

COMPONENTELE STRUCTURALE ALE SUCCESULUI ȘI RELAȚIA DINTRE ELE ÎN ACTIVITATEA DE ÎNVĂȚARE ȘI PREGĂTIRE PROFESIONALĂ LA STUDENȚI

Trofaila Lidia, doctor în psihologie, conferențiar universitar

Catedra Psihopedagogie și Educație preșcolară, UST

Succesul este definit în literatura științifică ca o reușită, un rezultat favorabil, o izbândă, o victorie în anumite acțiuni, într-o anumită activitate. Succesul este așteptat și căutat de fiecare din noi, deoarece presupune recompense, recunoaștere publică și oferă o interpretare și susținere socială favorabilă. Succesul eliberează forțele creatoare, energia internă a organismului și este un stimulent important în viața și activitatea omului [1, 2, 12].

De succes are nevoie fiecare om în viață. Principalul motiv pentru care avem nevoie de succes este acela că-i oferă omului posibilitatea să se schimbe, să devină mai bun, să-și mențină integritatea personală, cognitivă, afectivă. Atunci când dispunem de arta obținerii succesului, de metodele și tehnicile necesare de activitate ne putem schimba viața spre bine, deveni mai productivi, mai încrezuți în forțele proprii, în capacități și aptitudini. Persoana devine conștientă de posibilitatea realizării idealurilor și scopurilor personale.

Succesul are o structură complicată, multiaspectuală, dar realizabilă. Mai mulți autori (Tracy B., Goleman D., Hill N., Covey S.R.) se referă în special la șapte componente structurale de bază ale succesului: 1) pacea interioară, 2) sănătate și energie, 3) relații pline de iubire, 4) libertate financiară, 5) idealuri și scopuri importante, 6) autocunoaștere și conștiință de sine, 7) împlinire personală [5,11,12].

Pacea interioară

Pacea interioară este bunul cel mai de preț al fiecărui om. Fără pacea interioară, liniștea sufletească nimic nu are valoare. Nu întâmplător fiecare din noi o caută toată viața. Verificăm cât de bine ne este la moment în dependență de liniștea sufletească, pacea interioară de care dispunem.

Când trăim în armonie cu cele mai înalte valori ale noastre, cu cele mai profunde convingeri, când avem un echilibru perfect în viață, ne bucurăm de pacea interioară. Si, dimpotrivă, dacă dintr-un motiv sau altul ni s-au compromis valorile, s-au suntem puși în situația de a acționa împotriva scopului propus, prima care suferă este pacea interioară.

Pacea interioară, liniștea sufletească este esențială și necesară pentru fiecare om și trebuie să se manifeste indiferent de grupul social în care se află omul – familie, la serviciu, în grupul de studenți, prieteni etc. Dacă persoana manifestă liniște, pace

sufletească în familie, în rândul colegilor la studii, serviciu înseamnă că în aceste colective relațiile interpersonale sunt bune, prietenoase, aici predomină bună înțelegerea și respectul reciproc, grija și atenția unul față de altul, față de persoanele apropiate, bunăstarea lor etc. Principiile, normele morale de conviețuire se bazează pe dorința pe care o are fiecare persoană de a-și asigura pacea interioară și de a susține pacea interioară a celorlalți membri ai familiei, colectivului, grupului social, fără a denatura pacea interioară a celorlalți membri ai grupului.

Într-un colectiv social de studii, lucrul pacea interioară poate fi măsurată prin gradul de armonie care există între membrii grupului. Instituțiile sociale de învățământ profitabile, productive în activitatea lor sunt acelea în care studenții, angajații se simt mulțumiți de studiile, lucrul lor, se simt bine în colectivul de studii, de muncă, sunt mulțumiți de sine. Fiecare din membrii colectivului se simte în siguranță, sunt fericiți, bucuroși de munca, rezultatele muncii lor. Se poate întâmpla ca studentul, angajatul să muncească intens la locul său de studii, de muncă, să fie implicat, copleșit de activitățile pe care le realizează, dar el are liniște sufletească, convingerea că va fi apreciat, remunerat la justa valoare, că viitorul îi este asigurat.

Pacea interioară este o condiție normală și firească pentru fiecare din noi. Omul are dreptul de a fi fericit și acest drept trebuie să se realizeze. Nu trebuie să credem că fericirea este ceva ocazional, adică când ne-a surâde norocul. Trebuie să pornim de la faptul că omul s-a născut, a apărut pe lume ca să fie fericit, să se bucure de existența sa. Pacea interioară este o condiție obligatorie pentru ca studentul, profesorul să se poată bucura de cele ce ne oferă viața.

Obținerea păcii interioare trebuie să fie principiul de bază pentru viața și activitatea fiecărui din ei, fiind scopul principal în toate activitățile și la care trebuie să se subordoneze celelalte scopuri. Ca persoane, personalități active social studentul, profesorul au succes în activitatea lor în măsura în care și-au atins propria fericire, mulțumire de sine, simțul bunăstării personale și au pacea interioară.

Ideea de a face fericirea ca scop al vieții în societatea contemporană poate provoca neliniște și confuzie, deoarece sunt deosebit de multe impedimente, bariere, obstacole, uneori create special, care trebuie de învins, depășite. Mai mult ca atât, am fost educați că fericirea este un produs ocazional, secundar al vieții în care mereu trebuie să-i facem fericiți pe alții și dacă suntem fericiți, atunci suntem norocoși, în caz contrar așa ne este soarta și nu avem la ce să ne opunem. Însăși ideea de a dori să fim fericiți poate fi interpretată greșit, ca o dorință egoistă, lipsită de griji față de ceilalți [1, 2, 12].

Savanții Tracy B., Goleman D., Hill N, Carnegie D. ș.a. propun în acest caz de ținut cont de două lucruri: în primul rând, dacă omul singur nu se străduie să fie fericit, nimeni nu va face lucrul acesta pentru el; în al doilea rând, nu poți oferi cuiva ceea ce nu ai. Încercarea de a-i face pe alții fericiți este un exercițiu de frustrări și amăgiri, fiindcă acest lucru este imposibil, dacă persoana nu depune eforturile necesare, nu tinde și nu crede că poate fi fericită. Totodată profesorul, studentul nu pot face fericiți pe cineva, dacă singuri sunt nefericiți, nu știi ce-i fericirea, pacea sufletească [3, 4,11,12].

Studentul, profesorul se simt fericiți, liniștiți sufletește când nu sunt copleșiți de emoțiile distructive de teamă, furie, îndoială, vinovăție, resentimente de îngrijorare, nu manifestă emoții negative, dar se bucură firesc de tot ce realizează, de ceea ce dispun, fără eforturi în plus. Secretul fericirii, liniștii sufletești este să elimine sistematic sau cel puțin să minimalizeze acele momente din viață care provoacă stres, emoții, sentimente negative.

Ideea este încântătoare, deoarece conține adevărul. Pentru a avea o viață fericită, productivă, atât profesorul cât și studentul *trebuie să elimine sistematic din jurul lor persoanele, situațiile și emoțiile negative care îi fac nefericiți*. Mai complicat este acel moment că aici încep problemele cotidiene. Obstacolul prim care apare în acest caz este condiționat de dependența de persoanele, situațiile negative în colectivul de studii, muncă, dificultățile în soluționarea relațiilor, problemelor cu o persoană negativă, dezastruoasă etc. În cazul dat rațiunea vine cu tot felul de argumente pentru a soluționa problema conflictogenă, în loc să lucreze pentru noi, creierul este ocupat cu altceva impus de situația, de interacțiunea cu persoanele negative [11, 12].

Atât studentul cât și profesorul trebuie să se protejeze de persoanele, situațiile negative. Este necesar să mențină controlul asupra emoțiilor, să păstreze calmul și emoțiile pozitive tot timpul, când se află în preajma unor asemenea persoane, situații etc. În acest caz nu vor uita de ceea ce au de realizat, de scopul măreț pe care îl au în față. Își vor proiecta gândurile pentru viitor și își vor urma scopul fără a atrage atenție la ceea ce nu merită a fi discutat, considerat de valoare. Își vor elibera mintea de constrângeri, bariere, dându-le deoparte ca ne semnificative, care nu merită atenție și vor continua să acționeze după scopul propus. Aceasta le va permite să se bucure de pacea interioară la care aspiră.

Studentii, profesorii angajați în activitatea de învățare, în câmpul muncii, își vor crea o viziune reală a viitorului în câmpul muncii, a modului cum ar arăta serviciul lor, dacă ar tinde să fie perfecți până în cel mai neînsemnat detaliu. Își vor pune întrebarea ce ar trebui să facă pentru a atinge în mediul în care activează niveluri mai

înalte, armonie, cooperare. În mod asemănător se vor întreba cum ar fi viața lor în colectiv, dacă ar trăi într-o stare de pace și mulțumire de sine. Vor ține sub control și acel moment că și ceilalți membri ai colectivului trebuie să fie fericiți, să atingă pacea interioară.

Când în față vor avea scopul de a atinge pacea interioară planificând totul, hotărând ce anume îi va ajuta, ori îi va împiedica la atingerea scopului stabilit, atunci nu vor face greșeli, vor face și vor spune ceea ce trebuie, ce este necesar. Vor observa că acționează în baza unor principii înalte, mărețe. Se vor simți foarte bine deoarece întreprind cele necesare și utile. Răspunsul la toate aceste schimbări o deține pacea interioară.

Sănătate și energie

Pacea interioară reprezintă starea psihică, mintală normală, firească fără perturbări. Sănătatea și energia, dimpotrivă, reprezintă starea fizică, naturală normală și firească.

Organismul profesorului, studentului are tendința normală și firească spre sănătate, vigurozitate. În absența perturbărilor fizice sau mintale el produce din abundență energie. Sănătatea perfectă a organismului profesorului, studentului, ca și la orice organism viu apare în absența durerii, bolii, tulburărilor fizice, mintale de tot felul. E minunat și acel moment că organismul are capacitatea de a se reface, de a deveni sănătos, plin de energie, fără ajutor din afară.

Atunci când profesorul, studentul dispune de toate cele necesare în plan material, dar își pierde sănătatea și pacea interioară, el pierde și posibilitatea de a se bucura de realizările sale. Mai întâi fiecare din ei trebuie să ne gândescă la imaginea fizică, cum arată și cum ar dori să prezinte dacă doresc să fie perfecțiunea fizică ideală. Și aici sunt importante mai multe lucruri: exteriorul, starea organismului, greutatea corpului, felul cum se alimentează și alimentele pe care le preferă, exercițiile fizice pe care le fac și la care părți ale corpului atrag atenția ș.a.

Ocuparea profesorilor, studenților cu sportul deschide noi posibilități ale organismului, le oferă posibilitatea de a se reface. Devin mai plastici, mai antrenați, mai zvelți, mai puternici, mai energici, comparativ cu perioadele, când activitățile sportive nu se simțeau ca o necesitate. Exercițiile, activitățile sportive refac organismul, deschid căile energetice, și ei se simt în putere de a se implica și realiza tot ce doresc, ce și-au pus în gând ca scop de viață și activitate. Aceasta le permite să aibă succes în activitate, să realizeze ce și-au propus. Fiind sănătoși, plini de puteri și energie pot realiza cu succes tot ce și-au propus. Rezistența fizică, energia de care dispun le permite să aibă succes în activitățile lor.

Relații pline de iubire

Relațiile pline de iubire cu oamenii sunt o altă componentă importantă a succesului și fiecare profesor, student trebuie să aibă oameni pe care îi iubesc și care îi iubesc, la care țin și care țin la ei. Relațiile cu aceste persoane reprezintă etalonul în ceea ce privește cum se descurcă în viață fiecare din ei ca ființă umană. Cele mai multe momente de fericire ori nefericire din viață provin anume din aceste relații, care de fapt și definesc cu adevărat calitatea noastră de om social-activ, motivat pentru succes.

Capacitatea de a crea și menține relații pe termen de lungă durată cu alte persoane trebuie să fie una din caracteristicile de bază atât a profesorului cât și a studentului. Esența lor ca oameni se exprimă prin felul cum comunică cu oamenii, cum se înțeleg cu ei. O modalitate simplă de a verifica starea relațiilor profesorului, studentului în colectiv poate fi aceea cât de frecvent râd în grupul de studenți, în colectivul de profesori cu care interacționează. Pentru a preciza cum merg lucrurile în grupa de studenți, colectivul didactic este necesar de a evidenția cât de mult râd, glumesc când se află împreună. Atunci când relațiile între studenți, profesori sunt bune ei râd mult, când se află împreună. Și, dimpotrivă, când relațiile se strică primul care dispare în colectivul de muncă, studii este râsul [1, 2, 8, 11].

Pentru colectivele de muncă, chiar și pentru marile companii acest lucru este caracteristic. Un colectiv de studenți, o instituție superioară de învățământ poate fi performantă, profitabilă dacă membrii lor râd și glumesc permanent, când se află împreună, ca dovadă a faptului că se bucură unul de altul, de roadele muncii lor, de beneficiile pe care le oferă studiile, profesia, specialitatea și munca în colectivul dat. Studenții, profesorii interacționează eficient în colectivele lor, la ei este prezent spiritul de echipă, colectiv, grup social. O altă dovadă este faptul că activitatea în colectiv îi face să fie optimiști, deschiși spre tot ce este nou, progresiv, mai creativi, mai flexibili și plini de viață. Dacă în colectivul de studii, muncă, companie, organizație oamenii sunt potriviți colectivele, compania, organizația vor prospera.

Conducerea, administrația instituțiilor, organizațiilor, colectivelor studențești, de muncă trebuie să poarte răspundere pentru asigurarea armoniei, fericirii discipolilor, angajaților, să creeze un climat social optimist, de entuziasm, cu norme și valori morale înalte. Între membrii grupului de studenți, colectivului didactic trebuie să predomină spiritul de echipă, solidaritate.

Probleme cu alți oameni, între oameni sunt pretutindeni. Necazul constă în aceea că ele duc la destabilizarea liniștii interioare, sufletești, dereglează sănătatea mai mult ca oricare alt factor. Din această cauză unul din scopurile importante pentru fiecare

profesor, student trebuie să fie acela de a-și crea un mediu uman în care să poată fi fericiți, mulțumiți și împliniți. Trebuie examinate relațiile cu fiecare persoană în parte și să-și creeze un plan ca fiecare din ele să fie plăcute.

Libertatea financiară

Profesorul, studentul ca și orice om se simte liber financiar când are destui bani ca să nu-și facă griji din cauza lor, cum fac majoritatea oamenilor de la noi din țară. Lipsa banilor nu numai că se suportă greu, dar poate duce la multe acțiuni, comportamente nedorite, chiar la degradarea personalității. Independența financiară este unul din scopurile și responsabilitățile cele mai importante pentru fiecare, de aceea nu trebuie lăsată la voia întâmplării, dar ținută mereu sub control.

Mai mult de 80,0% din populația de pe glob este preocupată de problemele legate de lipsa banilor. Neplăcut este acel moment că mulți oameni se gândesc permanent la bani pe parcursul zilei și, cu părere de rău, printre acestea se află nu numai studenții, dar și profesorii. Un mod asemănător de viață nu este sănătos. Bucuria, zâmbetul multora din ei sunt estompate de grijile cotidiene, banale ale vieții – achitarea serviciilor, bonurilor, întreținerea familiei, îngrijirea copiilor, asigurarea lor cu cele necesare etc.

Banii sunt importanți atât pentru profesori, cât și pentru studenți. Pentru a-și asigura pacea interioară, sănătatea, energia și relații sănătoase, pline de iubire au nevoie de resurse financiare, de bani. Din lipsa banilor mulți din ei deseori își pierd pacea interioară, își fac griji, au diferite tensiuni, neliniște. Stresul, dereglarea sănătății la ei tot apare din lipsa banilor. Fiind conștienți de situația creată, trebuie să caute ieșire din situație, prin efortul fizic, intelectual, să caute căi de câștig a banilor.

Relațiile interpersonale la profesori, studenți deseori se înrăutățesc din cauza penuriei de bani. În societatea noastră așa fenomene permanente sunt frecvente, iar în familie pot duce la divorț. Ca să nu-și creeze probleme din cauza lipsei banilor trebuie să-și folosească talentele, abilitățile, capacitățile pentru a câștiga destui bani ca să nu-și facă grijă din cauza lor. Aceasta este necesar pentru realizarea scopului propus. Pentru a înainta în realizarea scopului au nevoie de senzația de libertate, dar nu se vor simți liberi cu adevărat până nu vor avea suficienți bani ca să nu fie preocupați permanent de necesitatea câștigului lor. Au nevoie de a-și asigura independența financiară, fără a se amăgi permanent, ori a amâna pe altă dată, a se lăsa la voia întâmplării [1, 11].

Este necesar ca atât studentul cât și profesorul să aibă o închipuire clară referitor la faptul cum ar dori să se schimbe situația lor financiară. De câți bani au nevoie și cum pot să-i obțină, în ce perioadă de timp, în ce volum și cum vor lucra,

acționa ca să ajungă la rezultatul scontat. A-și pune diferite întrebări referitor la activitatea pe care urmează să o realizeze, a-și face un plan de acțiune este deosebit de important pentru a avea succes. Sunt din acei care nu-și pun asemenea întrebări și nici nu caută răspuns la ele uneori chiar toată viața. Dar dacă doresc să -și atingă scopul financiar pe care și l-au propus în viață trebuie să tindă să ajungă la scopul înaintat. Trebuie să se decidă la ceea ce doresc și să-și urmeze scopul. Totul începe cu definirea viitorului financiar și apoi cu elaborarea planului pentru realizarea lui fără a se îndepărta de scop.

Idealuri și scopuri importante în viață

Succesul îl deținem în viață atunci când urmărim scopuri și idealuri importante. Acest moment îl cunoaște profesorul, dar trebuie să-l țină sub control atât profesorul cât și studentul. Psihologul american V.E.Francl susține că cea mai profundă dorință din subconștient este dorința de sens și scop în viață [9]. Pentru a fi cu adevărat fericiți profesorul, studentul au nevoie de simțul clar al drumului corect ales în viață. Au nevoie de implicare în ceva de importanță și mare valoare. În rezultat vor obține simțul că viața are sens și că-și aduc contribuția utilă și necesară familiei, colectivului, societății pentru afirmarea socială. Este important ca fiecare din ei să simtă, că au sub control momentul că nu-și irosesc viața în zadar, că tot ce fac este util și necesar, iar recompensele vor fi fastuoase, utile și necesare, de valoare.

Așa o situație este o situație de fericire, bucurie personală, familială, socială că viața, eforturile depuse n-au fost în zadar, că sunt pe drumul cel bun și recompensele le dețin și vor surveni pe parcurs tot timpul deoarece urmează un scop social nobil, real, util și necesar, iar rezultatele muncii sunt necesare și întrebate, căutate de oameni. Aceasta este o dovadă a faptului că scopul ales are sens [10, 11].

Fericirea se definește ca o realizare progresivă a unui ideal important. Sunt fericiți și trebuie să se simtă cu adevărat fericiți profesorul, studentul deoarece sunt incluși în ceva cu adevărat important atât personal cât și social.

Trebuie numai să cugete asupra faptului care sunt activitățile, realizările personale care produc plăcere, îi bucură pentru valoarea lor, importanța pentru viața personală, familială, socială și să le urmeze. Este necesară o corelație a vieții din trecut și prezent, a ajunsurilor și neajunsurilor din trecut și prezent, dacă au uitat de neplăceri sunt pe calea cea bună, pe drumul succesului și trebuie urmat după scopul trasat, ținând în permanență sub control activitățile care oferă cu adevărat scop și sens vieții personale, familiale, sociale.

Autocunoașterea și conștiința de sine

Autocunoașterea determină pacea interioară și se bazează pe realizările personale ale profesorului, studentului. Socrate menționa: „Cunoaște-te pe tine însuși!”, ca un bun dar de cunoaștere a calităților și capacităților personale. Pentru a lucra, a activa cu capacitate maximă, trebuie atât profesorul cât și studentul să știe cine sunt, de ce sunt în stare și de ce gândesc, simt în felul în care îl fac. Vor evalua forțele, influențele care le-au modelat caracterul, intelectul din fragedă copilărie. Sub control va fi și faptul cum trebuie să reacționeze, să răspundă oamenilor în anumite situații, modul cum realizează acest lucru. Se înțeleg pe sine și conștientizează, de ce au nevoie de un anumit lucru, acționează într-un anumit mod și se acceptă ca fiind capabili de succes și recompense la justa valoare în domeniul activității profesionale. Aceasta le va oferi posibilitatea de a face ordine și în alte domenii ale vieții personale, familiale, sociale [1,7, 11].

Având o conștiință de sine bine dezvoltată, o autocunoaștere la justa valoare a calităților personale pot ferm purcede la realizarea scopului propus, fiind conștienți de faptul că calitățile personale pot permite realizarea scopului scontat.

Împlinirea personală

Pentru profesor, student împlinirea personală este certitudinea de atingere maximă a potențialului uman în plan personal, social având performanțe la toate aspectele vieții, ceea ce le permite să fie mulțumiți de sine. Se pot socoti persoane împlinite social, care nu și-au irosit viața în zadar. La timpul său și-au făcut studiile, o carieră reușită, familie, copii, casă. A. Maslow a numit împlinirea personală autorealizare. Aceasta, după părerea lui, este caracteristica de bază a celor mai sănătoase, mai fericite și de succes persoane din societate [1, 5, 7].

Trebuie numai atât profesorul cât și studentul să-și susțină capacitatea de a realiza și a avea o atitudine pozitivă, optimistă și veselă în aproape toate situațiile vieții. Să-și dezvolte o personalitate complet integrată, absolut funcțională și matură, să-și deblocheze puterilor ascunse și implicarea lor activă.

Bibliografie

1. Carnegie D. Cum să te bucuri de viață și de slujbă. București: Curtea veche, 2013. 184 p.
2. Carnegie D. Lasă grijile, începe să trăiești. București: Curtea veche, 2011. 336 p.
3. Carnegie D. Secretele succesului. București: Curtea veche, 2012. 248 p.

4. Covey S.R. Cum să rezolvăm cele mai dificile probleme ale vieții. București: All, 2016. 488 p.
5. Dyer W.W. Înțelepciune pentru succes. București: Meteor Press, 2014. 224 p.
6. Dyer W.W. Cele 10 secrete ale succesului și păcii lăuntrice. Editura: ACT și Politon.
7. Gladwell M. Excepționalii: povestea succesului. București: Publica, 2009. 112 p.
8. Goman C.K. Limbajul secret al succesului. Cum să înțelegi și să folosești comunicarea non-verbală. București: Litera, 2017.
9. Francl V. Omul în căutarea sensului vieții. București: Meteor press, 2009. 156 p.
10. Harvey S. Poartă-te ca un om de succes, gândește ca un om de succes. București: ACT și Politon, 2011. 207 p.
11. Hill N., Carnegie D., Murphy J. Secretele celor trei maeștri ai succesului pentru ați schimba viața. București: Curtea veche, 2015. 384 p.
12. Tracy D. Succesul în viață: deprinderi și strategii care vă vor revela puterile ascunse și calea spre succes. Editura: For You, 2012.