**Содержание**

Введение

1. Физическое и психическое
2. Индивидуальные особенности личности
3. Духовный мир

Заключение

Список использованной литературы

**Введение**

Значение психологии как одной из важнейших наук о человеке в настоящее время осознается повсеместно. Современная психология в своем развитии как самостоятельная наука обретает прочную естественнонаучную основу.

Проблема человека, его сущности и существования имеет целое множество самых различных аспектов, но главный среди них – взаимосвязь социального и биологического, духовного и природного. В противоположность другим живым существам человек как совокупность различных социальных качеств является в конечном счете продуктом собственной материальной и духовной деятельности. Человек не только продукт общественного бытия, но и само общественное бытие – результат человеческой деятельности. С одной стороны, человек – высшая ступень развития биологической эволюции, элемент живой природы (биологическое начало в человеке представлено в виде задатков, физической структуры телесности, отражающей динамику психических процессов). С другой стороны, он – активный участник развития материального и духовного производства, создатель духовных ценностей, субъект социальной жизни, который осуществляет свои поступки в соответствии с принятыми нормами и ценностями, существующими в обществе.

**1.** **Физическое и психическое**

В исследовании диалектики духовного и телесного начал можно проследить два подхода: 1) раскрытие влияния духовности на биологическую природу человека; 2) изучение воздействия биологии человека на его общественную, материальную и духовную деятельность, многообразные социальные отношения и функции.

В философии и социологии существует несколько тенденций к пониманию этой проблемы. Однако нам ближе всего мысль ученых, утверждающих, что человек – биосоциокультурная система, уникальность которой определяется врожденными способностями индивида, развивающимися, в свою очередь, в ходе становления ценностей культуры, под влиянием социальной среды.

Характер социализации не может, на наш взгляд, не зависеть от природных данных индивидуума, своеобразия его телесной и психической организации, темперамента, интеллектуального потенциала, его потребностей, задатков и одаренности. В связи с этим человека нельзя представить как «результат социума», нельзя отделять друг от друга социологические и биологические факторы, оказывающие влияние на его становление и развитие. «*Одновременно он реализует себя в качестве человеческого существа, внося тем самым пусть небольшой, но реальный вклад,* – рассуждает Р.Л. Лившиц, – *в развитие родовой сущности человека*»[[1]](#footnote-1). Все эти проблемы сегодня особенно актуальны, тем более что усилилось воздействие современного общества, науки и техники на организм и психику человека, а также возросла роль отдельной личности в развертывании социокультурных процессов.

Однако биологическое начало трудно считать приоритетным в человеке. Оно – материал, природная основа для становления человека, формирования его общественных и телесных качеств, свойств, а также способностей. В.С. Соловьев, рассматривая вопрос о целостности индивида, развивал, как известно, мысль о том, что духовность заключается в способности господствовать над витальными влечениями.

Социально-философский анализ телесной культуры содержится в работах В.И. Столярова[[2]](#footnote-2)[[3]](#footnote-3), Л.В. Жарова[[4]](#footnote-4). По мнению Л.В. Жарова, конкретная разработка научных основ анализа человеческой деятельности находится на путях понимания основного вопроса философии. При этом человеческое сознание предстает как сложная организация, включающая в себя духовные и телесные структуры (внутренние и внешние органы этой телесности – не пространственное определение органов человеческого тела, а их смысловое определение). Такое понимание телесности позволяет сблизить ее с понятием «природа человека», дать целостное понимание человека, а тем самым, как утверждает Л.В. Жаров, трактовать человеческую телесность в аспекте понимания человеческой сущности[[5]](#footnote-5).

Результатом такого опосредствования является изменение человеком своей собственной природы. В связи с этим мы полагаем, что человеческий организм как человеческая телесность представляет собой субстрат надбиологического порядка; она выступает уже не как организм, а как человеческая телесность, как чувственное образование, как явление культуры. «*Духовность личности (равно как и бездуховность)* – пишет Р.Л. Лившиц, – *не является чем-то абсолютно простым, элементарным. Личность, определяя свою смысложизненную позицию в мире, самоопределяется в отношении общества (социальных связей и мира культуры), в отношении других людей, а также в отношении собственной телесности»* [[6]](#footnote-6).

Своеобразна и сама система совершенствования духовного и телесного потенциалов человека. Ее основу составляют не закономерности, скажем, стоимостных отношений, как это характерно, например, для отношений товарного производства или профессионального спорта, а закономерности становления форм общения по поводу совершенствования внешних и внутренних органов человеческой телесности, духовно-телесного единства человека. Такой подход встречает все большее понимание и применительно к физической культуре[[7]](#footnote-7), которая позволяет реализовать единство превосходных духовных, душевных и телесных качеств.

Разумеется, тело человека, рассматриваемое само по себе и в той мере, в какой оно биологически детерминировано, дано ему от природы, т.е. не относится к духовному миру. Но человеческое тело лишь до определенного момента находится вне социальной сферы. На определенном этапе и оно включается в систему социальных отношений, в социальную жизнедеятельность людей, выступая в качестве продукта этой деятельности.

Телесность человека, его двигательная активность включаются в систему социальных и спонтанно действующих социальных факторов, которые объективно ведут к укреплению или, наоборот, к разрушению тех или иных человеческих свойств и качеств (все зависит от особенностей образа жизни).

«*Социализация органического тела, его физических качеств и способностей происходит, прежде всего*, – пишет В.И. Столяров, – *за счет того, что возникает особая социальная деятельность, направленная на их социальную модификацию*» [[8]](#footnote-8). По мнению В.И. Столярова, эта деятельность предполагает определенное отношение человека, социальных групп, общества в целом к телу, к физическим качествам и способностям, использование определенных знаний и средств воздействия на эти качества в нужном направлении. Другими словами, проблема телесности связана с проблемой формирования определенных потребностей, интересов, ценностных ориентаций, норм и правил поведения. «*Формы же удовлетворения даже элементарных биотических нужд человека соответствуют не только физиологическим нуждам организма*, – говорит Ф.Б. Садыков, – *но и общепринятым нравственно – эстетическим и другим социальным нормам, определяются развитием культуры, зависят от условия и образа жизни людей*»[[9]](#footnote-9). По его мнению, объективное отношение между человеком и материальными условиями воспроизводства его жизни, его физического бытия определяет содержание его первичных, жизненных потребностей. Этот вывод подтверждается еще и тем обстоятельством, что категория «потребность» выступает в качестве основополагающей характеристики физической культуры. Такой подход обусловлен единством и взаимосвязанностью категорий социального и биологического; он обоснован «возвышающим» человека гармоническим сочетанием телесного и духовного начал, «одухотворением» тела, его встраиванием в ценностно-духовный ряд, наконец, приоритетом духовности в процессе освоения двигательных действий. Здесь воочию находит свое выражение тенденция, связанная с растущим приоритетом духовной культуры над материальной, если, конечно, учитывать ее гуманистическую роль на современном этапе общественного развития[[10]](#footnote-10). Единство духовной и двигательной сторон в физкультурной деятельности будет формировать, на наш взгляд, гармонию сущностных (духовных и телесных) сил человека, интегративным моментом которой может служить сам творческий характер деятельности. Духовная сфера культуры, как видим, связана самым тесным образом с телесным бытием людей, их физическим состоянием и является культурной ценностью. Итак, можно сделать вывод о том, что тело человека включается в мир культуры не только потому, что оно подвергается социальной модификации в результате определенной деятельности людей, но и по причине выполнения определенных социальных функций, реализующихся в различных видах деятельности. Раскрытие социальных функций физической культуры дает основание и для более полного представления ее ценностного аспекта, исследованию которого посвящено достаточно небольшое количество публикаций[[11]](#footnote-11). Вместе с тем необходимо подчеркнуть, что в настоящее время проблема ценностей выдвигается на одно из ведущих мест, способствуя пониманию культуры как бы изнутри. Кроме того, ценности обладают не только познавательным, но и регулятивно-целевым значением для человека, связаны с добровольностью их выбора, превалированием духовной стороны в процессе отражения материального[[12]](#footnote-12).

Характеризуя современную духовную жизнь, А.К. Уледов рассуждает следующим образом: «Духовная атмосфера представляет собой определенное состояние сознания общества в данный период его существования и вместе с тем именно духовную атмосферу – «дух времени» – необходимо учитывать при решении социально значимых проблем, ибо она является одним из наиболее важных условий, факторов, гарантов их решения»[[13]](#footnote-13).

Отталкиваясь от идеи единства телесного и духовного начал, а также от фундаментальных исследований закономерностей эволюционного развития моторики в онтогенезе человека, физкультурную деятельность, на наш взгляд, необходимо рассматривать как один из основополагающих видов деятельности на всем протяжении человеческой жизни, играющей на разных этапах его развития различную, но очень весомую роль[[14]](#footnote-14).

По мнению С.Л. Франка, духовное бытие не исчерпывается своим предметным содержанием, а имеет еще другое измерение вглубь, выходящее за пределы всего постижимого. В связи с этим мы приходим к выводу, что любая разумная и целесообразная социальная реформа может быть плодотворной лишь в комплексе с внутренним, нравственным и духовным развитием людей.

*«С точки зрения нравственного формирования личности планомерное, методически разработанное этическое просвещение и обучение нужно начинать уже в детских воспитательных учреждениях,* – говорит С.Ф. Анисимов, – *в общеобразовательной школе»*[[15]](#footnote-15). Согласно его концепции необходимо самым кардинальным образом изменить структуру обучения и воспитания, усилить духовно-воспитательную работу и отвести для нее значительно больше времени. С.Ф. Анисимов выступает за гуманитаризацию образовательного процесса, целью которой является формирование духовно богатой личности. Формирование духовных потребностей требует особых усилий со стороны личности, коллектива, общества, усилий, направленных на нравственное воспитание, совершенствование и самосовершенствование. Продолжая развивать эту мысль, он пишет следующее: *«Высокий уровень нравственной зрелости всех людей – один из главных признаков духовного здоровья общества »*[[16]](#footnote-16).

По его мнению, не последнюю роль в этом играют этическое просвещение и образование всего населения в любом возрасте. Цель духовного воспитания состоит в том, чтобы дать человеку верное представление о наивысшем в данных конкретно-исторических условиях типе сознания, выработать у него устойчивую потребность в соответствии с этим представлением. Заслуживают внимания и его идеи об использовании средств физической культуры для развития духовного здоровья: «Следует сказать, что сегодня многие, занимаясь физическим и духовным воспитанием, не только понимают необходимость сознательного применения различных видов укрепления физического и психического здоровья (гимнастики, летних и зимних видов спорта, аэробики, различных систем диетического питания и т.п.), но и в той или иной мере используют их. Однако далеко не все понимают важную роль регулярных занятий при овладении духовными ценностями ради духовного совершенствования и самосовершенствования»[[17]](#footnote-17). Итак, следуя этой логике, телесное совершенствование и здоровье, с одной стороны, и формирование духовного здоровья – с другой, не только не исключают, но и дополняют друг друга.

**2. Индивидуальные особенности личности**

В основе личности лежит ее **структура** – связь и взаимодействие относительно устойчивых компонентов (сторон) личности: способностей, темперамента, характера, волевых качеств, эмоций и мотивации.

Способности человека определяют его успехи в различных видах деятельности. От темперамента зависят реакции человека на окружающий мир – других людей, обстоятельства жизни и т.п. Характер человека определяет его поступки в отношении других людей.

Волевые качества характеризуют стремление человека к достижению поставленных целей. Эмоции и мотивация – это, соответственно, переживания людей и побуждения к деятельности и общению.

Большинство психологов полагает, что человек личностью не рождается, а становится. Однако в современной психологии нет единой теории формирования и развития личности. Например, биогенетический подход (С. Холл,[[18]](#footnote-18). Фрейд и др.) считает основой развития личности биологические процессы созревания организма, социогенетический (Э. Торндайк, Б. Скиннер и др.) – структуру общества, способы социализации, взаимоотношения с окружающими и т.д., психогенетический (Ж. Пиаже, Дж. Келли и др.). – не отрицая ни биологических, ни социальных факторов, выдвигает на первый план развитие собственно психических явлений. Правильнее, видимо, считать, что личность не просто результаты биологического созревания или матрица специфических условий жизни, но субъект активного взаимодействия со средой, в процессе которого индивид постепенно приобретает (или не приобретает) личностные черты.

Развитая личность обладает развитым самосознанием. Субъективно, для индивида, личность выступает как его Я («образ Я», «Я-концепция»), система представлений о себе, обнаруживающая себя в самооценках, чувстве самоуважения, уровне притязаний. Соотнесение образа Я с реальными обстоятельствами жизни индивида позволяет личности изменить свое поведение и осуществлять цели самовоспитания.

Личность представляет собой во многом жизненно устойчивое образование. Устойчивость личности заключается в последовательности и предсказуемости ее поведения, в закономерности ее поступков. Но следует учитывать, что поведение личности в отдельных ситуациях довольно вариативно.

В тех свойствах, которые были приобретены, а не заложены с рождения (темперамент, задатки), личность менее устойчива, что позволяет ей адаптироваться к различным жизненным обстоятельствам, к изменяющимся социальным условиям. Модификация взглядов, установок, ценностных ориентации и т.д. в таких условиях является положительным свойством личности, показателем ее развития. Типичным примером этого является изменение ценностных ориентации личности в современный период.

Перейдем к рассмотрению других сторон личности. В самом общем виде **способности** – это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими. Способности не могут быть сведены к знаниям, умениям и навыкам, имеющимся у человека, но способности обеспечивают их быстрое приобретение, фиксацию и эффективное практическое применение. Успешность в деятельности и общении определяется не одной, а системой различных способностей, при этом они могут взаимокомпенсироваться.

Человек, способный ко многим и различным видам деятельности и общения, обладает общейодаренностью, то есть единством общих способностей, обусловливающим диапазон его интеллектуальных возможностей, уровень и своеобразие деятельности и общения.

Подавляющее большинство психологов считает, что задатки – это некоторые генетически детерминированные (врожденные) анатомо-физиологические особенности нервной системы, составляющие индивидуально-природную основу (предпосылку) формирования и развития способностей. Однако некоторые из ученых (например, Р.С. Немов) полагают, что у человека есть два вида задатков: врожденные (природные) и приобретенные (социальные).

Анатомо-физиологической основой социальных способностей, когда они становятся развитыми, выступают так называемые функциональные органы – прижизненно складывающиеся нервно-мышечные системы, обеспечивающие функционирование и усовершенствование соответствующих способностей.

**Темперамент** – совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную стороны поведения человека, его деятельности и общения. Лишь условно темперамент можно отнести к компонентам личности, ибо его особенности, как правило, обусловлены биологически и являются врожденными. Темперамент теснейшим образом связан с характером, и у взрослого человека их трудно разделить.

Темперамент можно подразделить на четыре наиболее обобщенных типа: холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический. Такое разделение имеет длительную историю (Гиппократ, Гален, Кант, Павлов и др.), хотя имеются и другие классификации типов темперамента (Кречмер, Шелдон, Сиго и др.).

Нет ни хороших, ни плохих темпераментов. Каждый изнихимеет свои достоинства и недостатки. Достоинство холерика – в возможности сосредоточения значительных усилий в короткий промежуток времени, а недостаток в том, что при длительной работе ему не всегда хватает выдержки. Сангвиник, обладая быстрой реакцией и повышенной трудоспособностью в начальный период работы, к ее концу снижает работоспособность не только из-за быстрой утомляемости, но и ввиду падения интереса. Достоинство флегматика в способности долго и упорно работать, но он не в состоянии быстро собраться и сконцентрировать свои усилия. Меланхолик отличается большой выдержкой, но медленным вхождением в работу, его работоспособность выше в середине или в конце работы, а не в ее начале.

Тип темперамента необходимо учитывать в специальностях, где труд предъявляет особые требования к динамическим и эмоциональным качествам человека.

В самом общем виде **характер** может быть определен как система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к выполняемой работе, к досугу и т.д.

В характере можно выделить ряд подсистем или свойств (черт), как раз и выражающих различное отношение личности к отдельным сторонам действительности. В первой подсистеме содержатся черты, проявляющиеся в деятельности (инициативность, работоспособность, трудолюбие, или же, наоборот, безынициативность, ленивость и т.д.). Ко второй подсистеме относятся черты личности, проявляющиеся в отношениях человека с другими людьми, т.е. в общении (тактичность-бестактность, вежливость-грубость, чуткость-черствость и т.д.). Третью подсистему составляют черты, которые проявляются в отношении человека к самому себе (самокритичность-завышенное самомнение, скромность-наглость и т.д.). Четвертая подсистема – это совокупность отношений человека к вещам (аккуратность-безалаберность, щедрость-скупость и др.).

Рассмотрим описание некоторых типов характеров людей, не претендующее на полноту и систематичность.

*Гипертимный тип* – таких людей характеризует чрезвычайная контактность, словоохотливость, выраженность жестов, мимики. Это энергичные, инициативные, оптимистически настроенные люди. Вместе с тем они легкомысленны, раздражительны, трудно переносят условия жесткой дисциплины, вынужденное одиночество.

*Дистимный тип.* Для этих людей характерны низкая контактность, немногословие, склонность к пессимизму. Они ведут замкнутый образ жизни, редко конфликтуют. Серьезны, добросовестны, преданы в дружбе, однако не в меру пассивны и медлительны.

*Циклоидный тип.* Им свойственны частые периодические смены настроения. Во время душевного подъема они ведут себя по гипертимному типу, спада – по дистимному.

*Педантичный тип.* Этим людям характерны добросовестность и аккуратность, надежность в делах, но в то же время они способны изводить окружающих чрезмерным формализмом и занудливостью.

*Демонстративный тип.* Они артистичны, обходительны, ихмышление и поступки неординарны. Они стремятся к лидерству, легко приспосабливаются к людям. Вместе с тем, такие люди эгоистичны, лицемерны, недобросовестны в работе, тщеславны.

*Экстравертированный тип.* Их побуждает к деятельности и заряжает энергией внешний мир. Не любят уединенных размышлений, нуждаются в поддержке и одобрении людей. Общительны, имеют много друзей. Легко внушаемы, подвержены влиянию. Охотно развлекаются, склонны к необдуманным поступкам.

*Интровертированный тип.* Они ориентированы на свой внутренний мир, поэтому мало контактны, склонны к одиночеству и глубокомыслию, не терпят вмешательства в их личную жизнь. Сдержанны, редко вступают в конфликты. Одновременно они довольно упрямы, консервативны, им трудно вовремя перестроиться.

*Садо-мазохистский тип.* Стремясь устранить причины своих жизненных неудач, такие люди склонны к агрессивным действиям. Люди-мазохисты стараются взять вину на себя, и при этом упиваются самокритикой и самобичеванием, расписываются в своей собственной неполноценности и беспомощности. Люди-садисты ставят людей в зависимость от себя, приобретают над ними безграничную власть, причиняют им боль и страдания, испытывая при этом наслаждения.

*Конформистский тип.* У таких людей почти никогда не бывает ни собственного мнения, ни собственной социальной позиции. Они беспрекословно подчиняются обстоятельствам, требованиям социальной группы, быстро и без проблем меняют свои убеждения. Это – тип сознательных и бессознательных приспособленцев.

*Мыслительный тип.* Эти люди больше доверяют тому, что продумано, логически обосновано. Они стремятся к истине, не очень заботясь о справедливости. Любят доводить все до полной ясности. Способны оставаться спокойными тогда, когда окружающие теряют самообладание.

*Чувствующий тип.* Люди такого плана отличаются повышенной чувствительностью ко всему тому, что радует, и тому, что огорчает. Они альтруистичны, всегда ставят себя на место другого, с удовольствием оказывают помощь даже во вред себе. Все принимают близко к сердцу, их упрекают в чрезмерной нерешительности.

Полезно иметь в виду, что сложность и многообразие человеческой личности не умещается даже в эту пространную типологию. Было бы также ошибочным недооценивать предрасположенность каждого из нас к какому-либо типу или одновременно нескольким (совместным друг с другом) типам. Поэтому ознакомление с типологией характеров позволяет полнее использовать свои собственные сильные стороны, нейтрализовать (по возможности) слабые, а также помогает «подобрать ключ» к другим людям, поскольку приоткрывает скрытые механизмы человеческих решений и поступков.

**Воля** – сознательное регулирование человеком своего поведения (деятельности и общения), связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Это – способность человека, которая проявляется в самодетерминации и саморегуляции им своего поведения и психических явлений.

В настоящее время в психологической науке нет единой теории воли, хотя многими учеными и предпринимаются попытки разработать целостное учение о воле с его терминологической определенностью и однозначностью. Видимо, такое положение с изучением воли связано с ведущейся еще с начала XX века борьбой между реактивной и активной концепциями поведения человека. Для первой концепции понятие воли практически не нужно, ибо ее сторонники представляют все поведение человека как реакции человека на внешние и внутренние стимулы. Сторонники же активной концепции человеческого поведения, которая в последнее время становится ведущей, поведение человека понимают как изначально активное, а самого человека наделенным способностью к сознательному выбору форм поведения.

Рассмотрение психологической трактовки личности предполагает истолкование феномена ее *духовной свободы*. Свобода личности в психологическом плане – это, прежде всего, свобода воли. Она определяется по отношению к двум величинам: к витальным влечениям и социальным условиям жизни человека. Влечения (биологические импульсы) преобразуются в нем под влиянием его самосознания, духовно-нравственных координат его личности. Более того, человек – это единственное живое существо, которое в любой момент может сказать «нет» своим влечениям, и которое не должно всегда говорить им «да» (М. Шелер).

Однако свобода – это лишь одна сторона целостного феномена, позитивный аспект которого – быть ответственным. Свобода личности может перейти в простой произвол, если она не переживается с точки зрения ответственности (В. Франкл).

Под **эмоциями** понимают, с одной стороны, своеобразное выражение субъективного отношения человека к предметам и явлениям окружающей действительности в форме непосредственных переживаний приятного или неприятного (эмоции в широком значении слова), а с другой – лишь реакцию человека и животных на воздействия внутренних и внешних раздражителей, связанную с удовлетворением или неудовлетворением биологически значимых потребностей (эмоции в узком значении слова).

Необходимо отметить, что число психологических теорий эмоций не существует. Все они затрагивают физиологические и иные связанные с ними вопросы, так как всякое эмоциональное состояние сопровождается многочисленными физиологическими изменениями в организме.

*Эволюционная теория* (Ч. Дарвин, исходит из того, что эмоции появились в процессе эволюции живых существ как приспособительные (адаптационные) механизмы к обстоятельствам жизни. По концепции У. Джемса – К. Ланге, развивающей эволюционную теорию, органические изменения являются первопричиной эмоций.

У человека в динамике эмоций не меньшую роль, чем органические и физические воздействия, играют когниции (знания). Исходя из этого были предложены новые концепции эмоций.

*Теория когнитивного диссонанса* (Л. Фестингер) исходит из того, что положительные эмоциональные переживания возникают тогда, когда ожидания человека сбываются и когниции претворяются в жизнь, то есть, когда реальные результаты поведения находятся в консонансе (соответствии) с намеченными. Отрицательные же эмоции возникают, функционируют и усиливаются тогда, когда между ожидаемыми и наступившими результатами имеется диссонанс (несоответствие, расхождение).

По существу, когнитивистской является и*информационная концепция,* предложенная отечественным физиологом академиком П.В. Симоновым, исходяих которой сила и качество возникшей у человека эмоции в конечном итоге определяется силой потребности и оценкой способности ее удовлетворения в данной ситуации.

Эмоции теснейшим образом связаны с личностью, неотделимы от нее. Эмоции прежде всего отражают состояние, процесс и результат удовлетворения потребностей.

В эмоциональном плане люди как личности отличаются друг от друга эмоциональной возбудимостью, длительностью и устойчивостью возникающих эмоциональных переживаний, доминированием стенических или астенических, положительных или отрицательных эмоций и т.д. Но главное различие – в силе и глубине чувств, в их содержании и предметной отнесенности. Сама система и динамика типичных эмоций характеризует человека как личность.

Эмоциональность является врожденной, но аффекты, и, тем более, чувства развиваются в ходе жизни, что означает личностное развитие человека. Такое развитие связано: а) с включением в эмоциональную сферу человека новых объектов; б) с повышением уровня сознательного волевого управления и контроля своих чувств; в) с постепенным включением в нравственную регуляцию более высоких нравственных ценностей (совести, долга, ответственности, порядочности и т.д.).

**Мотивация –** это побуждение к совершению поведенческого акта, порожденное системой потребностей человека и с разной степенью осознаваемое либо неосознаваемое им вообще. В процессе совершения поведенческих актов мотивы, будучи динамическими образованиями, могут трансформироваться (изменяться), что возможно на всех фазах совершения поступка, и поведенческий акт нередко завершается не по первоначальной, а по преобразованной мотивации.

Термином «мотивация» в современной психологии обозначаются как минимум два психических явления: 1) совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и определяющую ее. активность, то есть система факторов, детерминирующих поведение; 2) процесс образования, формирования мотивов, характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне.

Возникновение, продолжительность и устойчивость поведения, его направленность и прекращение после достижения цели, преднастройка на будущие события, повышение эффективности, смысловая целостность отдельно взятого поведенческого акта – **все** это требует мотивационного объяснения.

Мотивационные явления, неоднократно повторяясь, со временем становятся чертами личности человека. К таким чертам прежде всего можно отнести уже рассмотренный выше мотив достижения успехов и мотив избегания неудачи, а также определенный локус контроля, самооценку, уровень притязаний.

Личность характеризуют и такие мотивационные образования как потребность в общении (аффилиация), мотив власти, мотив оказания помощи людям (альтруизм) и агрессивность. Это – мотивы, имеющие большое социальное значение, так как они определяют отношение личности к людям.*Аффилиация* – стремление человека быть в обществе других людей, наладить с ними эмоционально-положительные добрые взаимоотношения. Антиподом мотиву аффилиа-ции выступает*мотив отвергания***,** который проявляется в боязни быть отвергнутым, не принятым лично знакомыми людьми.*Мотив**власти* – стремление человека обладать властью над другими людьми, господствовать, управлять и распоряжаться ими.*Альтруизм* – стремление человека бескорыстно оказывать помощь людям, антипод – эгоизм как стремление удовлетворять своекорыстные личные потребности и интересы безотносительно к потребностям и интересам других людей и социальных групп.*Агрессивность* – стремление человека нанести физический, моральный или имущественный вред другим людям, причинить им неприятность. Наряду с тенденцией агрессивности у человека есть и тенденция ее торможения, мотив торможения агрессивных действий, связанный с оценкой собственных таких действий как нежелательных и неприятных, вызывающих сожаление и угрызения совести.

**3. Духовный мир**

**Духовность человека** – это богатство мыслей, сила чувств и убеждений. Во все более полной мере оно становится достоянием передового человека. У него присутствует широкий кругозор, охватывающий горизонты науки и техники и высокая культура чувств. Прогрессивные мыслители рисовали идеал образованного и духовно развитого человека. Н.Г. Чернышевский считал таким человеком того, «*кто приобрел много знаний, и, кроме того, привык быстро и верно соображать, что хорошо и что дурно, что справедливо и что несправедливо, или, как выражаются одним словом, привык «мыслить», и, наконец, у кого понятия и чувства получили благородное и возвышенное направление, т.е. приобрели сильную любовь ко всему доброму и прекрасному*. *Все эти три качества – обширные знания, привычка мыслить и благородство чувств – необходимы для того, чтобы человек был образованным в полном смысле слова»*. Человек демократического общества формируется сегодня. Перед ним открываются большие горизонты науки и техники. Развивается естествознание и все глубже входит в основные отрасли технического. Гуманитарные науки становятся научной основой руководства развитием общества. Но знания не только ведут к определенному виду деятельности. Они освещают общую картину мира, общие законы развития природы и общества, благодаря чему вырабатывается научный подход к пониманию явлений.

Произведения литературы и искусства воспитывают чувства, помогают глубже познать и понять жизнь, развивают творческую активность. Духовный человек – это человек, одаренный в художественном творчестве, и способный строить жизнь по законам красоты. Основы духовного развития ребенка закладываются в семье. С самого раннего возраста у детей создаются представления о природе, об отношениях между людьми, об окружающем мире. Насколько широки эти представления, как быстро они развиваются – это зависит от родителей, их поведения и общения с детьми. Известно, что духовный облик ребенка складывается под влиянием духовного облика родителей. Семья живет большими духовными интересами. Стремление взрослых быть в курсе всего того, что происходит в стране и во всем мире, что волнует людей в политике, народном хозяйстве, науке, технике, искусстве, спорте, – это стремление непременно передается детям, становится источником детской пытливости и любознательности. Повседневная забота родителей – следить за тем, как учатся дети, что читают, насколько они любознательны, поддерживать всякую инициативу детей, направленную на обогащение ума и души растущего человека.

Духовное развитие каждого индивида в известной мере связано с реализацией тех задатков, которые наследуются им генетически, проявляясь в особенностях организации его мозга. И общество и сам индивид вынуждены считаться с этим фактом. Без его учета нельзя правильно строить воспитание и самовоспитание. Однако возможности, предоставляемые природой человеку, чрезвычайно велики. И, конечно, требуется интенсивное воспитание и работа личности над собой, чтобы в должной мере их использовать. «*Мозг*, – пишет академик Н.П. Дубинин, – *обладает безграничными возможностями для восприятия разносторонней социальной программы, обеспечивает универсальную готовность новорожденного подключиться к общественной форме движения материи. Реализовать должным образом этот колоссальной значимости потенциал – задача воспитания… Человеческое в человеке задается историей, социальной культурой. Все нормальные люди способны практически к неограниченному духовному развитию»*.[[19]](#footnote-19) Это означает, что человек потенциально способен к неограниченному самосовершенствованию. И.П. Павлов, отмечая, что человек есть система сама себя совершенствующая, писал *«Разве это не может поддерживать достоинство человека, наполнять его высшим удовлетворением А жизненно остается все то же, что и при идее о свободе воли с ее личной, общественной и государственной ответственностью во мне остается возможность, а отсюда и обязанность для меня, все знать.»[[20]](#footnote-20)*

Самопознание, взятое в плане действенного самоотношения, должно вести индивида к осознанию необходимости самосовершенствования как момента индивидуального развития каждого человека. Формирование личности только в детском периоде протекает без самовоспитания или с крайне неразвитым самовоспитанием. На определенном этапе развития индивида, по мере осознания им требований общества, под определяющим воздействием объективных условий жизни и воспитания созревают предпосылки для подключения к формированию его личности и самовоспитания. Обусловлено это тем, что в результате всего предшествующего развития стали богаче действительные связи индивида с обществом, богаче стал его внутренний мир. Человек обрел способность выступать в качестве не только объекта, но и субъекта своего познания, изменения, улучшения. Он по-новому уже относится к самому себе, вносит «поправки», «корректировки» в свое формирование, в той или иной мере сознательно определяет перспективы своей жизни, деятельности, саморазвития. Так в силу социального развития и воспитания у человека возникает потребность в самовоспитании и формируются способности к нему.

Еще Гегель отмечал, что образование стремления индивида к самовоспитанию, личному совершенствованию является столь же неизбежным, как и развитие в нем способности стоять, ходить, говорить. *«…Способность постигать свое собственное «я» есть в высшей степени важный момент в духовном развитии ребенка; с этого момента он… делается способным к рефлексии над самим собой… Но самым главным является здесь просыпающееся в них (детях) чувство, что они еще не есть то, чем они должны быть, и живое желание стать такими же, как и взрослые, среди которых они живут… Это собственное стремление детей к воспитанию есть имманентный момент всякого воспитания»* [[21]](#footnote-21).

Процесс самовоспитания, самосовершенствования в индивидуальном развитии личности неизбежно, закономерно начинается в период подросткового возраста. Именно в этом возрасте у человека обостряется внимание к своему духовному миру, возникает стремление и активизируются поиски возможностей к самовыражению и самоутверждению, проявляется особый интерес к самопознанию, самоиспытанию. Собственно, начинается бурный процесс самовоспитания, который охватывает все стороны духовной жизни личности. Это накладывает печать на отношения подростка к другим людям и к себе самому. Начавшись в подростковом периоде развития личности, процесс самовоспитания, по-видимому, не у каждого человека достигает уровня высокого развития, становится систематическим. У некоторых он остается на всю жизнь на стадии, по терминологии психологов, «*ситуативного самовоспитания*». Но так или иначе, возникнув, самовоспитание в той или иной форме сопровождает личность в течение всей ее жизни. Факты, когда индивид ведет бездумную жизнь, пускает на произвол случая свое личное развитие, не противоречат этому, а говорят лишь о том, что в формировании личности возможны явления патологии, дремучего невежества и даже порочного самовоспитания.

Печально, когда человек, существо сознательное, общественное, жизнь вокруг которого все больше проникается светом разумности и добра, ведет образ жизни, простительный разве что для существа, не обладающего человеческим разумом.

Важная сторона самовоспитания – самообразование. Неправильно было бы понимать его только как простое продолжение образования, познания внешнего мира. В процессе самообразования человек познает и себя, развивает свои интеллектуальные способности, волю, самодисциплину, самообладание, образует себя в соответствии с идеальным образом Человека.

В условиях развития учебной, научной, производственной специализации, усложнения научной и специальной терминологии, загруженности узкопрофессиональной деятельностью человек часто вынужден довольствоваться информацией, знаниями, сведениями, полученными из «вторых рук». Само по себе это явление необходимое и в известном смысле безусловно прогрессивное. Но будучи распространенной на все сферы интеллектуальной жизни, эта форма получения знаний таит в себе опасность привычки к облегченному способу удовлетворения духовных, умственных потребностей, удовлетворению их чисто потребительским способом, без затраты собственных усилий, без напряжения умственных и волевых сил. Складывается иждивенческое отношение к духовным ценностям, установка на то, что кто-то должен, обязан подготовить, дать, преподнести в готовой форме, чуть ли не вложить ему в голову любые готовые идеи, сведения, художественные обобщения.

Особенно опасно интеллектуальное иждивенчество тем, что оно порождает «духовную лень», притупляет интерес к постоянному поиску нового, насаждает духовную всеядность, безразличие к важнейшим идейным запросам времени. Интеллектуальное иждивенчество распространяется чаще всего на область общей культуры личности. Особый урон самовоспитанию оно наносит тогда, когда «заражает» такие сферы, как литературно-художественные запросы, эстетические вкусы, общение в сфере досуга. Это опустошает личность, ведет к примитивизму в освоении ценностей жизни и культуры. И очень важно, чтобы каждый человек глубоко осознал необходимость прилагать собственные усилия для воспитания себя в духе цивилизованности.

**Заключение**

В современной психологии нет единого понимания личности. Однако большинство исследователей считает, что личность есть прижизненно формирующаяся и индивидуально своеобразная совокупность черт, определяющих образ (стиль) мышления данного человека, строй ее чувств и поведения. В основе личности лежит ееструктура – связь и взаимодействие относительно устойчивых компонентов (сторон) личности: способностей, темперамента, характера, волевых качеств, эмоций и мотивации.

Но главным в человеке принято считать его духовный мир. Духовное развитие связано со многими факторами, важнейшими из которых являются самовоспитание и самообразование.

Самообразование является средством удовлетворения одной из главных потребностей современного человека – постоянно расширять свой кругозор, повышать общую и политическую культуру, удовлетворять интеллектуальные запросы, поддерживать умственную работоспособность. Без этого вообще немыслима духовно богатая, насыщенная высокими запросами, творческая жизнь личности.

**Список использованной литературы**

1. Анисимов С.Ф. Духовные ценности: производство и потребление. – М.: Мысль, 1988, с. 212, 218.

2. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М.: ФиС, 1998.

3. Выжлецов Г.П. Аксиология культуры. – СПб.: ЛГУ, 1996.

4. Жаров Л.В. // Вопросы философии. 1997, №6, с. 145–147.

5. Круглова Л.К. Основы культурологии. СПб., 1995.

6. Лубышева Л.И. Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа // Теор. и практ. Физ. культ. 1996, №1, с. 2–3.

7. Лившиц Р.Л. Духовность и бездуховность личности. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 1997, с. 40, 49.

8. Садыков Ф.Б. Критерии разумных потребностей // Вопросы философии. 1985, №1, с. 43.

9. Столяров В.И. Философско-культурологический анализ физической культуры // Вопросы философии. 1988, №4, с. 82.

10. Столяров В.И. Ценности спорта и пути его гуманизации. – М.: РГАФК, 1995.

11. Уледов А.К. Духовное обновление общества. – М.: Мысль, 1990, с. 216.

12. Асмолов А.Г. «Психология личности». М., 1990.

13. Леонтьев А.Н. «Деятельность, Сознание. Личность». М., 1982.

14. Дубинин Н.П. «Наследование биологическое и социальное.» – Коммунист, 1989, №II, с. 67, 68.

15. Павлов И.П. «Избр. произв.» М., 1951, с. 395. 56.

16. Гегель. «Энциклопедия философских наук.» М., 1977, т. 3, с. 85.

17. Ковалев А.Г. «Самовоспитание школьников». М., 1967, с. 25.

1. *Лившиц Р.Л.* Духовность и бездуховность личности. - Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 1997, с. 40, 49. [↑](#footnote-ref-1)
2. *Столяров В.И.* Философско-культурологический анализ физической культуры //Вопросы философии. 1988, № 4, с. 82. [↑](#footnote-ref-2)
3. *Столяров В.И.* Ценности спорта и пути его гуманизации. - М.: РГАФК, 1995. [↑](#footnote-ref-3)
4. *Жаров Л.В.* //Вопросы философии. 1997, № 6, с. 145-147. [↑](#footnote-ref-4)
5. *Жаров Л.В.* //Вопросы философии. 1997, № 6, с. 145-147. [↑](#footnote-ref-5)
6. *Лившиц Р.Л.* Духовность и бездуховность личности. - Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 1997, с. 40, 49. [↑](#footnote-ref-6)
7. *Лубышева Л.И.* Социальное и биологическое в физической культуре человека в аспекте методологического анализа //Теор. и практ. Физ. культ. 1996, № 1, с. 2-3. [↑](#footnote-ref-7)
8. *Столяров В.И.* Философско-культурологический анализ физической культуры //Вопросы философии. 1988, № 4, с. 82. [↑](#footnote-ref-8)
9. *Садыков Ф.Б.* Критерии разумных потребностей //Вопросы философии. 1985, № 1, с. 43. [↑](#footnote-ref-9)
10. *Круглова Л.К.* Основы культурологии. СПб., 1995. [↑](#footnote-ref-10)
11. *Столяров В.И.* Ценности спорта и пути его гуманизации. - М.: РГАФК, 1995. [↑](#footnote-ref-11)
12. *Выжлецов Г.П.* Аксиология культуры. - СПб.: ЛГУ, 1996. [↑](#footnote-ref-12)
13. *Уледов А.К.* Духовное обновление общества. - М.: Мысль, 1990, с. 216. [↑](#footnote-ref-13)
14. *Бальсевич В.К.* Физическая культура для всех и для каждого. - М.: ФиС, 1998. [↑](#footnote-ref-14)
15. *Анисимов С.Ф.* Духовные ценности: производство и потребление. - М.: Мысль, 1988, с. 212, 218. [↑](#footnote-ref-15)
16. *Анисимов С.Ф.* Духовные ценности: производство и потребление. - М.: Мысль, 1988, с. 212, 218. [↑](#footnote-ref-16)
17. *Анисимов С.Ф.* Духовные ценности: производство и потребление. - М.: Мысль, 1988, с. 212, 218. [↑](#footnote-ref-17)
18. *Леонтьев А. Н. Деятельность* «Сознание. Личность». М., 1982. [↑](#footnote-ref-18)
19. *Дубинин Н. П.* «Наследование биологическое и социальное.» -Коммунист, 1989, № II, с. 67, 68. [↑](#footnote-ref-19)
20. *Павлов И. П.* «Избр. произв.» М.,1951, с. 395. 56. [↑](#footnote-ref-20)
21. *Гегель*. «Энциклопедия философских наук.» М., 1977, т. 3, с. 85. [↑](#footnote-ref-21)