



*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

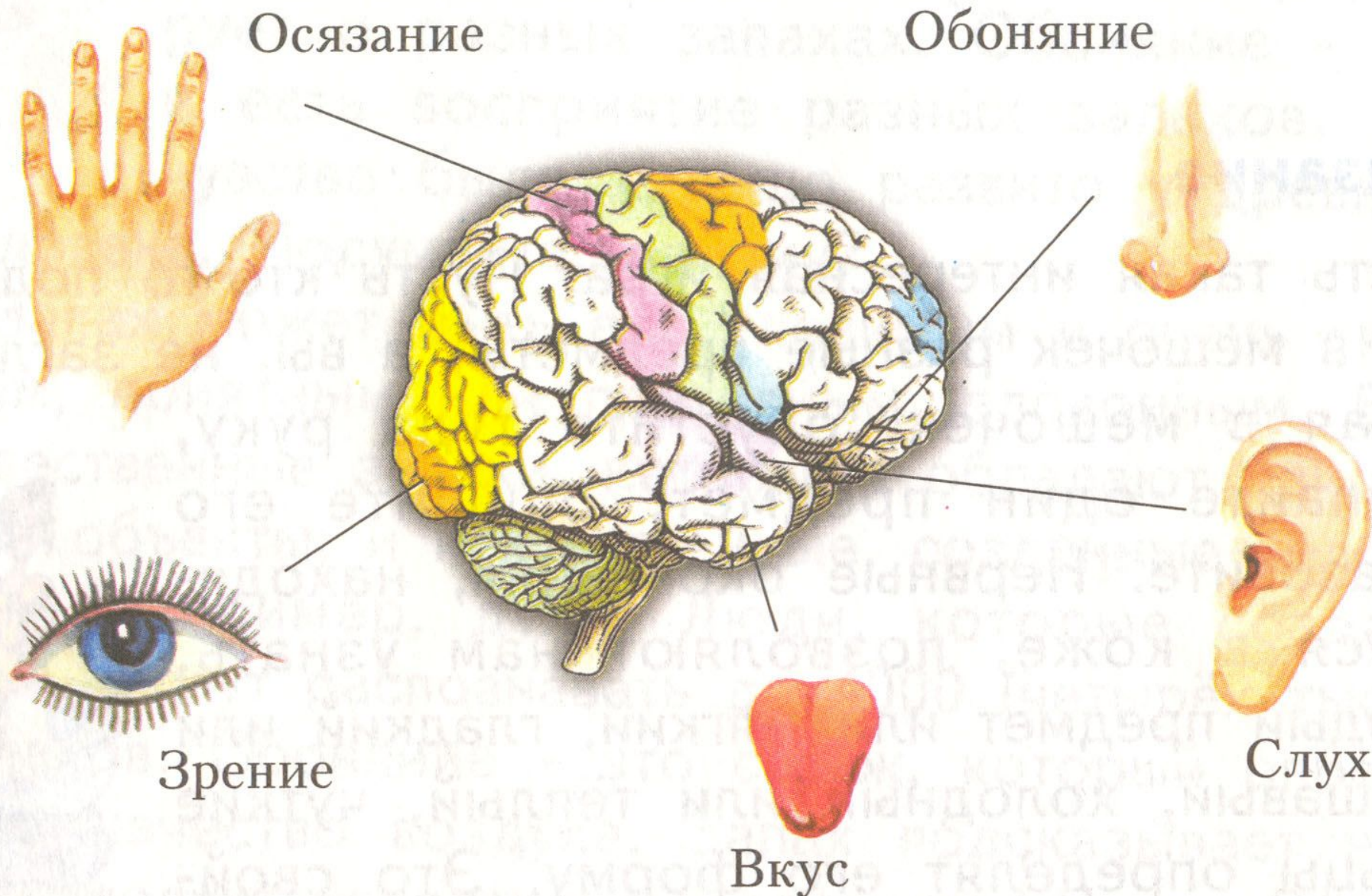
Язык, речь (называются
предметы, описываются
их свойства и
признаки)

**Исти
на**

**Суждения,
умозаключения**

**Формулирует вопросы,
выводы, теории**

Познание через ОРГАНЫ ЧУВСТВ





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)

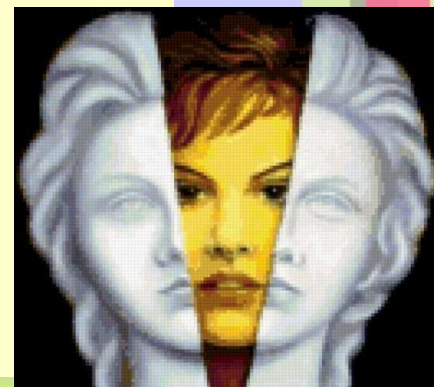
Я- фантастическое
(в мечтах)

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?

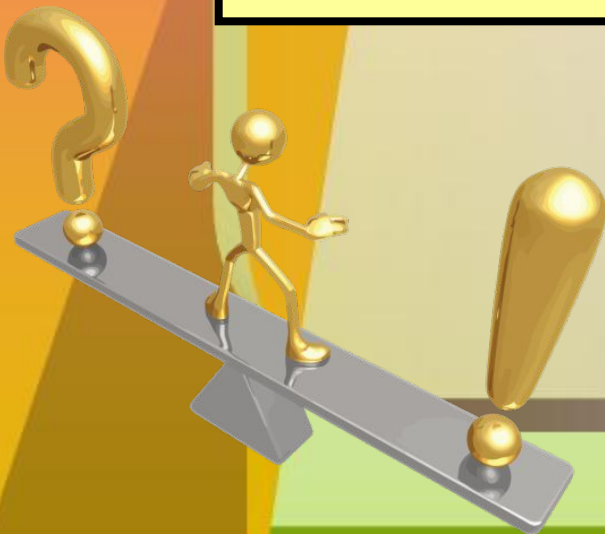
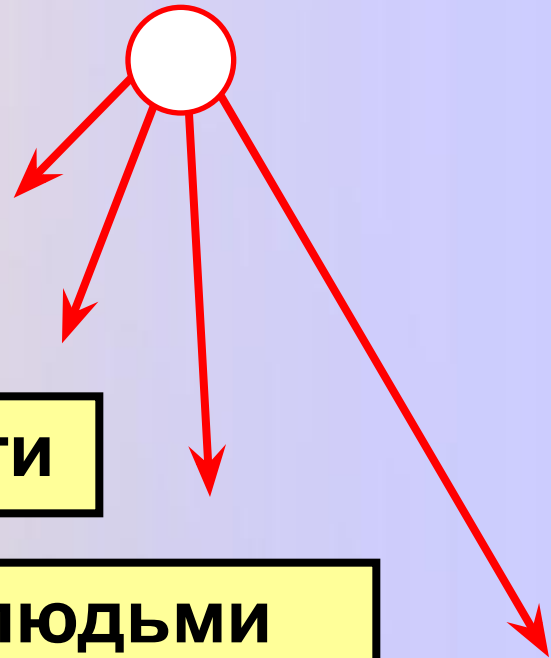
САМОСОЗНАНИЕ

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] --> D((Само оценка)); B[высокая] --> D; C[низкая] --> D;
```

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

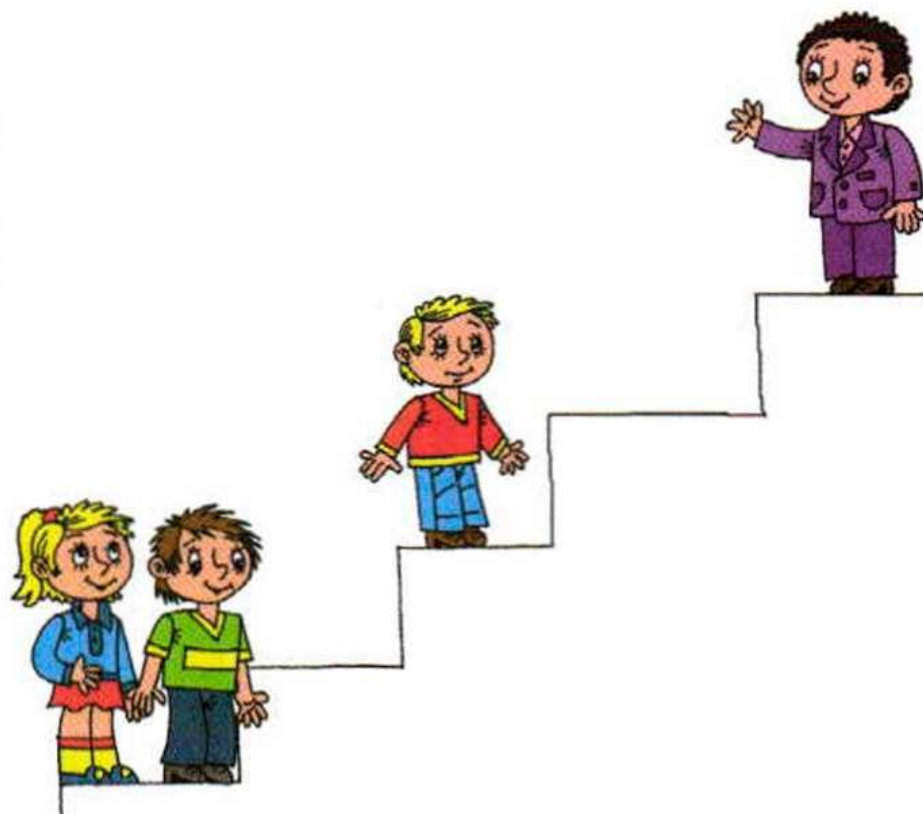
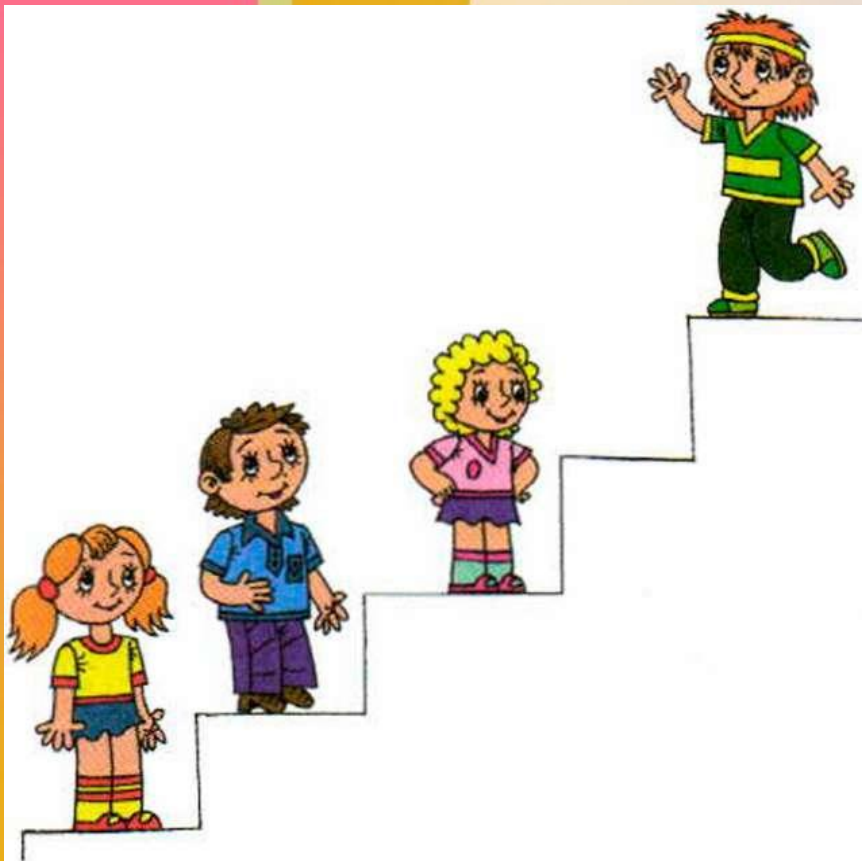


Рисунок Марины

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