

САМОЦЕННОСТЬ СОВРЕМЕННОЙ ЛИЧНОСТИ

В контексте 60-летия первого полета человека в космос



Что же такое самоценность?



Самоценность – это одна из важнейших составляющих частей личности и механизм управления собственным поведением.



Это уверенность в собственной значимости и необходимости для окружающих, в своей уникальности.



Самоценность личности представляет собой структуру, которая позволяет **человеку** жить в гармонии с собой и окружающими.



Как самоценность повлияла на Юрия Гагарина?



Самоценность напрямую связана с нашим ощущением себя. Когда человек занимается любимым делом, делает успехи, достигает новых вершин, его самооценка растет. Он чувствует свою важность, что он не зря живет, его существование делает мир лучше, а жизнь наполнена смыслом.



Формирование самооценности

Самоценность – не врожденное качество. Оно формируется в нас по мере формирования личности и может меняться на протяжении всей жизни. Наибольшее влияние на восприятие человеком самого себя имеют родители или тот, кто его воспитывал.

На какие сферы жизни личности влияет самооценность?



На отношения с людьми. Если человек не любит и не уважает себя, свое время, свои способности и ресурсы, от него будет веять неуверенностью, как бы он это не скрывал.



На деньги и карьеру. Если считаем, что не заслуживаем большего - большего и не будет.



На качество жизни. Если осознаешь свою ценность - не позволишь себе терпеть, страдать, испытывать боль по собственной воле, ставить себя на последнее место в приоритетах.



СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!