

Саморазвитие как важный компонент полноценной жизни

**Карпова С.А
психолог ОШ №12
г. Симферополь**



Представьте, что Вам в раннем детстве рассказали о тех шагах, которые необходимо предпринимать, чтобы добиться успеха. Где бы Вы были, если бы знали все ключевые «фишки» с самых первых активных шагов в жизни?

Саморазвитие представляет собой процесс, состоящий из нескольких компонентов, придерживаясь которых, человек может становиться с каждым днем лучше, достигать новых целей и воплощать мечты в реальность.



7 составляющих полноценной успешной жизни

- **мир в душе**
- **здоровье и энергия**
- **любовные отношения.** Это отношения с теми, кого вы любите, кто вам небезразличен, с людьми, любящими и заботящимися о вас. Ключевое качество полноценно живущего человека это способность вступать и поддерживать долгосрочные отношения дружбы и близости с другими людьми.
- **финансовая свобода.** Финансовая независимость означает наличие достаточной суммы денег, исключая необходимость постоянно о них беспокоиться

- **цели и идеалы** потребность в смысле и цели жизни является наиболее глубоким подсознательным мотивом. Для истинного счастья требуется четкое осознание направленности. Необходима преданность чему-то большему и более важному, чем вы сами. Необходимо ощущение того, что ваша жизнь что-то значит, что вы вносите ценный вклад в жизнь всего мира.
- **самопознание и самосознание** Для полной самореализации вы должны знать, кто вы и почему думаете и чувствуете именно так. Только поняв и приняв себя, вы можете начать двигаться вперед в остальных областях собственной жизни.
- **ощущение самореализации** Это точное знание того факта, что вы движетесь к полной реализации своего потенциала как человека.

Человеку под силу «вырастить самого себя», если он действительно хочет и стремится к этому.

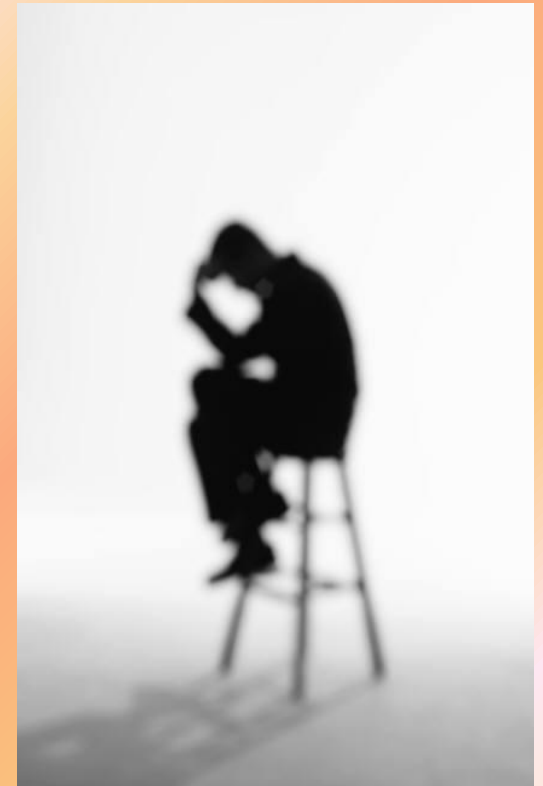


**Что же нужно
делать для
собственного
развития?**



1) ПРИСЛУШАЙСЯ К СЕБЕ

- **Не бойся экспериментировать, рассматривай несколько вариантов.**
- **Прислушивайся к своему сердцу, попытайся понять, чего хочется именно тебе.**



2) АНАЛИЗИРУЙ ОШИБКИ

- Относись к своим ошибкам как к неусвоенным урокам.**
- Не бойся совершать ошибки и «наступать на одни и те же грабли».**



3) ПРИНИМАЙ «ВЫЗОВЫ» ЖИЗНИ



- Преодолей свой страх, не стесняйся, постарайся относиться спокойней к сложным ситуациям.

4) ПОЛУЧАЙ НОВЫЙ ОПЫТ

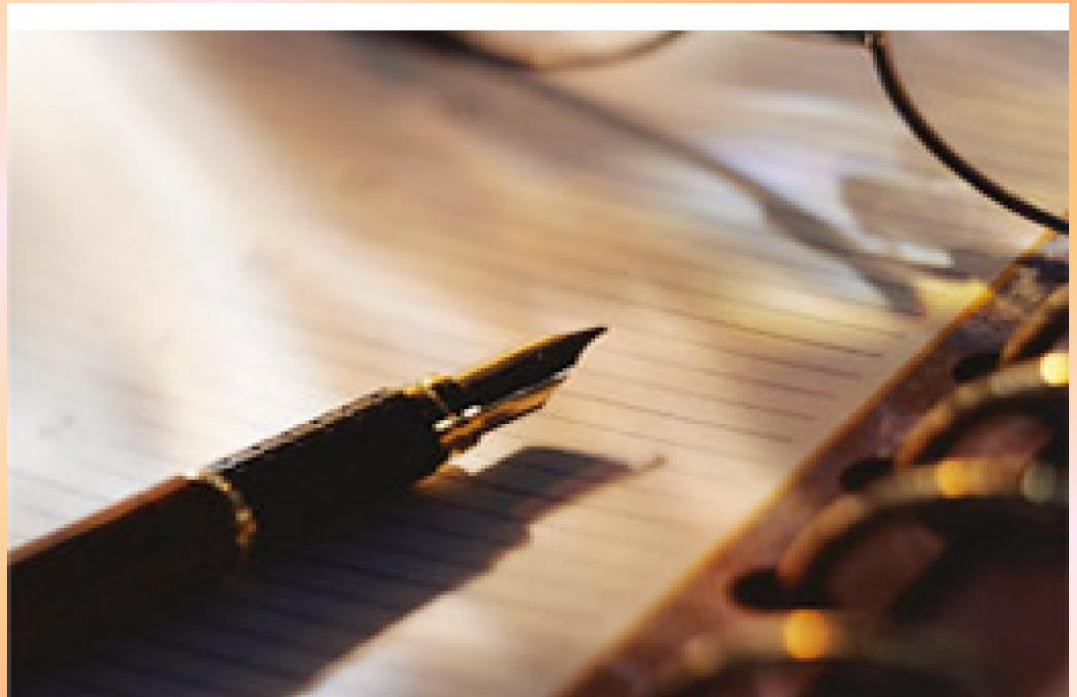
**Не стоит бояться
перемен, чего-то
нового.**

Просто пробуй!



Саморазвитие представляет собой комплекс таких элементов:

- **карьера,**
- **здоровье,**
- **отношения,**
- **духовность,**
- **интеллект.**



Для совершенствования каждого компонента саморазвития нужно составить план, состоящий из пунктов, которые помогут достичь успеха.



**Стимулируй свою заинтересованность,
развивайся интеллектуально, стремись к
всестороннему развитию.**



**Покажи себе, что ты
можешь достигать
вершины и быть
счастливым!**

- А ЧТО ШКОЛА???

-ШКОЛА создает все для того
чтобы педагог и учащийся
развивались!!!

ДЛЯ ПЕДАГОГА

- в уважении к его личности, к его мнению, индивидуальности;
 - в стремлении поддержать инициативу, индивидуальные творческие проявления, обеспечить признание и личностный рост;
- в особом внимании к мотивационной работе по присвоению целей инновационной деятельности;
- в создании условия для совместной педагогической, а затем индивидуальной творческой профессиональной деятельности;

– ЕЩЁ?

- в организации работы по передаче некоторых функций управления педагогами и учащимися через деятельностные формы контроля и самодиагностики (самоанализ, уроки, анализ промежуточных результатов собственной деятельности, анкеты, тренинги и др.) .

–А УЧАЩИЕСЯ???

- поддержка их развития,
- проявления инициативы,
- признание значимости ученического самоуправления,
- работы по самооцениванию, самокоррекции на уроках.

Спасибо за внимание!