



Психолого- педагогические аспекты самопознания и саморазвития



Самопознание как познавательная деятельность
Самопознание как специфическая познавательная деятельность – это совокупность и последовательность действий, в результате которых достигается цель: человек формирует знание о себе, образ Я, Я-концепцию. Данная деятельность имеет свои закономерности, может быть описана через характеристику потребностей, мотивов, целей, способов и результатов (В.Г. Маралов



Выделяются мотивы самопознания, которые условно можно поделить на две группы: специфические, т.е. лежащие в основе самой деятельности самопознания, и неспецифические, которые связаны с самопознанием опосредованно. К специфическим мотивам относится интерес к себе – эмоционально окрашенная потребность в познании себя. Различают несколько стадий развития интереса к себе: любознательность; собственно интерес к себе; страсть самопознания. К неспецифическим мотивам самопознания относятся все остальные мотивы, которые также можно разделить по степени значимости для развертывания деятельности самопознания на три группы:

- мотивы, связанные с Я (мотивы самоуважения, целостности Я, мотив достижения самоидентичности, мотив признания себя со стороны других);**
- мотивы, связанные с саморазвитием (мотивы самоутверждения, самосовершенствования, самореализации, самопрезентации, самоактуализации и др.);**
- мотивы других видов деятельности (общения, престижа, достижения, познания, учения, моральные мотивы и др.).**



Способности к самопознанию – это такие личностные характеристики, которые дают возможность быстро, качественно, всесторонне и адекватно познать себя. В силу разного уровня развития этих способностей люди значительно различаются друг от друга. Результатом самопознания является система знаний о себе, объединенная в доступную для осознания Я-концепцию, и система самоотношения: личностная идентичность, самопринятие, самоуважение, чувство собственной компетенции.



В качестве психологических механизмов саморазвития рассматриваются рефлексия (С.Л. Рубинштейн, Л.И. Анциферова, К.А. Абульханова-Славская, И.С. Кон и др.), самопринятие и самопрогнозирование (В.Г. Маралов).