



§4. Познай самого себя

- Познание мира и себя.
- Что такое самосознание.
- На что ты способен.

Вспомни!

Что такое личность?

Какие потребности и способности есть у человека?



Что значит найти себя?

«Что я такое? С тех пор как существуют люди, они отвечают на это не словами, то есть орудием разума, а всей жизнью».

Л.Н. Толстой



Познание мира и себя

Уч-к, стр.37-38



Я сам!



Все ли я
успел в
жизни? Что
хорошего я
сделал
людям?



Кто я?
Каков я?
Кто я?
Каков я?



Для чего я
живу?



Познание самого себя — это

- исследование способностей и возможностей, поиск вида деятельности, который в наибольшей мере будет им соответствовать;
- изучение себя как части природы, выявление своих биологических особенностей и потребностей;
- понимание себя как части общества, группы (осознание своего духовного и нравственного «я»).



Исторически сложилось так, что стремление человека узнать себя и оценить свои способности было не только результатом развития его пытливого ума и природной любознательности, но и естественной необходимостью и важнейшей **потребностью**, условием выживания человека и приспособления к окружающей действительности.

Путешествие в прошлое, стр. 38.



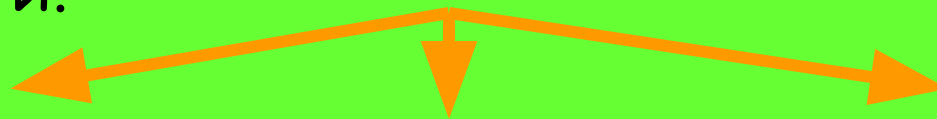
Вспомни, как воспитывали молодых людей в Спарте.

Что такое самосознание



Самосознание - это сознание, направленное на себя самого.

Самооценка - оценка человеком самого себя, своих качеств, способностей, особенностей своей деятельности.



завышенная



Характеризуется переоценкой своих данных, эгоистичностью, чувством превосходства, пренебрежением чужим мнением

Уч-к, стр.39 (3-й абзац) - 40

правильная

Помогает поверить в свои силы, выделить ту деятельность, в которой ты сможешь достичь высоких результатов, преодолеть все трудности

заниженная



Сдерживает развитие способностей, рождает неверие в себя, снижает удовлетворение от своей деятельности



Что нужно, чтобы оценить себя правильно?

Важно знать:

- свои положительные и отрицательные качества,
- стараться развивать одни и освобождаться от других,
- объективно относиться к своим успехам и неудачам, порицанию и похвале,
- не терять уверенности в себе,
- научиться видеть и оценивать себя,
- ощущать собственный рост, развитие перемены в себе.





Как обрести бóльшую уверенность в себе?

- Самовнушение



У меня все получится!

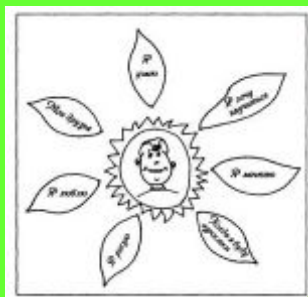


- Психологические тренинги и чтение специальной литературы

- Занятия любимым делом, успехи в спорте

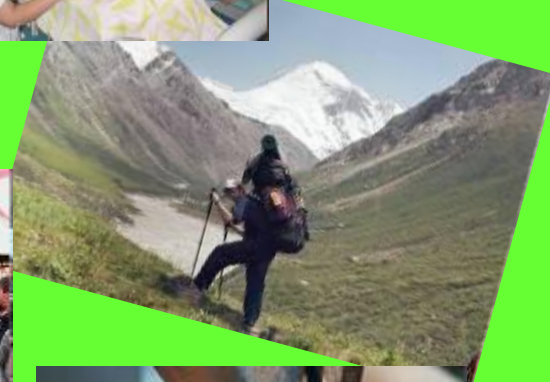


Не переусердствуй!



Домашнее задание:

§4, РТ 4/4,7





Уровень развития способностей личности отражают понятия таланта и гениальности

Талантом называют способности, позволяющие получать продукт деятельности, отличающийся новизной, своеобразием, высоким совершенством и общественной значимостью.



Важный спутник таланта – труд. Талант – это не более чем возможность осуществления творческих успехов, но далеко еще не мастерство. Талант не освобождает человека от работы, а предполагает большой творческий напряженный труд.

Жизнь на свете

Гениальность – наивысшая степень проявления творческих сил человека.



Не стоит дожидаться, когда проявятся твои способности и дарования или сложатся более благоприятные условия для их реализации. Если есть мечта, верь в свои способности, старайся всеми способами их развивать и уверенно двигайся к своей цели.

Дорогу осилит идущий!



Учимся узнавать и оценивать себя

уч-к, стр.45-47



Проверь себя



Зачем человек познает себя?

Влияет ли самооценка на поведение человека?

Нужно ли сравнивать себя самим собой и другими?

Каждый ли из нас талантлив? Как это узнать?

Как найти дело по душе?

Домашнее задание: §4, РТ 4/1,2,3,5,6,8

Все материалы к урокам вы сможете найти «В контакте»



<https://vk.com/public102315376>

