

Презентация на тему:
«Самосознание личности. Самооценка и уровень притязаний.»

**Над презентацией работали
Студенты группы Э-3.1
Рыжаков В.А
Плетёнев М.С**

Содержание:

- *Актуальность**
- *Цель**
- *Самосознание**
- *Самооценка**
- *Уровень притязаний**
- *Заключение**

Актуальность темы:

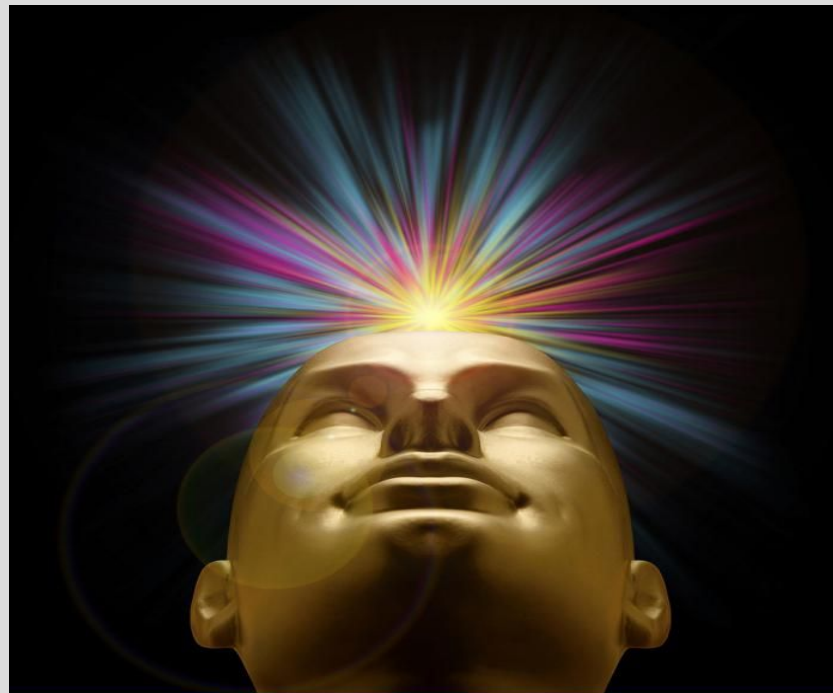
- **В наше время самосознание влияет на большинство наших начинаний, действий, поступков и прочей деятельности. Самооценка и ее уровень очень важен в нашей профессии, впрочем, она важна во всем. Мы считаем, что ее уровень нужно постоянно развивать и двигаться вперед. Именно по-этому эта тема весьма актуальна в наши дни.**

Цель:

- Рассказать о самооценке и уровне притязании, как они между собой связаны и повышении их уровня.

Самосознание

- это сознание человеком своего взаимодействия с объективным миром и миром субъективным (психикой), своих жизненно важных потребностей, мыслей, чувств, мотивов, инстинктов, переживаний, действий.



Самооценка

- Это оценка человеком своих собственных качеств, достоинств и умений.



- **Методы повышения самооценки:**

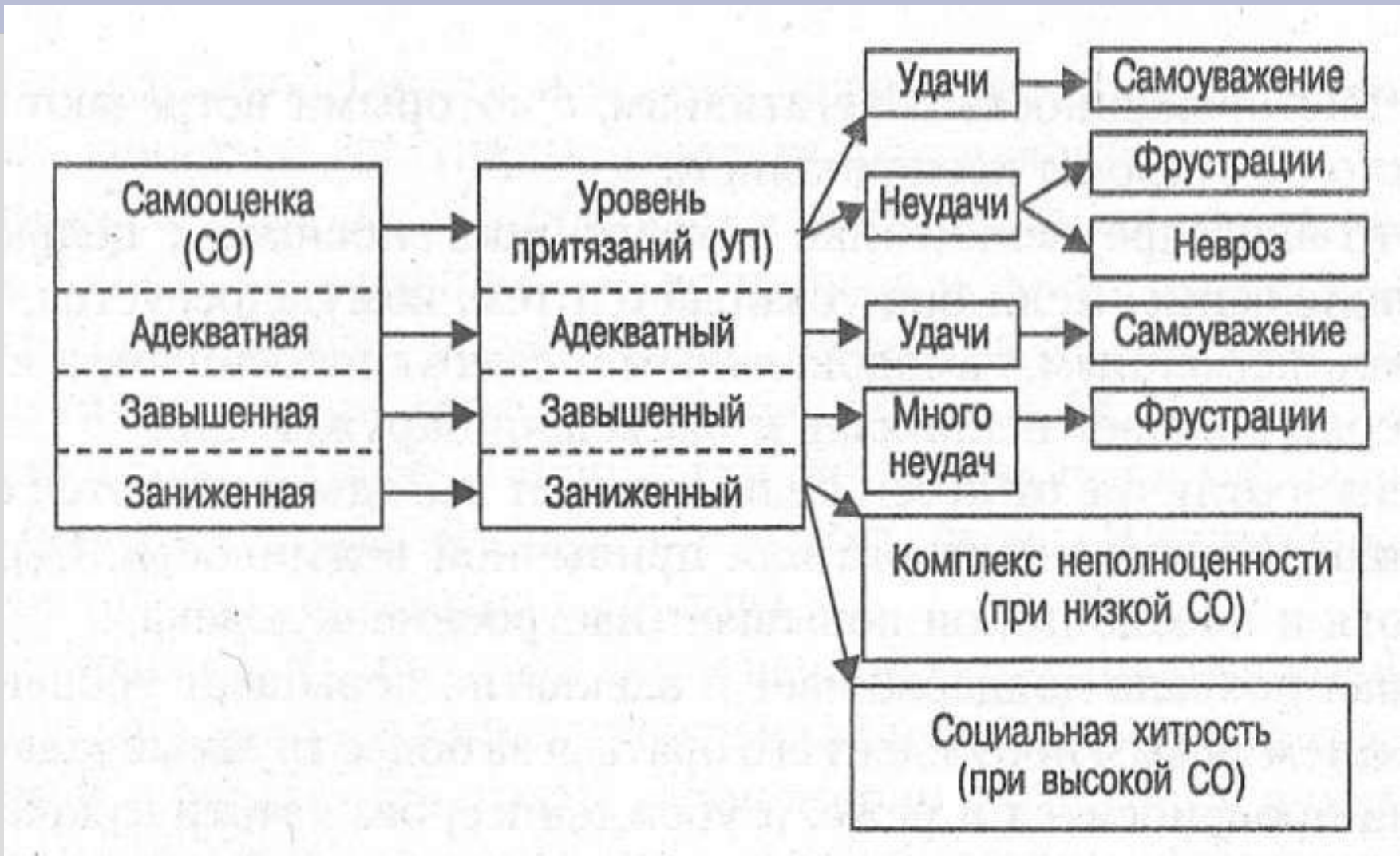
- Отказаться от любой деструктивной критики и самокритики.
- Перестать винить себя и оправдываться.
- Больше общаться с позитивно настроенными и уверенными в себе людьми.
- Быть терпеливым с самим собой.
- Прекратить жалеть себя и других.

Уровень притязаний.

- Это степень трудности задач, которые человек ставит перед собой.



Влияние самооценки на уровень притязаний.



Использованная литература:

*<http://www.psychologos.ru/>

*<http://ru.wikipedia.org/>

*<http://esoteric-land.ru/>

*Психология и этика делового общения. Под ред. Лавриненко В.Н.

*Спасибо за
внимание!!!*