

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/379355>

Тип работы: Реферат

Предмет: Психология

Введение 3

Оздоровительные практики, помогающие самоопределению и самореализации 4

Заключение 10

Список литературы 11

Актуальность темы. Психология стремится выявить личностные качества, необходимые для всесторонней и полноценной самореализации, а также исследует проблемы мотивации к самореализации и вопросы ее влияния на развитие личности, ее деятельность и процесс взаимодействия с другими людьми.

Можно проследить цепочку ключевых понятий, характеризующих сущность самореализации: наличие у человека заложенных природой возможностей, способностей, которые, в свою очередь, определяют ее потребности и соответственно формируют мотивы поведения, а также собственно деятельность, осуществляемая под влиянием этих мотивов и приводящая к конкретному продукту (материальному или нематериальному) и получению одобрения обществом результатов данной деятельности.

Еще одним немаловажным условием самореализации является окончательное формирование образа «Я» и появление необходимости активно взаимодействовать с окружающим миром. При отсутствии этого условия речь идет о самовыражении, что чаще всего характерно для подросткового возраста, а не о реализации, осуществлении своих личных возможностей, характеризующей зрелого человека. Данное обстоятельство лишний раз подтверждает справедливость мысли о том, что самореализация — это не только процесс, но и результат активной деятельности и развития зрелой личности.

Цель работы – рассмотреть оздоровительные практики, помогающие самоопределению и самореализации.

1. Вахромов Е.Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации / Е. Е. Вахромов. - М.: Междунар. педагогическая академия, 2011. - 209 с
2. Гордеева Т.О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы / Т. О. Гордеева // Современная психология мотивации. - М.: Смысл, 2007. - С. 90-91.
3. Митина Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях / Л.М. Митина // Вопросы психологии. - 1997. - №4. - С. 28-38.
4. Немов Р. С. Практическая психология / Р. С. Немов. - Владос - М., 2003. - 320 с.
5. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения / Н.С. Пряжников. - М.: Наука, 2012. - 390 с.
6. Смолова Л. В. Психологическое консультирование. Учебное пособие / Л. В. Смолова. - Флинта, Наука - М., 2015. - 416 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/379355>