

## Гармоничное развитие личности

Человеку свойственно стремление к счастью и свободе. Поэтому всегда общественный идеал личности связывался с этими понятиями. Но что необходимо для счастья человека? При каких действиях он чувствует себя свободным? Для педагогики эти вопросы важны тем, что ответы на них раскрывают содержание цели воспитания, следовательно, в значительной мере и содержание самого воспитания. Философия дает ответы на вопросы о сущности счастья и свободы, но единого учения об этических категориях в философии, как и в других науках, нет.

Древнейшие философы считали, что целью воспитания должно быть формирование гармонично развитой личности, центральными качествами которой являются мудрость, здоровье, благородство. В «Диалогах» Платона мы находим утверждение, что счастливым может быть только человек мудрый. Мудрость же состоит не только в философских рассуждениях, но и в правильном использовании вещей на основе знания, сочетающегося с умением что-то делать и пользоваться сделанным. Мудрости можно научиться, она не придет сама собой.

Мудрыми, а значит и счастливыми, могут быть и мастер игры на флейте, и грамматик (мастер написания и прочтения текстов), и искусные кормчий, военачальник, врач и плотник. Трудолюбие как способность завершить избранное дело, как добровольная терпеливость и безупречная способность к труду тоже должны быть присущи человеку'.

Гармоничное развитие духовных и физических способностей человека, в котором древние отдавали все-таки предпочтение духовному (у Аристотеля мышление человека есть высшее блаженство, сладость жизни), составляло цель воспитания. Ее достижению служило обучение детей, которое развивало зрение и слух, пластичность тела, способность рассуждать, делать вычисления, укрепляло силу воли и т.п. Культ красоты, гармонии во всем,

царивший в Древней Греции, был основой идеи калокагатии - гармонии физических и духовных качеств, совпадающей с понятием добра как цели воспитания.

В средние века почти повсеместно на Земле господствовала идея подчинения и служения человека Богу. В значительной мере она в несколько измененном виде сохранилась и до нашего времени. В человеческом обществе немало религиозных учений: буддизм, магометанство, христианство, иудаизм и др. Каждое из них имеет свои особенности. Общим для всех в отношении цели воспитания является формирование такой личности, которая на Земле все свои мысли и дела посвятила бы служению Господу и подготовке к вечной жизни на небесах после перехода в другой мир. Счастье подлинное - в вечной жизни. Земная жизнь - лишь подготовка к ней. И она определена божественным проведением. Смирение, посвящение дел своих церкви, усердие в исполнении религиозных обрядов, стойкость в вере и отстаивании ее интересов, надежда на божественную помощь, спасение и понимание неотвратимости наказания за грехи, - на этих положениях основано (в той или иной степени) воспитание во всех религиозных школах.

В эпоху Возрождения поэты и художники Данте, Рафаэль и др. вновь обращаются к идее человека, возвышения его роли в обществе, провозглашения безграничных возможностей воли и разума личности в противовес учению аскетизма и подчинения церкви. Великие географические открытия в астрономии и биологии дали мощный толчок развитию философии зарождающейся буржуазии - философии активного преобразования мира, инициативы, предприимчивости, индивидуальной ответственности. В этот период наблюдается возвращение к идее гармоничного развития личности, которая в окончательном ее философско-педагогическом варианте была сформулирована К.Марксом. Он наиболее глубоко раскрыл суть буржуазных общественно-экономических отношений и место личности в капиталистическом обществе. В дальнейшем учение о всестороннем и гармоничном развитии личности было развито

советскими педагогами (Н.К.Крупской, А.В.Луначарским, А.С.Макаренко, В.А.Сухомлинским).

Необходимость всестороннего и гармоничного развития личности обосновывается тем, что в эпоху интенсивного развития промышленности, периодически повторяющихся кризисов в экономике всестороннее развитие личности каждого члена общества становится не только благим пожеланием, но и объективной потребностью. С одной стороны, эта необходимость обусловлена высокими требованиями технико-экономического развития к личностным качествам человека, а с другой - потребностью самого человека во всестороннем развитии своих задатков с целью приспособления (выживания) в условиях борьбы за существование в быстро изменяющемся мире техники и общественных отношений. Личностно-психологической основой этой цели является естественное стремление человека к совершенствованию. Особую актуальность приобрела задача всестороннего развития всех граждан общества в эпоху научно-технической революции, автоматизации и компьютеризации процессов производства. Известный советский педагог М.Н.Скаткин обосновывал необходимость всестороннего развития всех детей пятью условиями -особенностями развития современного общества: механизацией и автоматизацией процессов промышленного производства; превращением науки в непосредственную производительную силу, когда научные разработки очень быстро внедряются в народном хозяйстве и в быту; участием всего населения в управлении обществом и государством, в общественной жизни; обострением идеологической борьбы между различными общественными системами; увеличением количества свободного времени у населения.



### Зачем нужен личностный рост?

*Да, а зачем же? Зачем напрягаться, если и так жить хорошо? Если кто из вас задался этим вопросом, то вы наверняка счастливы, довольны собой и своим положением. Либо же, очень стары и считаете, что рост – слово к вам неприменимое.*

Большинство из нас, к счастью, имеют мечты. Не многие из нас знают, что именно им мешает осуществить эту мечту. И лишь единицы мечтают, замечают свои оплошности, и находят путь к мечте. Причем, забавно и то, что слово «мечта», только у первых вызывает ассоциации с чем-то несбыточным. Смирение – главный показатель того, что мы стоим на месте, что не растем (имеется в виду не православное понимание как добродетели, а отсутствие желания достигать большего).

Это и есть ответ на вопрос «Зачем?» **Личностный рост нужен нам как воздух, мы не можем отказаться от него, и при этом остаться**

собой, мы будем деградировать, и уже совсем скоро займем последнее место в очереди за... нет, уже не за мечтой - за нормальной жизнью, за уважением и проявлением интереса со стороны дорогих нам людей.

**Личностный рост** – это современная модель истины о том, что выживает сильнейший! *Только в нашем случае выживать - это проиграть, а жить – победить.* Без личностного роста нам придется выживать, а не жить.

### **Как развить рост личности?**

Есть масса различных тренингов, есть и масса тех, кто эти тренинги проводит, обещая вам скорое преобразование, тем самым оскорбляя вас уже на первом занятии. Нет, конечно есть и те, кому хватит обычного «пинка», те кто был в шаге от того чтобы осознать важность и нужность роста, но не решался действовать. Но таких людей не так много. Форсировать эту процедуру далеко не всегда хорошо, и не редко, эффекта нет, а если нет результата, то вы не только не сможете начать то, что задумали, но и сделаете большой шаг назад. Это как похудеть на 50 килограмм за один месяц. Мы не можем изменить все, что желали в один миг, даже если в наши головы пришла та самая ясность, то прозрение, которое было нам так нужно.

Первый шаг на пути к развитию – признать, что насущное положение дел – это не то чего мы так желали, о чем так много думали и рассуждали, не то. Не обязательно пускать под откос всю прожитую жизнь, ведь в ней наверняка масса приятных моментов. Личностный рост редко бывает всесторонним, многие из нас имеют сильные стороны, и наш рост как личностей, прежде всего, проявляется в признании сторон слабых, и действий, которые будут направлены на их усиление. Ведь признаться нужно, прежде всего, себе, и не редко, только себе. Пусть ваш прогресс станет для других приятным сюрпризом.

### **Психология развития личности**

Все мы хотим видеть позитивный подтекст во всех направлениях, даже в тех, где он и не совсем уместный. Не редко бывает так, что личностный рост происходит на фоне отнюдь не позитивных

моментов. Та же зависть может стать сильнейшим толчком, и, в итоге, позитивным стимулом, это довольно распространенная практика.

Так уж вышло, что те, кто задаются этим вопросом, редко желают роста от хорошей жизни, нет, конечно, есть и такие, но об исключениях не будем. Зачастую, вопрос о личностном росте становится актуальным тогда, когда мы чем-то недовольны, когда нас годами поедает воспоминание о какой-то личной неудаче, о чем-то, чего мы могли достичь, но не успели, или нам помешали это сделать. Или что-то менее значимое, но от того, не менее неприятное. Как бы там ни было, желание расти, практически, всегда рождает именно недовольство. Это вполне нормально. Ведь перерабатывают же мусор, делают из него прекрасные вещи, так почему же нам не переработать свой душевный мусор на нечто более полезное и нужное нам. Очень важно признаться себе в том, что, порой, желание стать лучше нам подсказано одной из самых сильных неудач. Это как раз тот случай, когда мы смело можем рассчитывать на поимку двоих зайцев. Мы можем стать лучше, и в награду за это получить побежденную проблему.

Если вы намерено собираетесь стать менее значительной личностью, чем позволяют ваши способности, Вы будете глубоко несчастной личностью!

*Абрахам Маслоу*

Бывает и так, что личностный рост обусловлен появлением в вашей жизни новой цели, на пути к достижению которой вам неизбежно придется изменить себя. Это целью может стать более высокая должность на работе, или же, ваша заинтересованность в отдельном человеке. Любовь может быть очень серьезным стимулом на пути к росту личности, она будет отличным помощником, и даже сопроводителем, если все получится так, как вы запланировали. Кто не согласен, напишите в комментариях, я буду рад Вашему мнению!

Есть также и те, кто растет не ради каких-то целей, не ради любви и успешной работы. Это люди, которые стремятся жить в гармонии с окружающим миром, они ставят акцент на **самопознание**. Для них важнее переосмыслить подход к жизненным истинам, изменить восприятие всего, что кажется слишком острым и чужим, чтобы в итоге, даже проблемы казались частью успеха, или как минимум,

интересным и полезным материалом для размышления. Прежде всего, такие люди стремятся избавиться от внутренних противоречий, считая их основами всех проблем. Это одно из самых грамотных и безболезненных начал пути, ведущему к развитию личности.

### **Саморазвитие личности**

В данном случае, если говорить проще, то **саморазвитие** – это автономный режим, тот, в котором живет большинство из нас. Мы развиваемся, не контролируя русла, и получаем рост только в тех местах, куда направлены наши потребности. Есть случаи, в которых человек проживал жизнь, и при этом никогда не ставил акцентов на вопросе о развитии себя в каком-то из направлений. Все просто складывалось само собой, все получалось. Но это конечно очередные исключения, и в процентном соотношении таких людей очень мало. Потому и получается, что есть сферы, в которых мы являемся своего рода гуру, а есть и те, в которых мы остались малыми детьми, которые и пары слов связать не могут, не говоря уже о действиях.

Не редко, саморазвитию способствуют проблемы, которые мы переживаем. Часто эти проблемы остаются нерешенными, но сам факт того, что мы через них прошли, либо ломает нас, либо делает сильнее. Путь личностного роста переполнен проблемными участками, и чтобы расти, мы должны научиться не только принимать, но и отдавать, терять. Никогда не наступит тот момент, когда проблемы совсем перестанут нас касаться, но мы можем научиться принимать их иначе, как часть пути к положительному результату – это и будет лучшим показателем личностного роста.

### **Методики личностного роста**

Методик развивающих и стимулирующих личностный рост – очень много! Их применяют психологи, тренеры, и, конечно же, мы, обычные люди.

Подробнее о методиках личностного роста читайте в этой статье.

Разновидностей настолько много, что перечислять их все, наверное, не имеет смысла, формат статьи несколько иной. Так или иначе, все они подразумевают действие, или ряд нужных действий, которые нужно повторять с определенной периодичностью. Это как комплекс физических упражнений только направлены они, прежде всего, на усиление слабых участков вашего психологического состояния. Кто-то часто повторяет нужный набор слов для получения дополнительной уверенности, кто-то заставляет себя менять поведение в нужных для этого ситуациях, тем самым закаляя дух. Примеров и наглядных пособий по различным методам развития личностного роста - масса. Большинство из них, как ни странно, действуют, только тоже большинство, имеют локальный характер, и могут помочь решить лишь некоторые мелочные слабости. Впрочем, грамотный комплекс таких методик может вывести вас на качественно новый уровень. Но это определенно потребует участия профессионала, по меньшей мере, на первых парах.

### **Всестороннее развитие личности**

В современном обществе очень сложно развиваться всесторонне, и при этом не прикладывать осознанных усилий. Как бы мы не старались жить правильно, всегда будут отстающие направления, это нормально. Хотя, почти каждый из нас видит в этом свою маленькую трагедию, которую, как кажется, пришлось прочувствовать только нам одним.

Если не углубляться во все тонкости этого вопроса, то сторон не так уж и много:

- *Желание быть успешными в работе.*
- *Желание уметь любить и быть любимыми.*
- *Желание быть здоровыми и сильными духом.*



- *Желание чувствовать в себе решимость и силу для любых свершений.*

Все эти направления можно поменять местами, в зависимости от ваших личных приоритетов, но ни одно из них не противоречит другому. Они вполне совместимы, а значит, стремиться к воплощению их в жизнь можно и нужно. Другое дело, сможете Вы наступать на всех фронтах одновременно, или же нет. Тут очень важно здраво и объективно оценить свои возможности. Неудачное начало работы над собой может лишить вас желания развивать эту идею дальше, и на неопределенный срок заставит вас топтаться на месте.

### **Движущие силы развития личности**

Можно подвести некоторые итоги, и обозначить главные факторы, которые способствуют росту личности. Хотелось бы также обозначить высокую долю субъективности в расстановке определяющих факторов. На мой взгляд, основными стимуляторами на пути к личностному росту являются:

1. Неудовлетворенность положением дел, иногда одного направления вашей жизни, иногда целой их группы.
2. Цель. Ей может стать человек, которого вы полюбили, или работа, о которой давно мечтали - это к примеру. Цели могут быть и другими.
3. Посторонние факторы. Обстоятельства различного характера, которые за относительно короткий промежуток времени могут внести весомые коррективы в вашу жизнь.
4. Осознанное желание стать лучше. Увы, это бывает крайне редко. Такова природа человека, мы не спешим что-либо менять, если все не так уж плохо. Но есть и те, в ком стремление к развитию живет постоянно.

Причем, последовательность пунктов выставлена не случайно. Мощность движущей силы убывает, начиная с первого пункта. Также последовательность подходит и для измерения «популярности» причин, по которым многие из нас задумываются над этим вопросом.

## **Влияние личностного роста на успешность**

**Только сильные личности могут быть успешными!** Добиться успеха может каждый, но далеко не все могут быть стабильными, и часто, после подъема, следует долгий и болезненный спуск. Без личностного роста нам никогда не добиться значимых результатов, и при этом не потерять себя где-то на пути к поставленной цели.

**Успешность – продукт личностного роста, а не его причина!**

Каждое качественное улучшение, которое мы приобретаем, в итоге дает ощутимый результат. Чем больше мы работаем над самосовершенствованием, тем больше шансов, и тем меньше расстояние до цели, которую мы себе поставили. Говоря о целях, следует понимать, что одна единственная, пусть даже самая значимая в вашей жизни цель, не сможет помочь личностному росту, так как для ее выполнения, вы будете развивать в себе только нужные для достижения качества. Очень важно иметь попутные стремления, они позволят нам стать более универсальными, и помогут приблизиться к равномерному, всестороннему развитию. Поспешность редко бывает полезной, и в нашем случае она тоже ни к чему. Комплекс локальных, разноплановых стремлений, куда более важный, нежели погоня за призрачной мечтой.

### **Полезные книги по личностному росту**

Есть очень много книг, связанных с вопросом личностного роста. Некоторые из них более полезные и содержательные, некоторые менее. Представляю вашему вниманию несколько (на мой взгляд) отличных работ разных авторов:

*Морган Скотт Пек - "НЕПРОТОРЕННАЯ ДОРОГА"*

«Вся наша жизнь - это "дорога", которую проторяем мы сами. И очень важно, чтобы это проторение шло в правильном направлении.» - Довольно интересная работа, которая затрагивает многие аспекты личностного роста.

*Джим Рон "СЕЗОННОСТЬ ЖИЗНИ"*

Книга о том, что жизнь сезонна, как и течение года. В ней рассказывается о том, как найти пути к решению внутренних противоречий.

*Алан Лакейн "ИСКУССТВО ПЛАНИРОВАТЬ "*

Книга о том, как овладеть умением планировать свою жизнь. Очень полезная информация, так как в личностном росте очень важна планировка дальнейших действий.

*Пауль Тиллих "МУЖЕСТВО БЫТЬ"*

Книга о том, как научиться жить, несмотря ни на что, вопреки всем трудностям и невзгодам.

*Билл Ньюмен "Парите вместе с орлами"*

Книга, о том, как при любых обстоятельствах сохранить гордость и спокойствие, как прожить жизнь не опуская глаз.

И в качестве бонуса еще одна книга Джима Рона *"ВИТАМИНЫ ДЛЯ УМА"*

Это лишь малая часть полезной литературы по данному вопросу. Каждый из вас сам сможет найти нужный рецепт успеха, главное – это желание расти, остальное придет само. Успехов и роста!