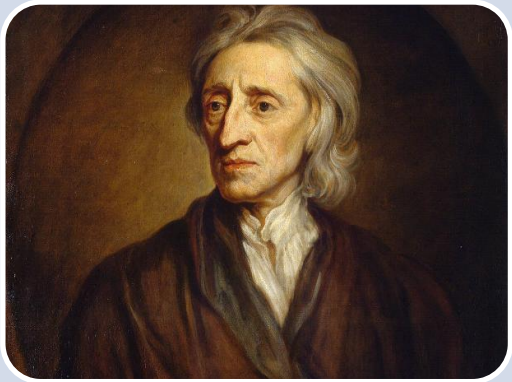
Самопознание и развитие личности

Самопознание издавна привлекало внимание философов:



Человек познает себя интуитивно на основе рефлексии (осмысления жизненного опыта, который расширяется с годами).

Дж. Локк

Самосознание необходимая предпосылка нравственности и моральной ответственности.

И.Кант

Рассматривал сознание в развитии; при изучении самосознания он выделял ступени, соответствующие фазам развития человеческой деятельности

Г. Гегель

Самосознание

Проблема: объект и субъект познания совпадают.

Самосознание: определение человеком себя как личности, *способной принимать самостоятельные решения*, вступать в определенные отношения с другими людьми и природой.

Готовность человека нести ответственность за принимаемые им решения и совершаемые действия – важнейший признак самосознания

Временные рамки процесса самосознания???

Самореализация -

процесс наиболее полного выявления и осуществления личностью своих возможностей, достижения намеченных целей в решении лично значимых проблем, позволяющий максимально полно реализовать творческий потенциал личности.

- *Человек должен знать свои особенности, чтобы реализовать себя.*

Особенности самовосприятия:

1. Настоящего лица своего в зеркале человек практически не видит, как не слышит он и своего голоса.

2. Мы бессознательно формируем свой образ «Я».

3. Внешность человека не только значима для него самого, она оказывает влияние на восприятие человека другими людьми.

4. Но все - таки: «Встречают по одежке, провожают по уму».

Как не ошибиться в оценке

- **Самооценка** = отношение к собственной внешности + представления о своих способностях + отношение к себе других людей.

  Самооценка субъективна.

- **Самооценка** = собственные суждения + мнения других людей о Вашей персоне.

- **Два пути оценки:**

- *1. Сопоставляя уровень своих притязаний с объективными результатами деятельности;*
- *2. Сравнивая себя с другими людьми.*

Три важных момента для понимая самооценки

1. Самооценка = успех/притязание.

Повысить самооценку можно либо *добившись чего-то*, либо *снизив уровень притязаний*.

Притязание - стремление получить что-либо, предъявление своих прав на что-либо

2. Люди склонны *оценивать себя* так, как их *оценивают другие*.

3. Самооценка зависит от нашего отношения к собственным успехам и неудачам .

Развитие самосознания и формирование личности.

От простого к сложному.

- 1. Восприятие себя как активного субъекта.
- 2. Период развития самооценки.

а) дошкольный период;

б) школьный период;

- 3. Развитие моральной оценки.

Я – концепция

- Совокупность всех представлений о различных сторонах своей личности и организма. Состоит из многочисленных образов – Я.

Критерии выделения образов «я»

Критерий	Пример
По временной отнесенности:	Я – настоящее, Я – прошлое, Я – будущее или Я в 15 лет, Я в 30 лет и т.д.
По содержанию:	Я – физическое, Я – умственное, Я – эмоциональное, Я – социальное.
По источнику информации:	Я глазами мамы, Я глазами друга и т.д.

Идентичность – центральное место в осмыслении собственного развития

Три основных аспекта:

1. Опирается на осознание временной протяженности собственного существования.

2. Предполагает восприятие собственной целостности, единства, тождественности самого себе.

3. Позволяет определить степень своего сходства с разными людьми при одновременном видении своей уникальности и неповторимости.

Измерения идентичности:

Вид	Результаты
1. Описание себя через принадлежность к определенной категории людей и через предпочитаемые виды деятельности и вкусы.	1. Я – ученик, Я – любитель современной музыки и т.п.
2. На основе описания официального социального статуса и личностных черт.	2. Я – россиянин, Я – смелый, Я – решительный и т.п.
3. Состоит из характеристик личности, социально одобряемых или не одобряемых.	3. Я не люблю подлецов, Я стараюсь быть честным и т.п.

Варианты обретения идентичности у подростков:

Вариант	Характеристика
1. Диффузная идентичность	1. Отсутствие у подростка каких-либо профессиональных и идеологических моделей своего будущего и малой озабоченности проблемы выбора.
2.Предрешенная идентичность	2.Подросток делает выбор не в результате внутреннего конфликта, а под влиянием окружающих.
3.Кризис	3.Подросток не может сделать важный для него выбор, откладывая его на будущее.
4.Реализованная идентичность	4. Подросток делает свой выбор осознанно и вполне самостоятельно.