

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
ЛАБОРАТОРІЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
ГО «АСОЦІАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ «ОПІКА»

В.В. Зарицька

ФОРМУВАННЯ ЗДАТНОСТІ ДО САМОРЕАЛІЗАЦІЇ

Програма для старшокласника

Запоріжжя
2018

УДК 159.928.23-057.87(073)
З-34

Рекомендовано до друку Вченою радою
Інституту журналістики і масової комунікації
Класичного приватного університету
(протокол № 1 від 05.09.2018 р.)

Рецензенти:

Євдокимова Н.О., доктор психологічних наук, професор, проректор з наукової та міжнародної діяльності ПВНЗ «Міжнародний класичний університет імені Пилипа Орлика» (м. Миколаїв)

Сущенко Л.О., доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри освіти та управління навчальним закладом Інституту управління Класичного приватного університету (м. Запоріжжя)

З-34 **Зарицька В.В.** Формування здатності до самореалізації. Програма для старшокласника. Запоріжжя, 2018. 32 с.

ISBN 978-966-916-807-8

Формування у молоді здатності до самореалізації є одним із важливих завдань сучасної школи. Для його виконання має бути створена цілеспрямована система роботи. Виходячи з цього, шкільним психологам пропонується один із варіантів такої системи. Вона містить характеристику ключових компетенцій які є основою для самореалізації особистості та психологічні механізми їх формування особистістю. Основними компетенціями виділено наступні: самоусвідомлення себе як особистості, самоактуалізація особистості, самовизначення як невід'ємна умова самореалізації особистості, самопрезентація як перший досвід самореалізації особистості.

Автор пропонує орієнтовну організаційну структуру процесу самореалізації старшокласника та особливості психолого-педагогічної підтримки і допомоги.

УДК 159.928.23-057.87(073)

ISBN 978-966-916-807-8

© В.В. Зарицька , 2018
© КПУ, 2018

ЗМІСТ

Вступ	4
I. Ключові компетенції (уміння) як основа для самореалізації особистості	6
II. Психологічні механізми формування ключових компетенцій (умінь) особистістю	9
2.1. Самоусвідомлення себе як особистості	9
2.2. Самоактуалізація особистості	13
2.3. Самовизначення як невід’ємна умова самореалізації особистості	16
2.4. Самопрезентація як перший досвід самореалізації особистості	18
III. Психолого-педагогічна підтримка і допомога	20
IV. Організаційна структура процесу самореалізації старшокласника	23
V. Методичні рекомендації	25

ВСТУП

Кожне нове покоління людей прагне не тільки досягнути загальнолюдський зміст проблеми суті існування людини, а й творчо вирішити її згідно з духом свого часу і нагромадженими знаннями. Усе людство перебуває у пошуку шляхів досягнення життєвого благополуччя і процвітання, забезпечення по можливості повного і цілісного самоздійснення кожною людиною. Цей пошук пов'язаний з намаганням людини передбачити своє майбутнє, хоча б не дуже віддалене, накреслити певні стратегічні лінії своєї діяльності і по можливості включитися в цю діяльність так, щоб максимально реалізувати свої здібності, скористатися знаннями та набутим життєвим досвідом.

Стратегія життя полягає в тому, щоб гармонійно вписатися в структуроване ціннісне середовище, адаптуватися до його законів, норм, зразків, ідеалів, які регламентують життя у суспільстві, а також позитивно впливати на їх удосконалення і розвиток.

Залежно від сфер суспільних відносин, специфічних для задоволення відповідних видів людських потреб вчені виділяють такі соціальні інституції (тобто сфери діяльності): економічну (розподіл праці, власність, зарплата); політичну (держава, армія, партія); родинну (шлюб, сім'я, рід); педагогічну, культурницьку, релігійну. Людина певним чином бачить себе у кожній інституції.

З віком життєвий шлях кожної людини змінюється. Тому програма життєдіяльності має бути багатоцільовою і комплексною. Критерієм щасливо прожитого життя буде самореаліза-

ція особистості внаслідок задоволення потреб в одній чи кількох соціальних інституціях.

Ефективне використання власної життєвої обізнаності сприяє раціональному плануванню та конкретизації планів у кожній сфері діяльності на більш-менш тривалий час.

Самореалізація не є одноманітною дією, що приводить особистість до завершеності і повного задоволення собою. Це постійне боріння, рух до все нових успіхів, розвитку власних можливостей, подолання труднощів заради самого себе. Це свідомий цілеспрямований процес розкриття і прояв сутнісних сил особистістю в її різноманітній соціальній діяльності.

Отже, самореалізація – це процес і результат застосування особистістю у повсякденному житті і праці набутих раніше компетенцій (умінь), удосконалення і розвиток їх включенням у творчу особистісно значущу діяльність і отримання від неї не тільки користі для себе і для інших, а і внутрішнього задоволення.

Досягти на практиці повної самореалізації нелегко, бо на шляху до успіху трапляється багато перешкод, життєвих проблем, а також відсутність компетенцій (умінь), які не дають можливості реалізувати власний творчий та інтелектуальний потенціал за бажаний термін і на відповідному рівні.