

## Акме и человек

**Мрыхин Вячеслав Андреевич** – студент Академии строительства и архитектуры Донского государственного технического университета.

*Аннотация:* В данной статье выделяются и описываются характерные особенности, позволяющие человеку достичь его акме. Также перечислены некоторые факторы, влияющие на достижение им своей вершины.

*Ключевые слова:* Акме, акмеология, личность, мотивация, креативность, субъект, деятельность, самореализация, жизнедеятельность.

В возрасте от 30 до 50 лет каждый человек достигает максимально развития и, как правило, успеха в какой-либо деятельности. Психологи назвали данное состояние — акме- это период расцвета личности, в котором она проявляет свою зрелость во всех областях жизнедеятельности. Исследование закономерностей и механизмов достижения высшей точки развития человека занимается наука акмеология.

### История создания

Основателем данной науки считается Рыбников Н. А., который в 1928 году ввел термин «акмеология». В середине 20-го века наука смогла выделиться благодаря известному профессору Ананьеву Б.Г., определивший ее направленность среди всех наук о человеке. Наибольшую известность акмеология получила в конце прошлого столетия, благодаря таким психологам как Деркач А. А. и Бодалев А. А. Под их началом бала создана первая в России кафедра акмеологии.

### Факторы, влияющие на достижение акме

В жизни человека, и очень значимого, и абсолютно простого, незаметного, случаются

факторы, которые он рассматривает как собственные победы и поражения. Для многих более важными считаются достижения в области личной жизни: создание семьи, рождение ребенка, получение качественного образования. В современной жизни человек находится под большим давлением общественного мнения. Но в большинстве случаев личность оценивает свои успехи вместе со своими ценностями и мировоззрением.

Но какие факторы влияют на достижение акме? На основании исследований великих личностей можно сделать вывод, что главным фактором, влияющий на достижения ими успеха, является сформировавшийся у них смысл жизни. Необходимо подчеркнуть, что у выдающихся людей постоянно дает о себе знать высочайшая мотивационная включенность и втянутость в ту или иную деятельность. Для них, в-первую очередь, присуще иметь незаменимое качество как креативность. У менее мыслить нестандартно, придумывать что-то новое позволяет добиться больших высот. Но иметь только креативностью недостаточно. Необходимо обладать самостоятельностью и независимостью, а также возможностью противодействовать давлению общества. К выше перечисленным качествам стоит добавить упорство, проявляющееся ими при формировании планов, которые они желают выполнить.

В конце концов, стоит отметить, что проявление неизменной заботы о собственном здоровье, поддержание хорошей физической формы является обязательным условием для высочайшей продуктивности в профессиональной деятельности.

### Профессионализм и акме

Проблемы акмеологии как науки, в большей степени, связаны с новым пониманием жизнедеятельности человека, которые связаны с личностными условиями функционирования, складывающимся из природных, психических, социальных условий и способов их организации. Она помогает субъекту в нахождении более рационального способа метода организации с учетом той действительности, отталкиваясь от которого каждый человек имеет возможность идти к своему идеалу. Главным фактором здесь считается способность человека к самореализации в таких направлениях: самосознание, рефлексия, самоопределение, само отношение, самооценка, уровень притязаний, самоорганизация времени жизни.

Кроме анализа формирования всей совокупности характеристик человека, выражающих

его зрелость, акмеология анализирует зрелось и акме в узком значении, рассматривая только изучение личностью профессий, достижение ею высокого уровня мастерства. С профессионализмом людей связываются не только развитие способностей, но и глубочайшие знания в определенном роде деятельности. Исследуя развитие человека как субъекта работы, акмеология акцентирует заботу на продуктивности его профессиональной работы на всевозможных возрастных этапах жизни. Главным вопросом для данной науки становится и творческое развитие возможностей человека в различных видах деятельности.

Важнейшим аспектом личности является гармония и слаженность. Данная сторона выражает свою гомеостатичность, стабильность. Однако важную роль здесь играет психологическое здоровье человека. Нарушение в этой области может привести к дисгармонии человека.

Высочайшая уровень развития личности, который приходится на период его зрелости, есть его акме. Однако это зависит от того, какой жизненный путь преодолел человек, достигая своей вершины, от различных социальных факторов, в которые он попадал. Но также немаловажны сформировавшиеся его интересы, умственные способности и способность создавать что-то новое.

К примеру известный советский психолог Б.Г. Ананьев обнаружил необходимость исследования человека как единого целого. Он подчеркнул в нем весьма важные взаимосвязанные признаки такие как, личность, индивидуальность, субъект.

Таким образом, акмеология изучает законы и механизмы развития человека на этапе его зрелости как профессионала, человека и субъекта деятельности, проявляющего наибольший интерес к соотношению объективных и субъективных факторов, которые, взаимодействуя друг с другом, определяются мерой, в которой человек осознает свой потенциал в интересах социального, социального и личностного развития. Успешное развитие всех сфер жизни каждого государства зависит от условий, которые оно создает для реализации потенциала человека. Важнейшими личными факторами, влияющими на возможный уровень и значимость человеческой акме, являются наличие стабильного и адекватного личного чувства жизни, формирование психологических предпосылок для самореализации, творчества мышления, высокой мотивационной интеграции, независимости, настойчивости.

*Список литературы*

1. Майданский А.Д., Полухин О.Н., Федосеенков А.В. Деятельностный подход и принцип рефлексивности в науке. Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Философия. Социология. Право. 2015. Т. 33. № 14 (211). С. 28-33.

{social}