

## САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КАК СМЫСЛ ЖИЗНИ

*Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники  
г. Минск, Республика Беларусь*

*Бачура А.А., Глебова Т.А.*

*Бархатков А.И. – канд. филос. наук*

Самосовершенствование – ключ к достижению высоких успехов в жизни и учебе. На формирование мотивации к самосовершенствованию влияют биология человека, особенности воспитания, окружение и др. факторы. Акмеология говорит о важности придания самосовершенствованию высокого мотивационного статуса в жизни индивида.

На протяжении всей жизни личность человека претерпевает изменения. Мы учимся в детстве, мы учимся в юности, мы учимся в старости. Зачастую сложно воспитать в себе те или иные качества, руководствуясь одной силой воли и мотивацией. Но что если рассматривать самосовершенствование как смысл жизни? Куда проще акцентировать внимание на целях более высоких, чем желаниях элементарных.

Наше отношение к жизни, наши цели, наши установки и мечты – всё просачивается через призму восприятия личности. Если рассуждать логически, самовоспитание – это уверенный путь к высокой продуктивности и самореализации. Тогда в чём проблема? Почему так мало людей добиваются высот? Ответ – мотивация. Как сложно нам бывает заставить себя развить новый навык или качество? Как сложно бывает начать бегать по утрам? Как же приучить себя к постоянному самосовершенствованию?

Ответ дает теория биологических побуждений. Еда, вода, сон – это первостепенные потребности организма, любое нарушение баланса организма в каком-либо компоненте ведет к биологическому импульсу, который направлен на восстановление равновесия. Чем дольше организм находится в состоянии дисбаланса, тем сильнее импульс и мотивация. Как следствие, у большинства людей потребность в самовоспитании наделяется довольно малой важностью.

В ходе проведения социального опроса «Что для вас значит учёба?» 57% людей выбрали вариант «получение знаний», 20% – «общение и обмен информацией с другими людьми», 16% – «гарантия получения оплачиваемой работы», и только 7% – «самореализация и самосовершенствование». Отсюда можно сделать вывод, что многие студенты не рассматривают понятие «получение знаний» как пункт, входящий в процесс самосовершенствования. Они придерживаются стандартной схемы «учеба – получение работы – обеспечение будущего». Но процесс обучения мог бы быть для нас чем-то большим, если бы мы посмотрели на него с другого ракурса.

Для личности особенно важны качества, заложенные родителями в детстве. Целеустремленность – это способность помнить о намеченных планах и не терять из виду сформулированные цели, умение преодолевать возникшие препятствия и не опускать руки, встречаясь с трудностями. Целеустремленность является важнейшим мотивационно-волевым свойством личности, определяющим содержание и уровень развития всех других волевых качеств. Но так ли просто научить ребёнка такому важному качеству? Ответ очевиден.

Также большую роль играет окружение. Окружающие нас люди могут вызывать мотивацию как для продуктивной деятельности, так и для бессмысленной. Одним из решений проблемы недостатка мотивации и целеустремленности для самосовершенствования является правильный выбор окружения. К примеру, многие студенты предпочитают оставаться в библиотеке при подготовке к сессии.

Учитывая важность данного вопроса, стоит упомянуть об акмеологии – науке о вершинных достижениях человека, являющаяся частью психологии развития. Создателем ее стал Н. А. Рыбников, в 1928 году предложив данный термин для обозначения науки о развитии зрелых людей. Она определяет, при каких условиях человек сможет достичь максимального развития духовных, интеллектуальных и физических возможностей, что помогает понять смысл жизни человека. Данная наука также даёт ответы на вопросы, как происходит самоорганизация, самовоспитание, самоактуализация человека, и как ему добиться вершин успеха.

Из всего вышесказанного можно прийти к выводу: если научиться правильно пользоваться мотивацией, воспринимать образование как действительно неотъемлемо важную часть жизни каждого человека, то можно добиться впечатляющих результатов. Возможно, придётся кардинально поменять свою точку зрения относительно некоторых вопросов, многое переосмыслить. Но в реальности, схема оказывается довольно простой: вы просто действуете на основе элементарных логических рассуждений. Если вы считаете, что хотите добиться той или иной цели, сделать что-то, и вы думаете, что это для вас на самом деле важно, наделите эту цель более высоким порогом значимости. Достаточно определить, для чего вы это делаете, сказать это самому себе. Вы поймете, ради чего стараетесь. Зачастую, людям не хватает именно этого этапа, после определения того, какую пользу они получают, выполнив намеченное, многие становятся куда более продуктивными. Но самый верный вариант, по нашему мнению, – это постоянное самосовершенствование и работа над собой. Совершенствуйтесь всю жизнь!