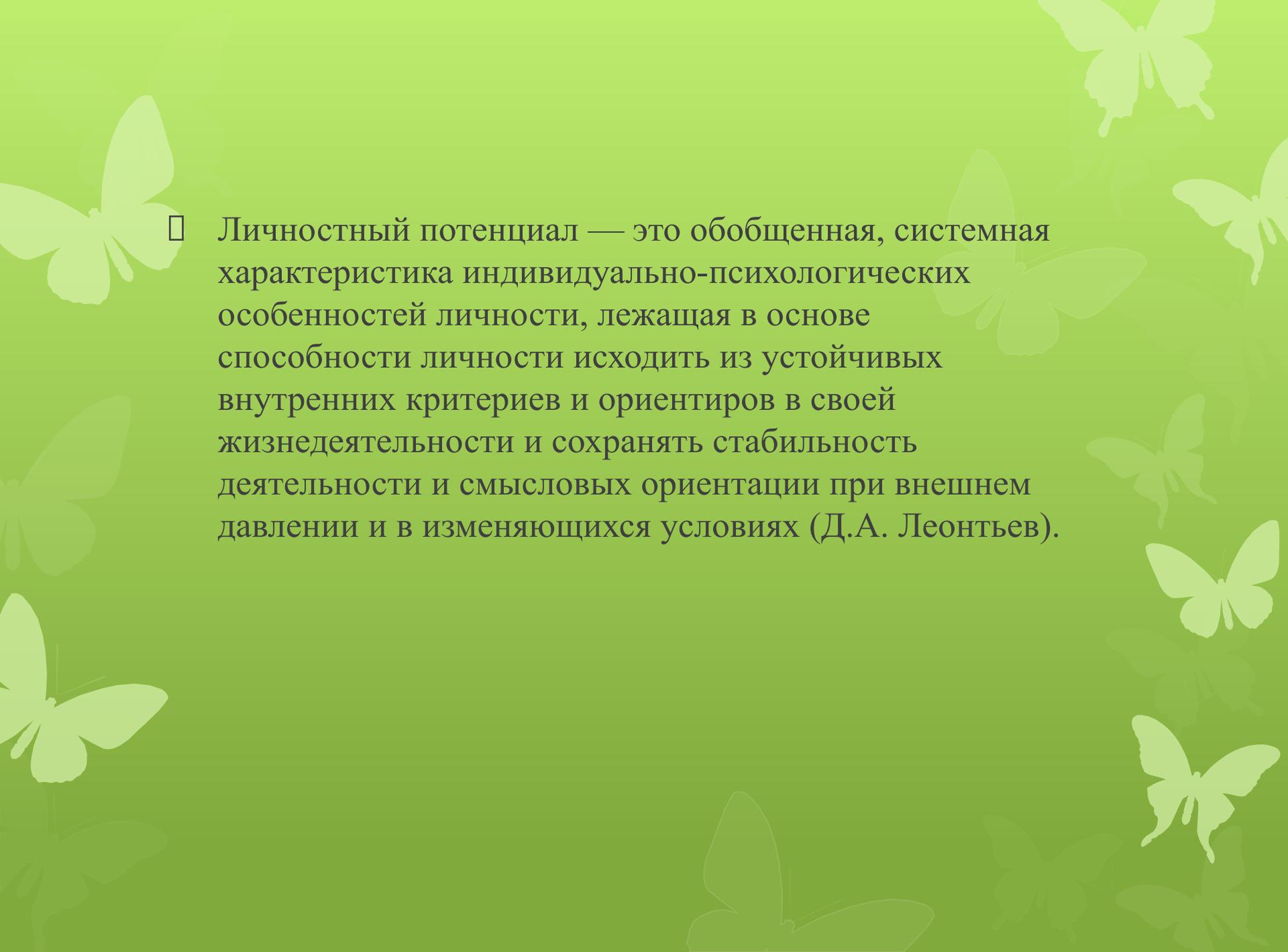


Понятие о личностном росте

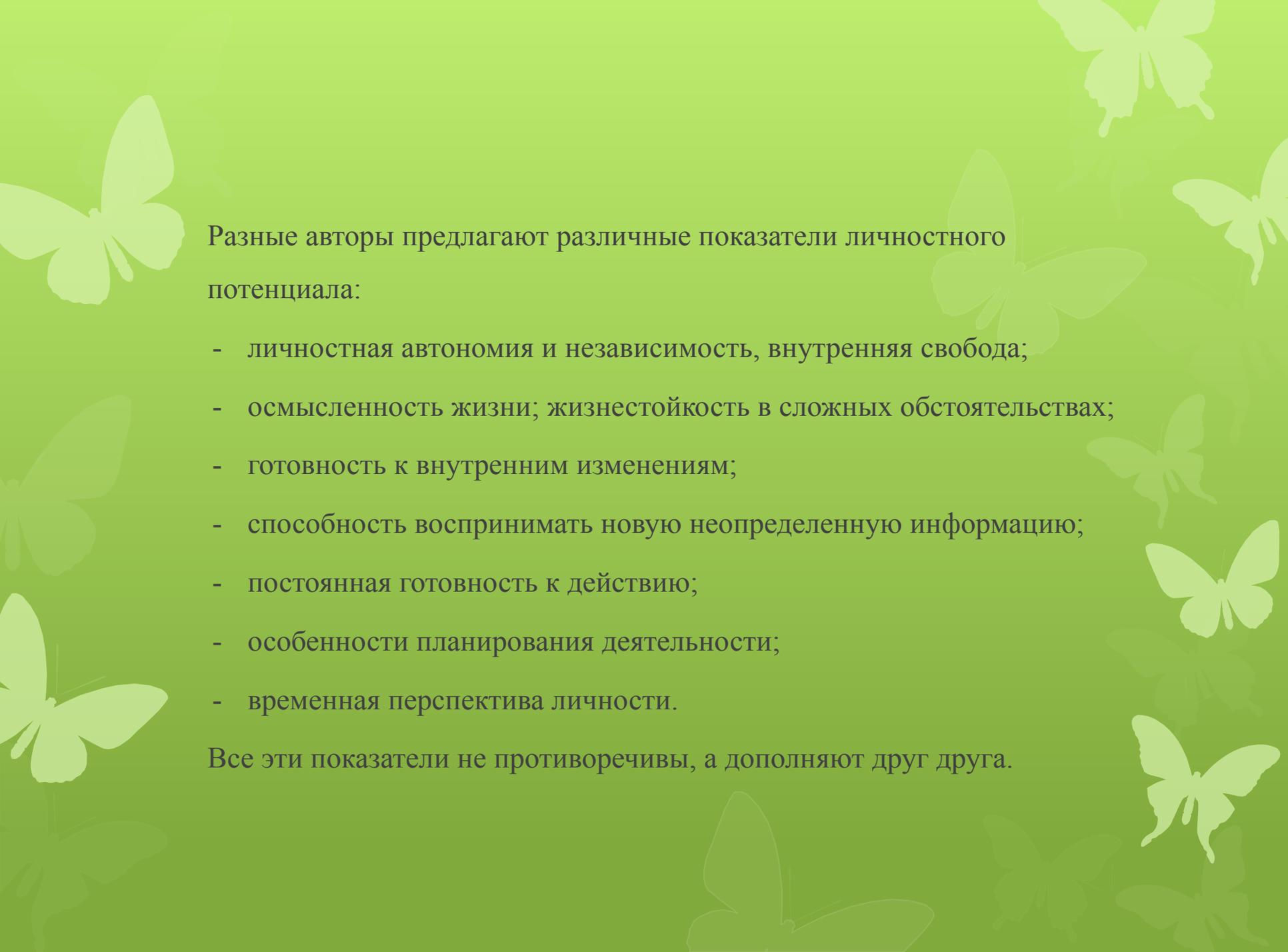
The background of the slide is a light green gradient. It is decorated with several white butterfly silhouettes of various sizes and orientations, scattered across the page. The butterflies are positioned around the central text, with some appearing larger and more prominent than others.

- Личностный рост человека заключается в постоянном, неуклонном развитии его личностного потенциала.





□ Личностный потенциал — это обобщенная, системная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность деятельности и смысловых ориентации при внешнем давлении и в изменяющихся условиях (Д.А. Леонтьев).



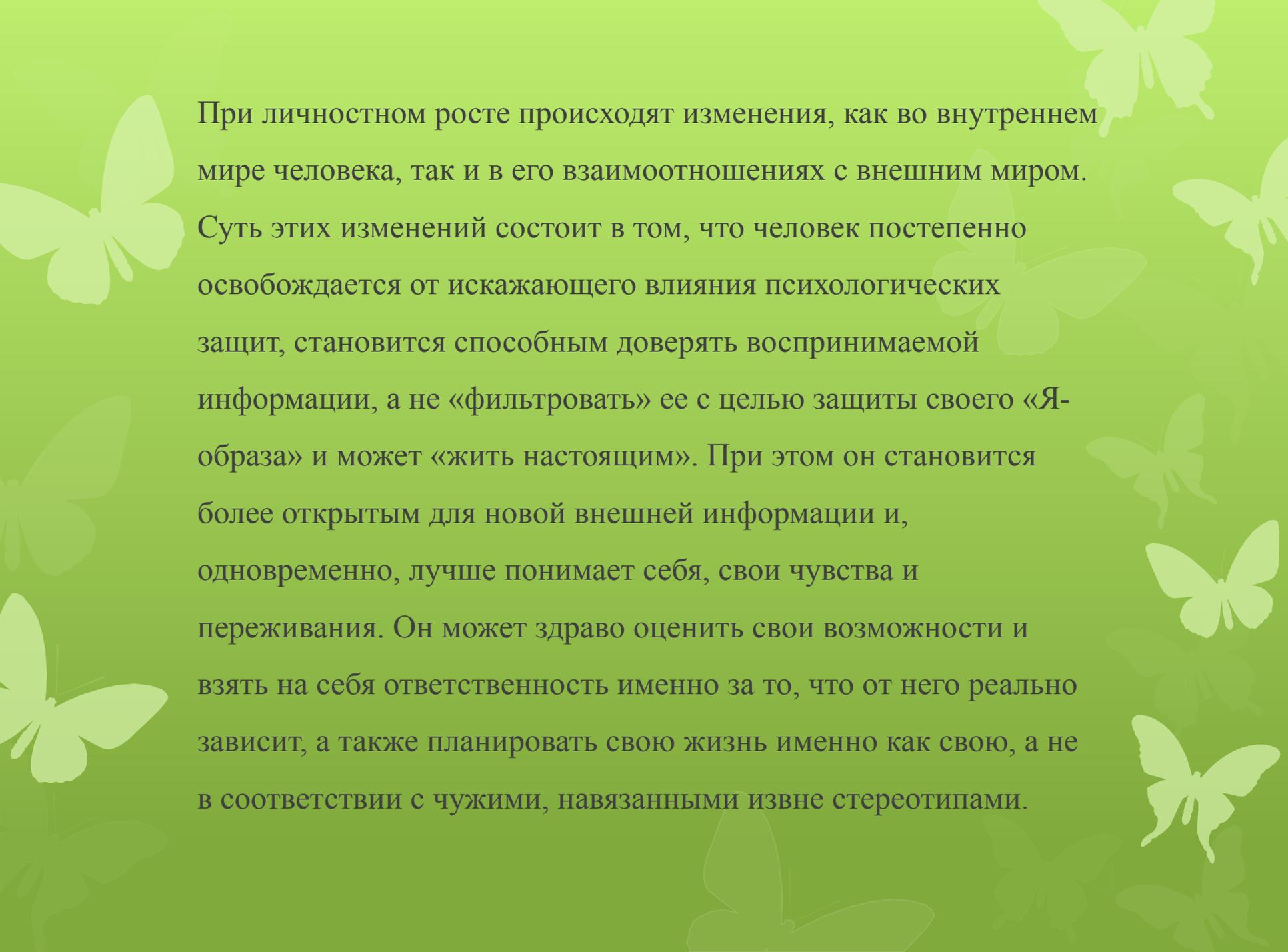
Разные авторы предлагают различные показатели личностного потенциала:

- личностная автономия и независимость, внутренняя свобода;
- осмысленность жизни; жизнестойкость в сложных обстоятельствах;
- готовность к внутренним изменениям;
- способность воспринимать новую неопределенную информацию;
- постоянная готовность к действию;
- особенности планирования деятельности;
- временная перспектива личности.

Все эти показатели не противоречивы, а дополняют друг друга.

Личностный рост зависит, прежде всего, от усилий самого человека, но только их не достаточно. Полноценный личностный рост возможен лишь в том случае, если человек опирается на доброжелательное участие окружающих, если он добивается признания и уважения его внутреннего мира другими людьми, по крайней мере, «значимыми другими». Это легко понять, поскольку личностный потенциал тесно связан с «Я-образом», который, как мы уже знаем, формируется в совместной деятельности с другими людьми.





При личностном росте происходят изменения, как во внутреннем мире человека, так и в его взаимоотношениях с внешним миром. Суть этих изменений состоит в том, что человек постепенно освобождается от искажающего влияния психологических защит, становится способным доверять воспринимаемой информации, а не «фильтровать» ее с целью защиты своего «Я-образа» и может «жить настоящим». При этом он становится более открытым для новой внешней информации и, одновременно, лучше понимает себя, свои чувства и переживания. Он может здраво оценить свои возможности и взять на себя ответственность именно за то, что от него реально зависит, а также планировать свою жизнь именно как свою, а не в соответствии с чужими, навязанными извне стереотипами.



Личностный рост способствует формированию целостной личности, у которой нет неразрешимых противоречий между стремлениями, желаниями и возможностями, между требованиями жизни и морали, между реальностью и планами и т. п. Это не значит, что такая личность не переживает кризисов. Они возможны и неизбежны, поскольку всегда сохраняются различия между «Я - реальным» и «Я - идеальным». Но личностный рост дает человеку важное средство преодоления кризисов — личностный смысл, ощущение внутренней осмысленности (а не внешней обусловленности) всех своих мыслей, чувств и действий.

Процесс личностного роста непрерывен. Он может быть более медленным в спокойные периоды жизни, когда не приходится решать сложных жизненных задач и общение не очень интенсивно. Он может быть более интенсивным в периоды жизненных кризисов и/или при интенсивном общении — взаимодействии с другими людьми.

Для личностного роста важен сам факт движения. Процесс личностного роста целостный, взаимосвязанный, и рост в одном «личностном измерении» способствует продвижению в других. Открытие и обретение себя дают возможность человеку становиться все более свободным и ответственным, дружелюбным и открытым, сильным и творческим и, в конечном итоге, — более зрелым и способным воспринимать мир (внешний и внутренний) не как угрозу, а как условия для своей жизни.