



*Познание человеком мира и
самого себя*

Понятия, термины

- познание;
- самопознание;
- самооценка;
- способности;
- талант

Запишем определение:

Познание - это процесс мыслительной деятельности человека, направленный на получение нового знания об окружающем мире.

Познание - процесс постижения человеком новых, прежде всего неизвестных фактов, явлений и закономерностей действительности.

Познание самого себя является одной из важных потребностей человека!

Познание
человеком
самого себя

Изучение себя как
Части природы,
выявление
своих биологических
особенностей
и потребностей

Понимание себя как
Части общества,
группы
(осознание своего
духовного и
нравственного «Я»)

Исследование своих
возможностей и
Способностей, поиск
того вида
деятельности,
который в наибольшей
мере будет им
соответствовать

Какие вопросы чаще всего задают люди?

↓
Что это такое?

↓
Для чего это?

↓
Почему? Зачем?

Любознательные люди

← ПОЗНАЮТ →

мир



ПОЗНАНИЕ – это процесс мыслительной деятельности, направленный на получение нового знания об окружающем мире.



Через органы чувств:
-ощущения,
-восприятие
(целостный
образ мира или его
части)

Познает мир

Язык, речь (называются
предметы, описываются
их свойства и
признаки)

**Исти
на**

**Суждения,
умозаключения**

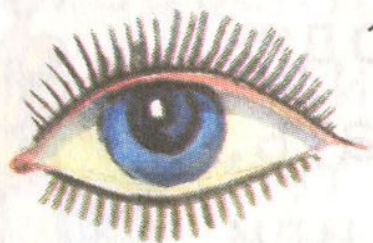
**Формулирует вопросы,
выводы, теории**

Познание через ОРГАНЫ ЧУВСТВ

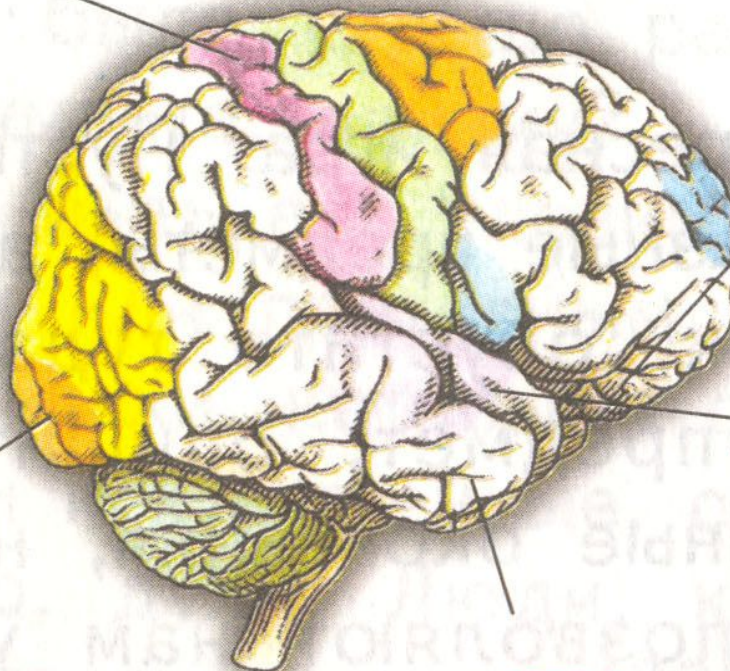
Осязание



Обоняние



Зрение



Слух



Вкус



Познание мира тесно связано с познанием человеком самого себя.

ПОЗНАНИЕ САМОГО СЕБЯ - это изучение человеком своих способностей (что умею) и возможностей (что могу сделать), поиск деятельности, которая будет им соответствовать.

Познай самого себя

Я- реальное

**Я- динамическое
(каким хочу
быть)**

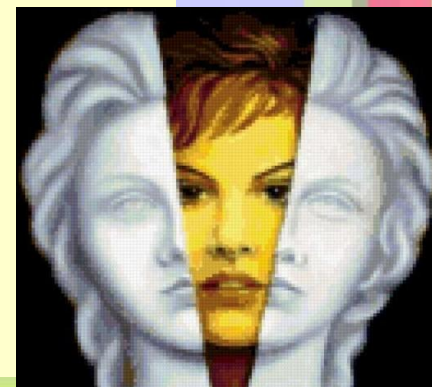
**Я- фантастическое
(в мечтах)**

**Я- идеальное
(приятно себя
видеть)**

Самосознание

Процесс познания самого себя

- 1.** Исследование своих способностей и возможностей;
- 2.** Оценка видов деятельности;
- 3.** Осознание своих особенностей;
- 4.** Осознание своих качеств как личности;
- 5.** Стремление что – то изменить в себе и в общении с людьми, для достижения своей цели



Этапы самопознания

| Пассивная фаза | Активная фаза | | Фаза падения активности |
|--|---|--|--|
| 3-8 мес. | 12-15 лет | 20-30 лет | 60-70 лет конец жизни |
| познание направлено на внешний окружающий мир, познание своего Я эпизодическое | больше внимание уделяется внешнему виду, облику (как я выгляжу?), одежде, физической подготовке | внимание переключается к внутренней сущности, поиску места, смысла в жизни, самореализации | мудрец - считает, что знает о себе все, отчего к самопознанию отношение второстепенное |

- Какова роль самопознания в процессе взросления человека?
- Как правильно оценить себя?
- Что нужно знать для объективной самооценки?
- Каковы причины и следствия ложной (завышенной или заниженной) самооценки для личности, окружающих ее людей?
- Как обрести большую уверенность в себе?

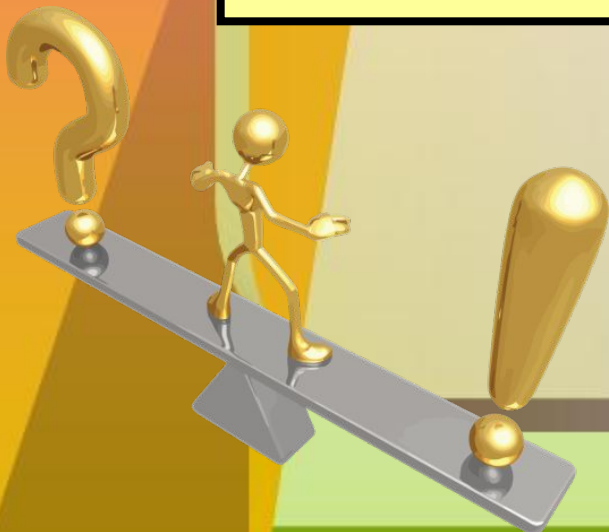
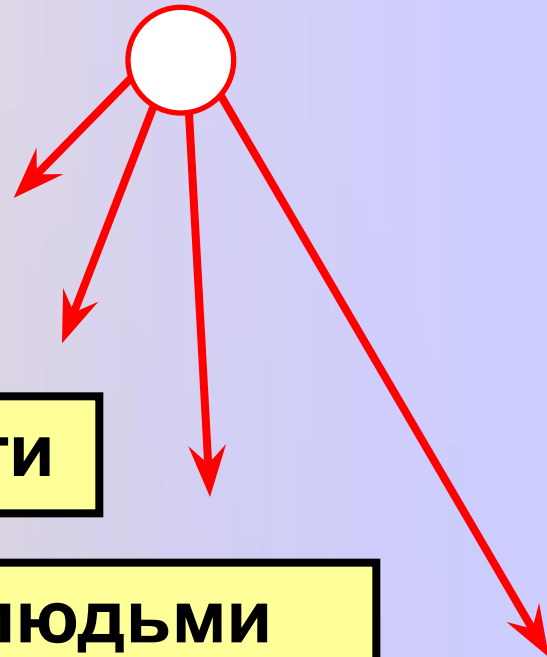
САМОСОЗНАНИЕ

Познать
свои сильные и слабые
стороны

Перспективы деятельности

Взаимоотношения с людьми

Отношение людей к тебе



Что такое самосознание



Самосознание - это сознание, направленное на себя самого.

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

завышенная

правильная

заниженная



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

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



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

У каждого человека есть сильные стороны - это то, что человек ценит и любит в себе.

А есть и слабые стороны, которые не дают уверенности, но от которых человек хочет избавиться.

Заполните таблицу.

| Мои сильные стороны | Мои слабые стороны | Я хочу изменить в себе |
|---------------------|--------------------|------------------------|
| | | |

САМООЦЕНКА – оценка человеком собственных качеств, достоинств и недостатков.

средняя

высокая

низкая

Само
оценка

```
graph TD; A[средняя] --> C((Само оценка)); B[высокая] --> C; D[низкая] --> C;
```

The diagram features a central light blue oval labeled 'Само оценка' (Self-evaluation). Three rounded rectangular boxes point towards it: a dark blue box on the left labeled 'высокая' (high), a green box at the top labeled 'средняя' (average), and a light gray box on the right labeled 'низкая' (low). Arrows indicate that each of these three levels influences the central self-evaluation process.

Посмотри на рисунки Марины и Владимира. У кого из них **низкая самооценка**, а у кого - **высокая**?

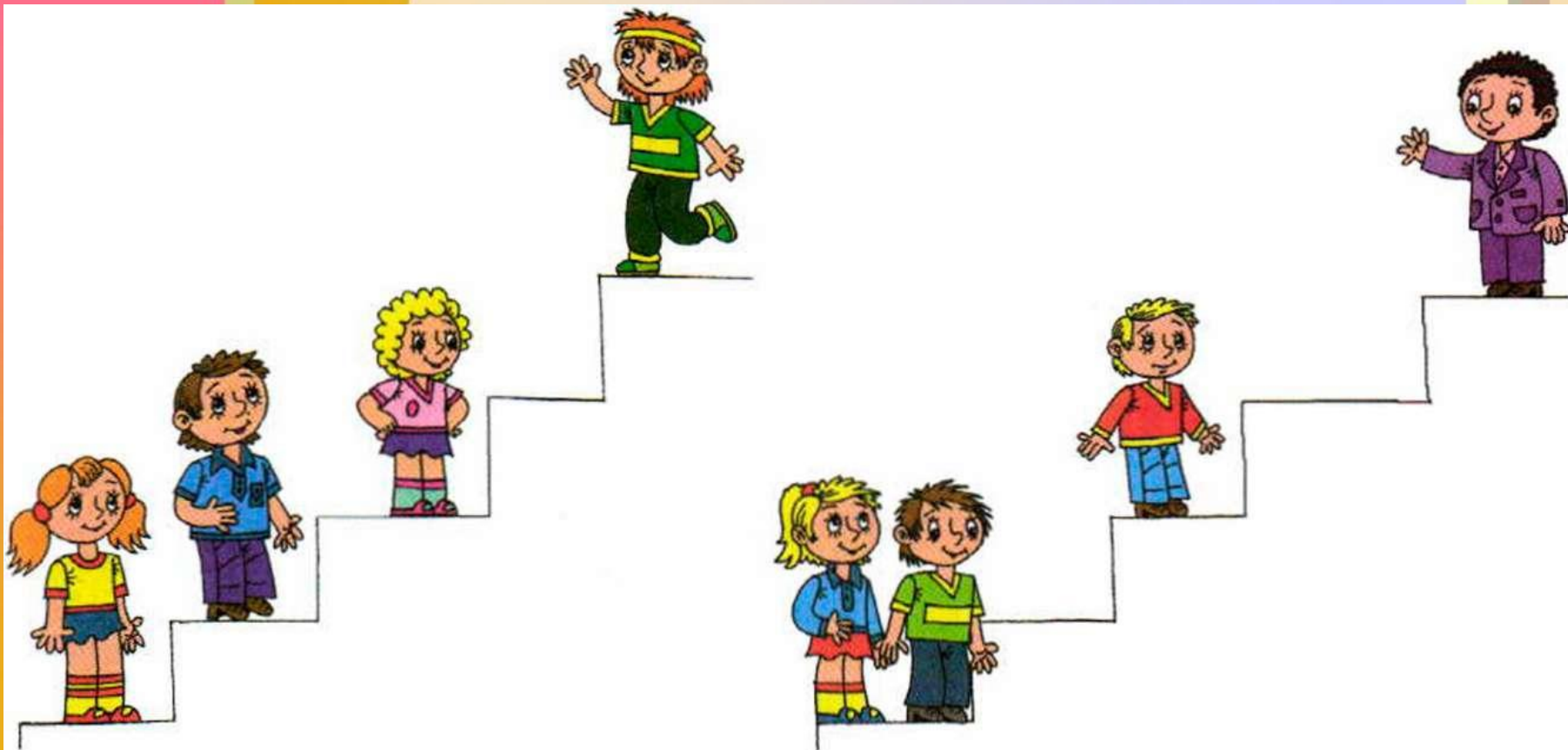


Рисунок Марины

Рисунок Владимира

6. Согласись или опровергни высказывание французского писателя и мыслителя Ф. де Ларошфуко «Легче познать людей вообще, чем одного человека в частности»?

7. Выбери верное суждение:

А) Самопознание позволяет выявить в человеке его важнейшие особенности, сущность его «Я».

Б) Познавая себя, мы познаём мир, а узнавая мир, ближе подходим к самим себе.

- 1) только А
- 2) только Б
- 3) А и Б
- 4) верных нет