



# ЛЕНЬ – КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ

ВЫПОЛНИЛА:

МАРЧЕНКО ЕКАТЕРИНА ГЕРМАНОВНА,

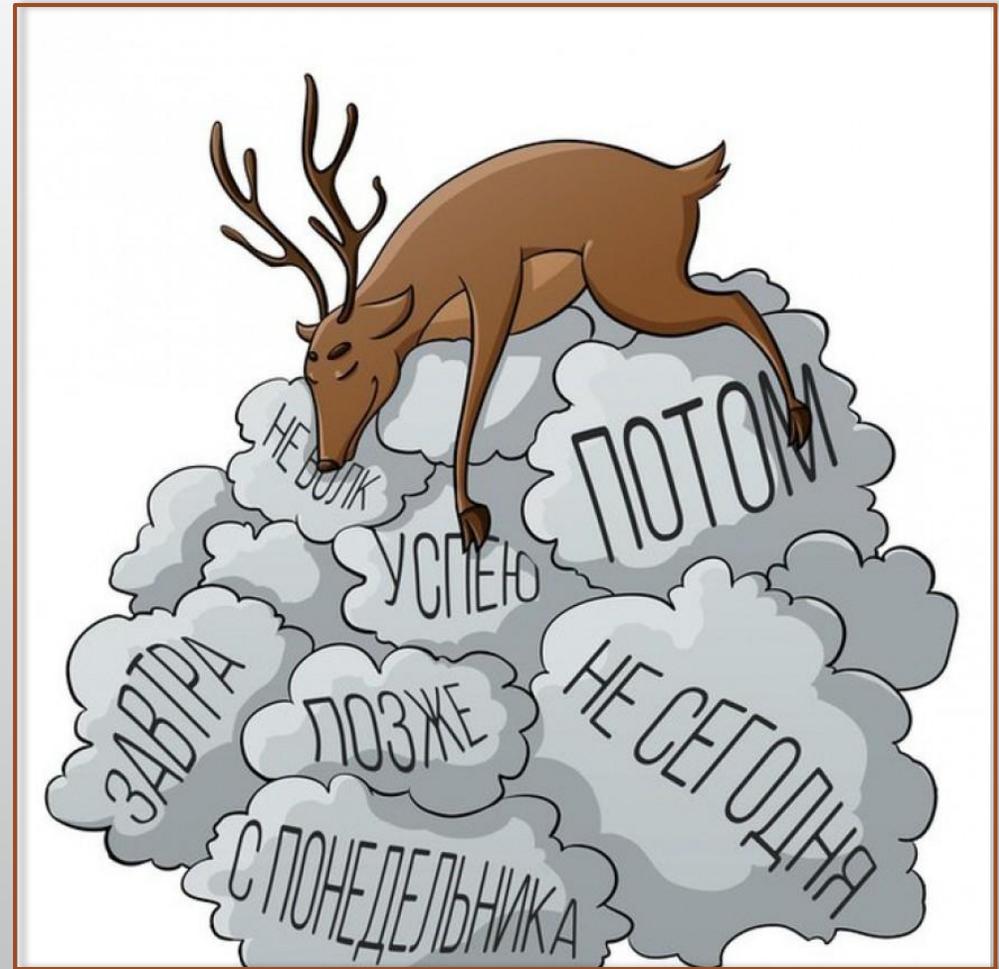
№1032201891, СВЭБД-02.20



## ЦЕЛЬ: ИЗУЧИТЬ ЛЕНЬ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ.

### ЗАДАЧИ:

- ОЗНАКОМИТЬСЯ С ЛИТЕРАТУРОЙ ПО ТЕМЕ;
- ИЗУЧИТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ЛЕНИ;
- ИЗУЧИТЬ ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЛЕНИ;
- ИЗУЧИТЬ МЕТОДЫ БОРЬБЫ С ЛЕНЬЮ;
- СДЕЛАТЬ ВЫВОДЫ.



## ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ЛЕНИ

- Лень позволяет выявить **переутомление**;
- Лень может помочь выявить одно из **психических заболеваний**, симптомом которого она является.



# ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЛЕНИ

- ПРОСТОЕ ЖЕЛАНИЕ ОТДОХНУТЬ, ВОССТАНОВИТЬ СИЛЫ;
- НЕСОВПАДЕНИЕ ЖЕЛАЕМЫХ ДЕЙСТВИЙ С ДЕЙСТВИЯМИ, КОТОРЫЕ МЫ ОБЯЗАНЫ СОВЕРШАТЬ;
- ПОДСОЗНАТЕЛЬНОЕ ОЩУЩЕНИЕ НЕНУЖНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПОСТАВЛЕННОЙ ЗАДАЧИ;
- НЕПОДГОТОВЛЕННОСТЬ К РЕШЕНИЮ ПРЕДСТОЯЩИХ ЗАДАЧ;
- ОТСУТСТВИЕ ПРИВЫЧКИ К БОДРОЙ И ДЕЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ;
- ОТСУТСТВИЕ ЧЁТКОГО ПЛАНА ДЕЙСТВИЙ.

# МЕТОДЫ БОРЬБЫ С ЛЕНЬЮ

- Установить причину лени – **устранить** причину лени.

**ЛЕНЬ ПОБЕДИТЬ ЛЕГКО,  
НО ЛЕНЬ.**



- **Выработать новую полезную привычку** вместо старой вредной.

- Найти **мотивацию**, заинтересовать себя.

# ВЫВОДЫ

- Лень можно рассматривать и как положительное качество, и как отрицательное, но чаще лень считают пороком.
- Стоит различать недисциплинированность и симптомы психосоматических заболеваний.
- Главная причина возникновения лени – отсутствие мотивации.
- Чтобы избавиться от лени, нужно устранить причины её возникновения: в первую очередь – найти мотивацию.

- ЛЕНЬ В ПРЕДСТАВЛЕНИЯХ ОБЫДЕННОГО СОЗНАНИЯ / МИХАЙЛОВА Е. Л. // ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ / ПОД РЕД. Л. А. КОРОСТЫЛЁВОЙ. — СПБ.: ИЗД-ВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО УН-ТА, 2004. — ВЫП. 8. — С. 274—282.
- [HTTPS://RU.WIKIPEDIA.ORG/WIKI/%D0%9B%D0%B5%D0%BD%D1%8C](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D0%BD%D1%8C)
- [HTTPS://ZEN.YANDEX.RU/MEDIA/ID/5BA4AC4B3F25CD00AB200488/LLEN-CHTO-ETO-TAKOE-S-PSIHOLOGICHESKOE-TOCHKI-ZRENIIA--5BA8F2B20ED93900AA2FA2C9](https://zen.yandex.ru/media/id/5ba4ac4b3f25cd00ab200488/len-chto-eto-takoe-s-psiholo-gicheskoe-tochki-zrenia--5ba8f2b20ed93900aa2fa2c9)

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**