Курсовая работа на тему:

«**Рефлексивные особенности самореализации. Жизненные цели»**

**Введение**

Трудно назвать такую науку о человеке, в которой тем или иным образом не затрагивалась бы проблема самореализации. На разных этапах эволюции человечества и развития системы наук эта проблема повсеместно вставала перед умами мыслителей.

Усиление внимания к феномену самореализации может объяснятся все более растущим пониманием ее определяющей роли в жизнедеятельности личности. Именно такое понимание роли самореализации позволяет выявить его сущность, выстроить систему психологических категорий, раскрывающих его содержание, его психологические детерминанты. Мы подходим к самореализации как к неотъемлемому атрибуту саморазвития личности. Разработка принципиального подхода, понятийной схемы – введение определения, критериев самореализации личности, выявление механизмов и уровней самореализации личности, соответствующих детерминант и барьеров, используемых стратегий позволяет заложить основы психологии самореализации личности.

Самореализация в основных сферах жизнедеятельности – именно такой ракурс исследования представляется наиболее перспективным, позволяющим не отрывать человека от жизни в различных ее проявлениях.

Известно, что наиболее полное раскрытие способностей человека возможно лишь в общественно значимой деятельности. Причём важно, чтобы осуществление этой деятельности детерминировалось не только извне (обществом), но и внутренней потребностью самой личности. Деятельность личности в этом случае становится самодеятельностью, а реализация её способностей в данной деятельности приобретает характер самореализации.

**1. Теоретическая часть. Рефлексивные особенности самореализации**

**1.1 Самореализация и самоопределение личности**

Cамореализация – это осуществление возможностей развития «Я» посредством собственных усилий, содеятельности, сотворчества с другими людьми (ближним и дальним окружением), социумом и миром в целом.

О самореализации в широком смысле слова можно говорить на каждом возрастном этапе развития человека. Акт самореализации можно увидеть, например, в овладении ребенком определенным навыком (езды на велосипеде), в овладении подростком техникой игры на гитаре, в овладении школьником определенной суммы знаний, достаточной для успешного поступления в ВУЗ.

Важнейшим этапом на пути к самореализации является профессиональное самоопределение личности – процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде и способ ее самореализации. Профессиональное самоопределение предполагает выбор карьеры, сферы приложения сил и личностных возможностей.

Профессиональное самоопределение понимается как длительный процесс освоения профессии и самореализации в ней, охватывающий большую часть жизни человека.

**1.2 Рефлексия как ключевое звено в определении ценностей самореализации**

Ключевым звеном в определении ценностей самоопределения и самореализации личности выступает способность к рефлексии.

Рефлексия – это форма активного переосмысления человеком тех или иных содержаний индивидуального сознания, деятельности, общения; это не просто знание или понимание субъектом самого себя, но и выяснение того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

Процесс самоопределения опосредуется функционированием различных видов рефлексии (интеллектуальной, личностной, коммуникативной и кооперативной):

Так, процесс снятия неопределенности ситуации обеспечивается интеллектуальной рефлексией, которая связана с распредмечиванием наличного предметного содержания.

Выбор элементов ситуации и оперирование ими обеспечивается личностной рефлексией, связанной с замыканием «Я» на категоризируемые личностью параметры и их размыканием благодаря ценностным ориентациям, потребностям, эмоциям, чувствам, переживаниям и другим смысловым образованиям.

Проблематизация осуществляется в попытках понимания противоречий и неопределенностей, мешающих самоактуализации, и которые можно преодолеть, составив набросок, эскиз дальнейших поисков. Находясь в определенной позиции, субъект может осознать только те фрагменты ситуации, которые ему доступны из этой позиции.

Поэтому рефлексирование развивается путем вовлечения все большего числа различных параметров и привлечения коммуникативной рефлексии, наряду с интеллектуальной и личностной. Коммуникативная рефлексия обеспечивает актуализацию и генерацию смыслов через коммуникацию с партнерами и диалогом с культурой в целом.

Существует понятие рефлексивной компетентности – это профессиональное качество личности, позволяющее наиболее эффективно и адекватно осуществлять рефлексивные процессы, реализацию рефлексивной способности, что обеспечивает процесс развития и саморазвития, способствует творческому подходу к профессиональной деятельности, движению ее максимальной эффективности и результативности.

В последние годы проблема рефлексии в отечественной психологии разрабатывается именно в направлении практического приложения психологических исследований. На этой основе появляются значительно большие возможности использования раскрываемых психологических закономерностей рефлексивной организации мышления для решения практических задач его развития и создания оптимальных условий для культивирования творческой личности в условиях постановки и решения проблемных ситуаций.

**1.3 Ценности в самореализации**

Рефлексия предполагает активное переосмысления человеком содержаний индивидуального сознания, деятельности, и в процессе этого он определяет для себя некоторые ориентиры своей деятельности, интересы и цели, то есть ценности. Именно осознание личностью собственных ценностных ориентаций в профессиональном самоопределении человека на стадии формирования профессиональных становлений с точки зрения их направленности на достижение «акме» в будущем профессиональном становлении является важнейшей предпосылкой успешной самореализации личности на этапе зрелости. То есть формирование ценностных ориентаций является одним из важнейших аспектов самореализации личности.

Под ценностными ориентациями понимается система зафиксированных в сознании социальных установок относительно тех элементов действительности, которые обладают высокой значимостью для данного субъекта и определённым образом влияют на его поведение, подготавливая его действовать в соответствии со значимыми целями и идеалами, определившими их содержание.

Роль ценностных ориентаций в процессе самореализации состоит в формировании осознанной, социально обусловленной, индивидуальной структуры профессиональных предпочтений, идеалов и путей, способов их достижения, личностных целей, которые отражают в субъективной значимости объективно важные состояния действительности для удовлетворения потребностей, которые стремится реализовать человек.

Уровень развития рефлексии личностью собственных ценностных установок во многом определяет успешность профессионального выбора и самореализации в целом.

Самооценка и самоанализ ценностей в ходе рефлексии необходимы для самореализации, так как её успешность напрямую зависит от превращения ценностей, присущей определённой деятельности, в смыслообразующие мотивы личности.

Анализ научной литературы по теме курсовой работы позволяет сделать вывод о том, что ряд аспектов, сопряжённых с исследуемой проблемой, достаточно глубоко изучен и отражён в работах как отечественных, так и зарубежных авторов. В числе таких аспектов значимыми явились философские, социологические и психологические основы ценностей, ценностных ориентаций и профессионального самоопределения.

В своей курсовой работе я хотела на основе изученной литературы и проведённого исследования обобщить особенности рефлексии самореализации студентов-первокурсников факультета Государственного и муниципального управления и выявить особенности их ценностных ориентаций в начале процесса самореализации.

**2. Практическая часть. Цели, объект, предмет и эмпирическая база исследования**

**Целью** нашего исследование было изучение рефлексии самореализации студентов и выявление особенностей ценностных ориентаций личности в начале процесса самореализации.

**Объектом исследования** выступили студенты-первокурсники – как юноши, так и девушки – ГУ ВШЭ факультета Государственного и муниципального управления.

**Предметом исследования** стали особенности ценностных ориентаций личности в начале процесса самореализации.

Мы поставили себе **задачу** раскрыть содержание ценностных ориентаций личности и исследовать возможную связь между особенностями ценностных ориентаций и гендерными различиями.

Для целей исследования было выделено несколько категорий ценностей: ценности категории «социальное благополучие», «**деловые мотивы – личностное совершенствование**», «семья» и «личностные мотивы – индивидуалистическая удовлетворённость». Полученные данные были соотнесены друг с другом на предмет выявления важнейших категорий ценностей, ведущих целей студентов на начальном этапе самореализации. Результаты также позволили сделать вывод о гендерных особенностях ценностных ориентаций.

В качестве **методов исследования** применялись: теоретические (теоретико-методологический анализ, обобщение и интерпретация научных данных) и эмпирические (тестовые методики, сравнительный анализ эмпирических данных, обработка данных методом контент-анализа).

**Эмпирическая база исследования**. Выборочная совокупность исследования состояла из 87 студентов-первокурсников ГУ ВШЭ факультета Государственного и муниципального управления.

**3. Контент-анализ как метод исслндования**

**3.1 Проблема контент-анализа**

**Контент-анализ (англ. content analysis; от content – содержание) – формализованный метод изучения текстовой и графической информации, заключающийся в переводе изучаемой информации в количественные показатели и ее статистической обработке. Метод контент-анализа характеризуется большой строгостью, систематичностью.**

**В отечественной традиции контент-анализ определяется как количественный анализ текстов и текстовых массивов с целью последующей содержательной интерпретации выявленных числовых закономерностей.**

## ****Сфера применения****

**Круг дисциплин, в которых применяется контент-анализ, довольно широк. Помимо, в основном, социологии и политологии данная методика находит применение в антропологии, психологии, истории, литературоведении.**

**С помощью контент-анализа можно анализировать такие различные типы текстов, как сообщения СМИ, заявления политических деятелей, программы партий, правовые акты, рекламные и пропагандистские материалы, литературные произведения.**

**Необходимым условием применения методики анализа содержания является наличие материального носителя информации. Во всех случаях, когда существует или может быть воссоздан такой носитель, допустимо использование методики контент-анализа. Мы использовали данную методику с целью обработки имеющихся анкет, полученных в ходе опроса студентов факультета Государственного и муниципального управления.**

**3.2 Этапы проведения контент-анализа**

## 

## **На **первом этапе** проведения контент-анализа анкет была определена совокупность изучаемых источников. В качестве сообщений выступили анкеты с ответами студентов, полученные в ходе опроса 25 января 2007 года. Была сформирована выборочная совокупность сообщений, которая составила 87 анкет.**

**На втором этапе были выявлены единицы анализа. Можно сказать, что этот этап – основной, и правильный выбор единиц анализа – важнейшая составляющая всей работы. Существуют достаточно четкие требования к выбору возможной единицы анализа:**

* **она должна быть достаточно большой, чтобы выражать значение;**
* **она должна быть достаточно малой, чтобы не выражать много значений;**
* **она должна легко идентифицироваться;**
* **число единиц должно быть настолько велико, чтобы из них можно было делать выборку.**

**Учитывая эти требования и то, какую интересуемую информацию нужно было получить в ходе исследования, единицы анализа были отобраны следующим образом:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **категория** | **мотивы и цели; ценности** | **единицы контент-анализа** |
|
| **Социальное благополучие** | **Своим трудом способствовать процветанию общества, приносить пользу, радость людям** | **процветание общества, польза, радость людям** |
| **Внести свой вклад в преобразование общества** | **вклад в преобразование общества** |
| **Занять достойное место в обществе** | **достойное место в обществе** |
| **Деловые**  **мотивы – личностное совершенствование** | **Иметь диплом о высшем образовании** | **диплом, высшее образование, ГУ-ВШЭ** |
| **Иметь престижную профессию и интересную работу** | **престижная профессия, интересная работа** |
| **Быть материально обеспеченным** | **материальная обеспеченность, заработок** |
| **Быть «выше» других в профессиональном плане** | **карьерный рост** |
| **Личностные**  **Мотивы – индивидуалистическая удовлетворён ность** | **Иметь широкий круг общения** | **общение, друзья** |
| **Повышать свой культурный уровень** | **культурный уровень, стать образованным человеком** |
| **Чувствовать себя независимым, уверенным в своём будущем** | **независимость, самостоятельность, уверенность в будущем** |
| **Заниматься творческой деятельностью** | **творческая реализация, хобби** |
| **Семья** | **Создание собственной семьи** | **создать свою семью, дети, муж/жена, стать хорошей матерью** |
| **Родители** | **обеспечить родителей, гордость родителей, забота о матери / отце** |

**Третий этап. Единицы счёта контент-анализа совпадали с единицами анализа, и процедура анализа была сведена к подсчету частоты упоминания выделенной смысловой единицы и выражением её доли от всех других, то есть, определение её значимости среди прочих единиц анализа.**

**Во время четвёртого этапа шёл непосредственно подсчёт – выделение группировок, составление специальных таблиц, применение статистических расчётов.**

Последний, **пятый, этап** посвящён интерпретации полученных данных.

**4. Полученные результаты**

Можно сделать выводы, что к ведущим ценностям личности в начале процесса самореализации относятся, в первую очередь, создание собственной будущей семьи, желание иметь диплом о высшем образовании и стремление получить престижную профессию и интересную работу.

То есть важнейшими категориями ценностей для студентов являются «семья» и «деловые мотивы».

Можно сказать, что эти данные схожи как для юношей, так и для девушек:

* «создание собственной будущей семьи» – у девушек 28% и у юношей 22%;
* «престижная профессию и интересная работа» – у девушек 12% и у юношей 12,6%;
* «желание иметь диплом о высшем образовании», образование вообще – у девушек 11% и у юношей 12%.

В целом различия по гендерному признаку несущественны, но всё же проявляются во всех системах ценностей. Так, для девушек значимость такой ценности, как «семья», немного выше, чем для юношей. Это соответствует логике, основанной на понятиях о традиционном месте женщины в семье. Но стоит особенно подчеркнуть то, что разница в данных не существенна, и это может служить показателем снижения этой тенденции и изменения отношения молодежи к роли мужчины и женщины в семье.

Также наблюдается дифференциация в отношении некоторых других ценностей. Так, значимая для девушек ценность «занятие творческой деятельностью» из категории «личностные мотивы – индивидуалистическая удовлетворённость» для юношей не является столь значимой: 6% и 2,3% соответственно. Ценность этой же категории «повышение культурного уровня» даёт схожие результаты: 6,7% и 4% соответственно.

Обратная картина просматривается на примере ценности «достойное место в обществе» категории «социального благополучия». Почти в 2,5 раза эта ценность значимее для юношей, чем для девушек: 9,7% и 4%. Возможно это ценность имеет больший вес именно у молодых людей в силу традиционного воспитания в них лидерских качеств, мужественности, благородства, присущих общественному деятелю; в то время как для девушки её традиционной нишей считается семья.

Вместе с тем ценность «родители», относящуюся к категории «семья», девушки хотя и не рассматривают как важное условие самореализации, но всё же уделяют ей почти в 2 раза больше внимания, чем юноши.

Полученные результаты свидетельствуют об отсутствии гендерных различий в такой категории ценностей, как «деловые мотивы – личностное совершенствование». То есть ценности высшего образования, материальной обеспеченности, карьерного роста, престижной профессии и интересной работы для студентов факультета ГиМУ совпадают и не носят гендерный характер.

Естественно, эти данные верны для студентов данного факультета, но в то же время у студентов других специальностей может быть выявлена тенденция зависимости ценностей данной категории от пола. Возможно, например, что на факультете Психологии у девушек ценность интересной работы будет выше в силу их возможного желания применить полученные знания и в семейной жизни. Возможно также, что ценность материальной обеспеченности будет котироваться у студентов факультета Психологии ниже, чем у студентов экономической направленности.

Данной проблеме – различию ценностных особенностей самореализации у студентов факультетов разной направленности – может быть посвящено последующее исследование.

**5. Выводы**

Данные эмпирического исследования свидетельствуют, что ведущими ценностями для студентов являются семья и карьерный рост-то есть, ценности, которые приоритетны для большинства членов общества. Это свидетельствует о том, что выявлена тенденция ориентации студентов на нормативные ценности.

Значимым для самореализующейся личности является активное участие в жизни общества и продолжение себя в детях. В этом просматривается осознанность студентами социального назначения члена общества.

Одним из важных факторов формирования ценностных предпочтений является фактор сложившихся для данной категории испытуемых возможностей реализации этих ценностей. Установлено, что динамическая составляющая ценностных ориентаций в виде субъективного представления о возможности или невозможности, лёгкости или трудности их реализации серьёзным образом влияют на важный этап самореализации – профессиональное самоопределение.

C основными ведущими ценностями студенты связывают и основные внешние и внутренние трудности, которые существуют и могут возникнуть в будущем при достижении целей самореализации. Большая часть студентов указывает на высокий уровень конкуренции на рынке труда и услуг (что соответствует ценностям образования, престижной профессии и карьерного роста) как на основную внешнюю трудность на пути к самореализации. Внутренними препятствиями для большинства студентов выступает лень, нежелание тяжело работать на достижение цели, неуверенность в собственных силах и возможностях, а также неумение устанавливать контакты и трудность в понимании окружающих. Возможно, именно собственная семья выступает для них той ценностью, обеспечивающей моральную поддержку, задающую стимул к активной работе и являющейся гарантом понимания.

**Заключение**

Теоретико-методологический анализ исследуемой проблемы позволил определить условия, оказывающие стимулирующее или блокирующее воздействие на процесс самореализации личности на начальной стадии. Так, самооценка и самоанализ ценностей необходимы для самореализации, потому что самореализация напрямую зависит именно от превращения ценностей в смыслообразующие мотивы личности.

Поэтому уровень развития рефлексии личностью собственных ценностных установок во многом будет определять успешность достижения главной цели и ценности – самореализации.

**Задачи дальнейшего исследования**

Учитывая эти данные, можно сделать процесс самореализации студентов факультета ГиМУ эффективнее путём прогнозирования и предупреждения появление определённых, в первую очередь внутренних, трудностей. Этого можно добиться с помощью бесед со специалистами, проведения тренингов по развитию навыков эффективного общения, планирования собственного времени, постановки достижимых целей.

Не менее действенной мне кажется и оказание помощи и содействия в активном развитии творческих способностей.

Раскрытие сущностных сил человека и их оптимальное использование во благо общества, столкнувшегося на пороге 3-го тысячелетия с множеством противоречивых и трудноразрешимых проблем, служат одним из оснований эффективного преодоления этих острых проблем.

Высокий нравственный смысл состоит в том, что каждый член общества своим творчеством может внести лепту в развитие социального бытия. Сделать человека способным к творчеству призвана гуманистическая психология и педагогика, которые далеки пока от исчерпывающего решения этой важнейшей теоретической и практической задачи, хотя в этом направлении сделаны конструктивные шаги (в частности, концепции сознания и личности К.А. Абульхановой, одаренности и креативности Д.Б. Богоявленской, гуманизации и индивидуализации образования М.Н. Берулавы, культурных и психологических функций творческого мышления Е.Б. Старовойтенко, способностей и внутренней жизни человека В.Д. Шадрикова и др.).

С точки зрения рефлексивной психологии и педагогики (И.Н. Семенов, 1978, 1990) сложная организованность творческого мышления проявляется в его дифференциации на различные функциональные уровни: 1) коммуникативно-кооперативный; 2) личностно-рефлексивный; 3) интеллектуально-рефлексивный; 4) предметно-содержательный; 5) операционально-содержательный. В своей совокупности эти уровни образуют систему структурных компонентов организации творческого мышления. При этом рефлексия, как системообразующий фактор творческого мышления, обеспечивает не только его смысловую организацию и саморегуляцию, но и самореализацию и саморазвитие личности в конкретных условиях разрешения проблемы, конфликтной ситуации поиска ответа на вопрос задачи. Экспериментально установлено, что, во-первых, рефлексия доминирует в структуре мышления, обеспечивая его самоорганизацию (И.Н. Семенов, 1978), и, во-вторых, рефлексия интенсифицируется перед инсайтом, обеспечивая продуктивность творческого мышления (И.Н. Семенов, В.К. Зарецкий, 1978).

Рефлексивно-психологическое изучение закономерностей творчества является плодотворным для развития творческих возможностей студентов – а, как следствие, и личностного роста их и самореализации.

**Список использованной литературы**

1. Семёнов И.Н. Тенденции психологии развития мышления, рефлексии и познавательной активности. – Воронеж: НПО «МОДЭК», 2000. – 64 стр.
2. Лаптева О.И., Войтик И.М., Семёнов И.Н. Рефлексивное мышление педагогов. – Омск: ИПКРО, 2003. –120 стр.
3. Радина Л.В. Псизодоги-акмеологические особенности ценностных ориентаций личности на этапе профессионального самоопределения: Автореферат дис. на соиск. уч. степени кандидата психологических наук.–М., 2001. –23 стр.
4. Богомолова Н.Н., Стефаненко Т.Г. Контент-анализ. Спецпрактикум но социальной психологии. – М.: Изд-во МГУ, 1992.
5. Ковшуро О.Д. Рефлексивные и социально-психологические особенности самореализации государственных служащих. Автореферат дис. на соиск. уч. степени кандидата психологических наук.–М., 2002. –28 стр.
6. Семёнов И.Н. Рефлексивная психология творчества: концепции, экспериментатика, практика // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005 г. Т. 2 №4.
7. Бажанов В.А. Рефлексия // Эпистемология и философия науки, 2006, Т. VII, №1, стр. 173 – 175.
8. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М.: «Мысль», 1991.