутнє яскравим.
- Бачення реалістичних перспектив.

Люди, які прагнуть до розвитку своєї особистості, вважаються психологічно здоровими, вони перебувають в гармонії зі своїм "я" і можуть будувати своє життя так, як вони хочуть. Якісні зміни особистості не падають з неба і не самозароджуються всередині — вони створюються вчителями, тренерами або самою людиною, який вирішив поміняти

себе і досягти певної мети. Коучинг навчання — відмінний спосіб розвивати особистість, виробляти нові навички для досягнення поставлених цілей й покращувати якість свого життя.