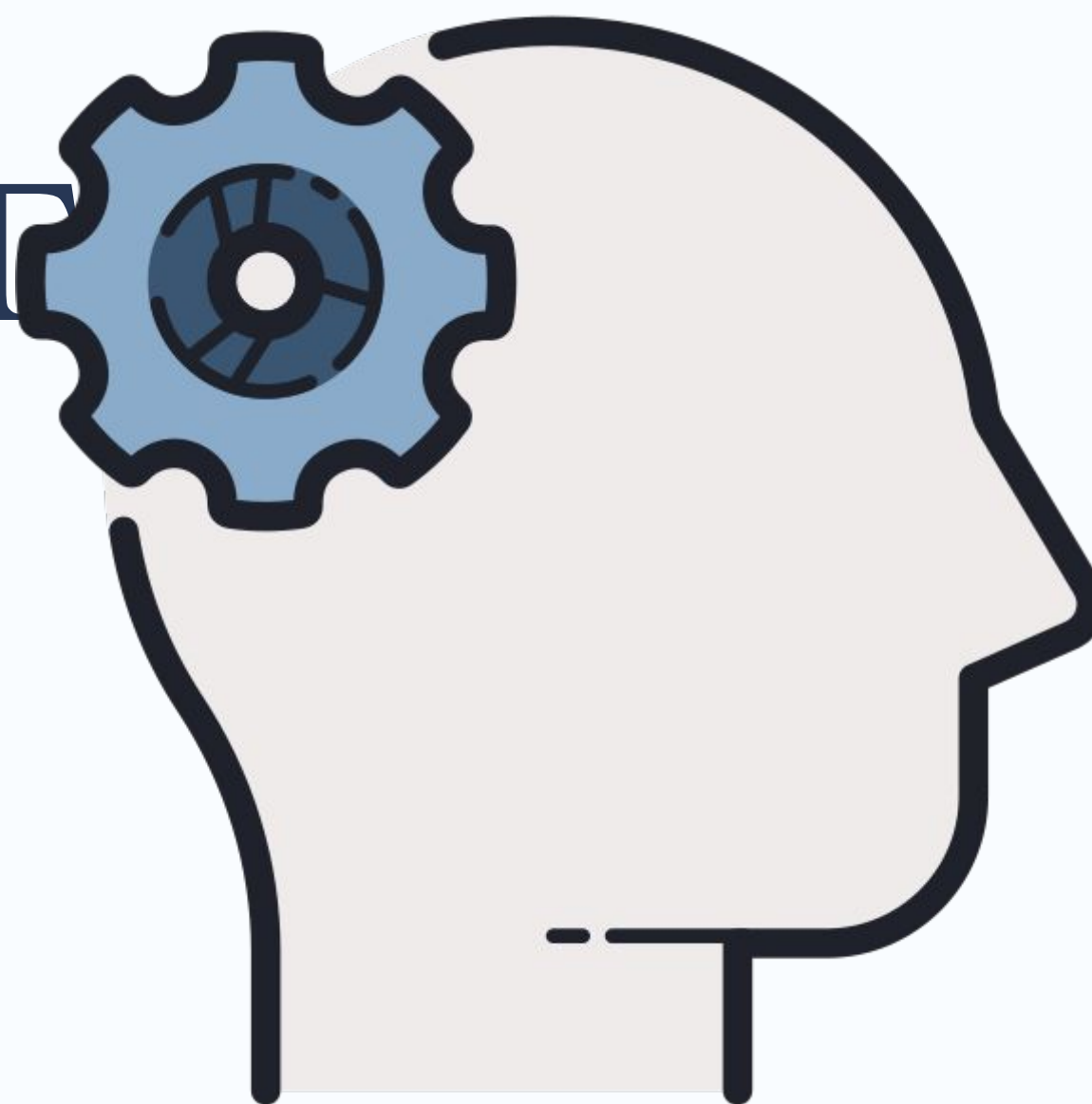


Познание

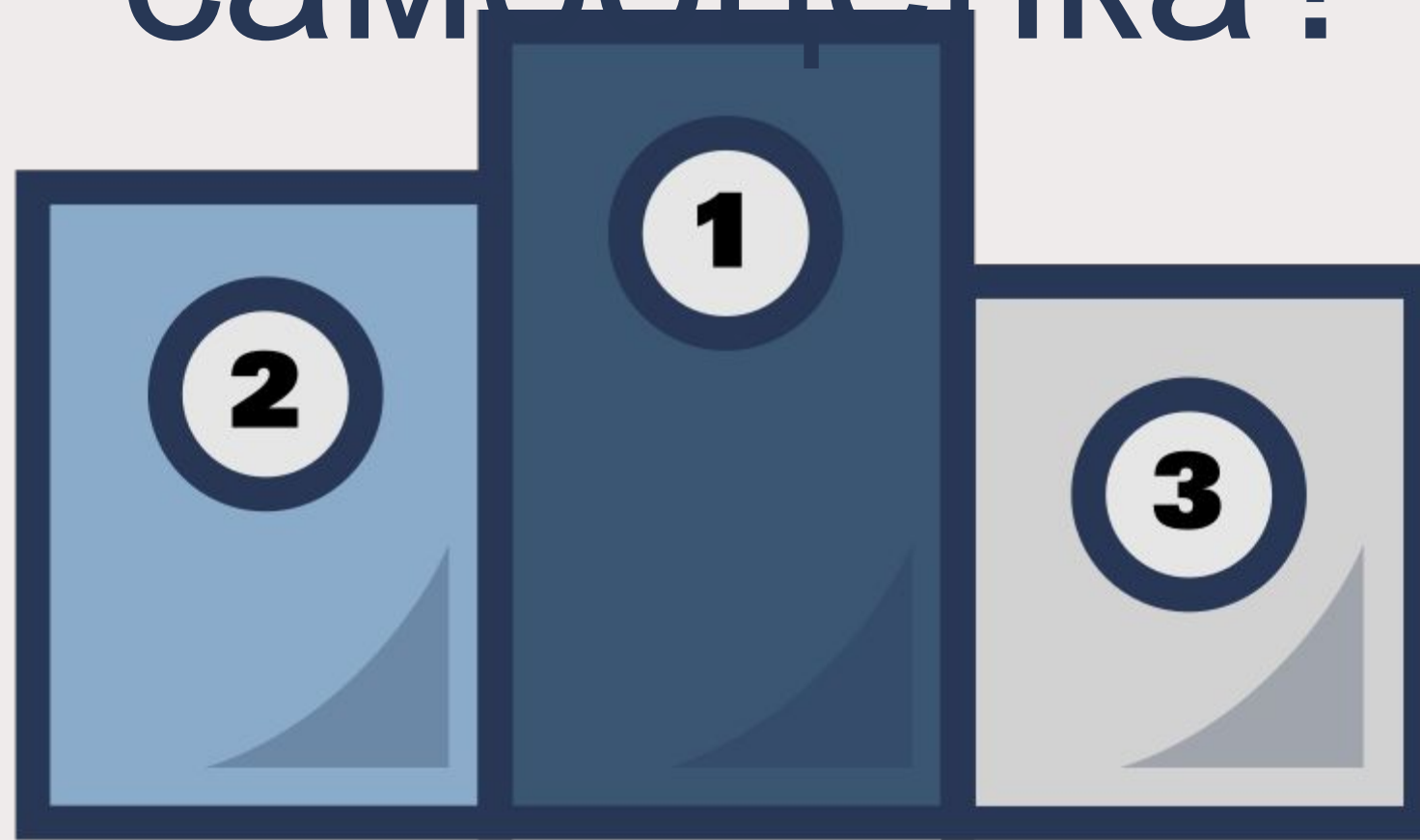
человеком самого

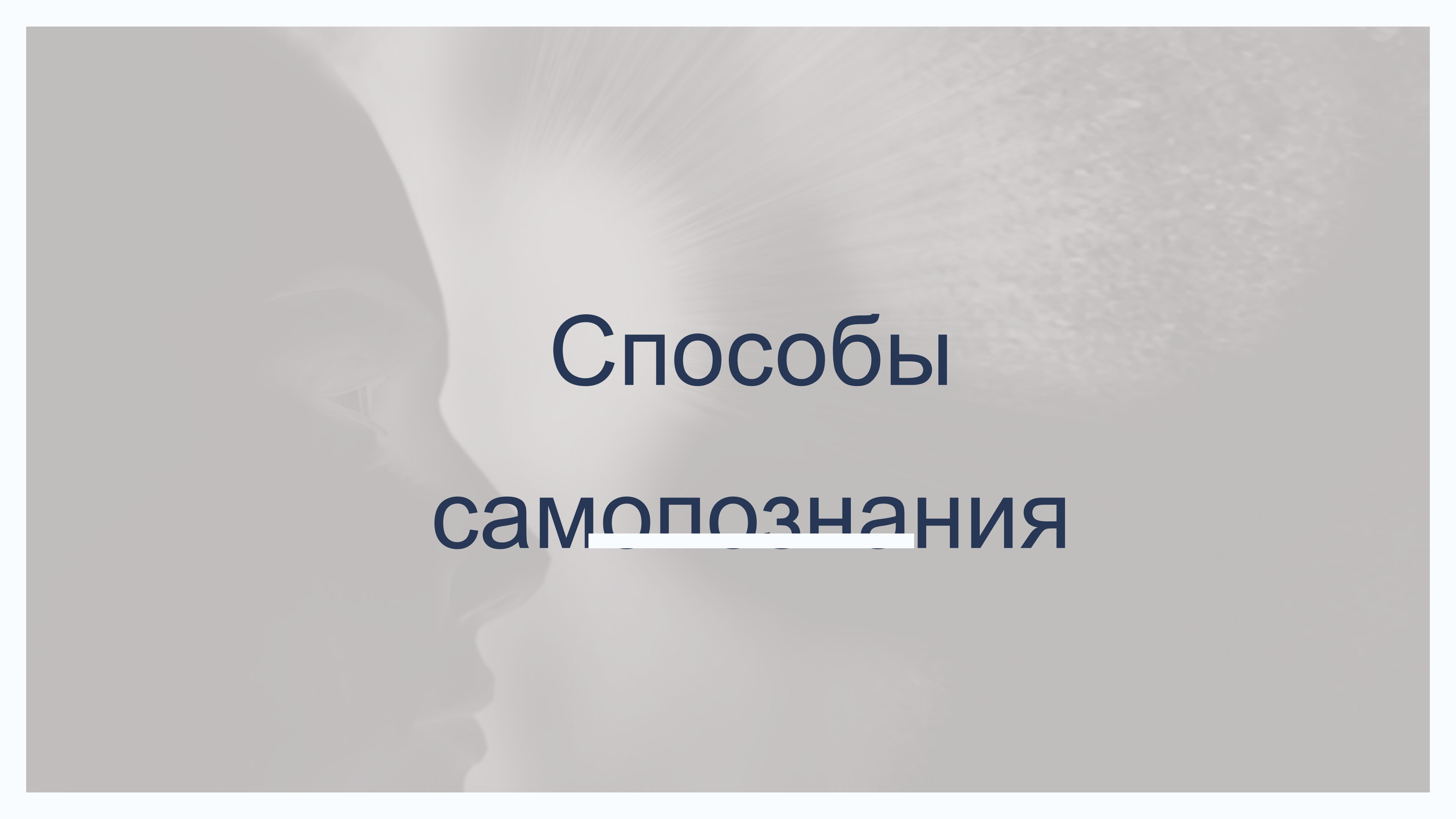
себя

9 класс, обществоведение

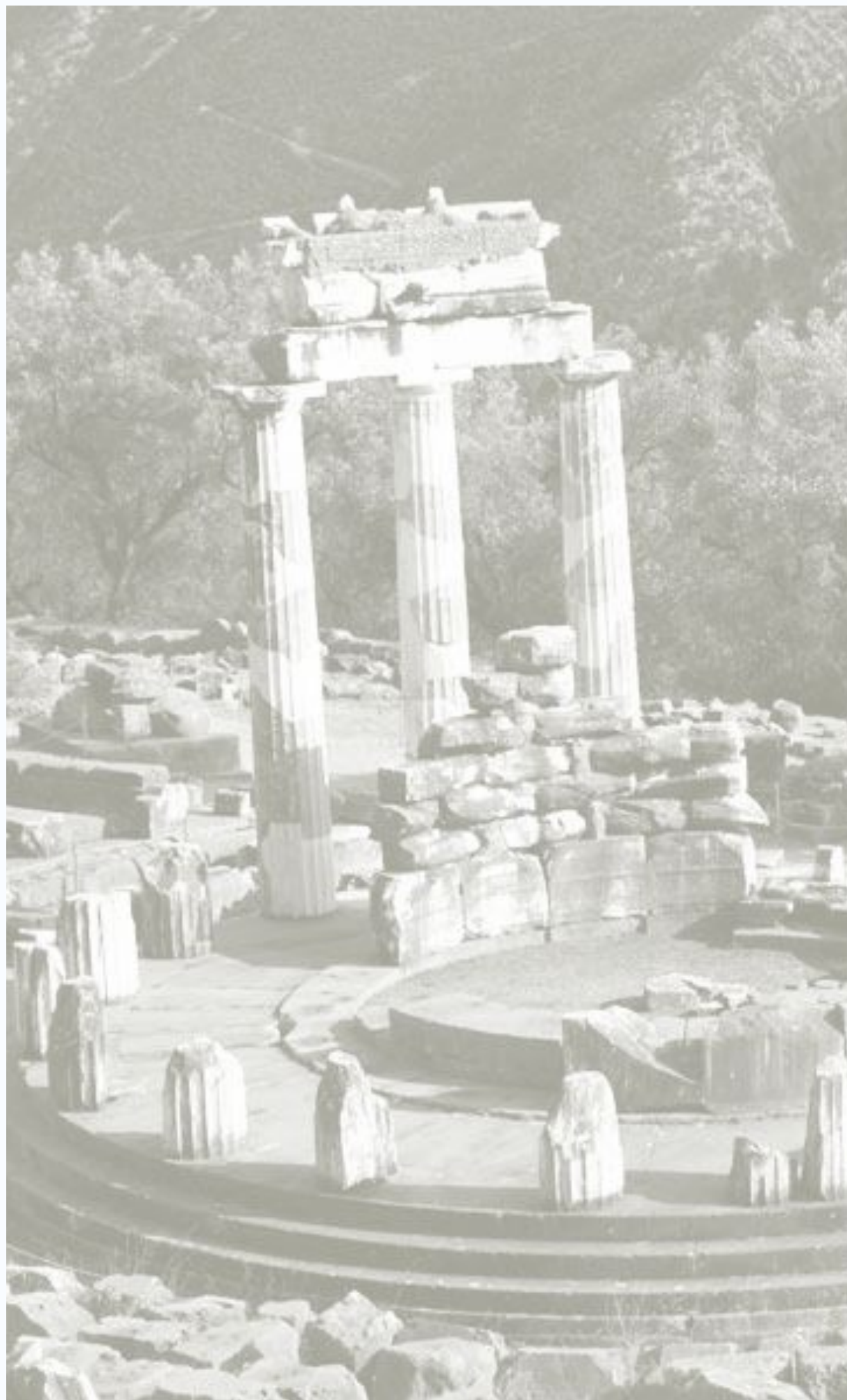


Самопознание =
самооценка?





Способы самопознания



«ПОЗНАЙ САМОГО СЕБЯ»

**НАДПИСЬ НА КОЛОННЕ
ДРЕВНЕГРЕЧЕСКОГО
ХРАМА АПОЛЛОНА В ДЕЛЬФАХ**

МЕТОДЫ

САМОПОЗНАНИЯ

САМОНАБЛЮДЕНИЕ

САМОАНАЛИЗ

СРАВНЕНИЕ

САМООТЧЁТ

ПОНИМАНИЕ ОЦЕНКИ ДРУГИМИ

"Окно ДЖОХАРИ"

	Мне известно	Мне неизвестно	
Известно другим	А – открытое То, что я знаю и себе и охотно рассказываю другим	В – слепое пятно То, чего я не знаю о себе, но знают другие	Известно другим
Неизвестно другим	Б – скрытое То, что я знаю о себе, но не рассказываю другим	Г – неизвестное То, чего не знаю о себе я и не знаю другие	Неизвестно другим
	Мне известно	Мне неизвестно	

A group of young women with long blonde hair are sitting on the floor, looking thoughtful or distressed. They have their hands on their heads, suggesting a state of mental struggle or self-reflection. The background is a plain, light-colored wall.

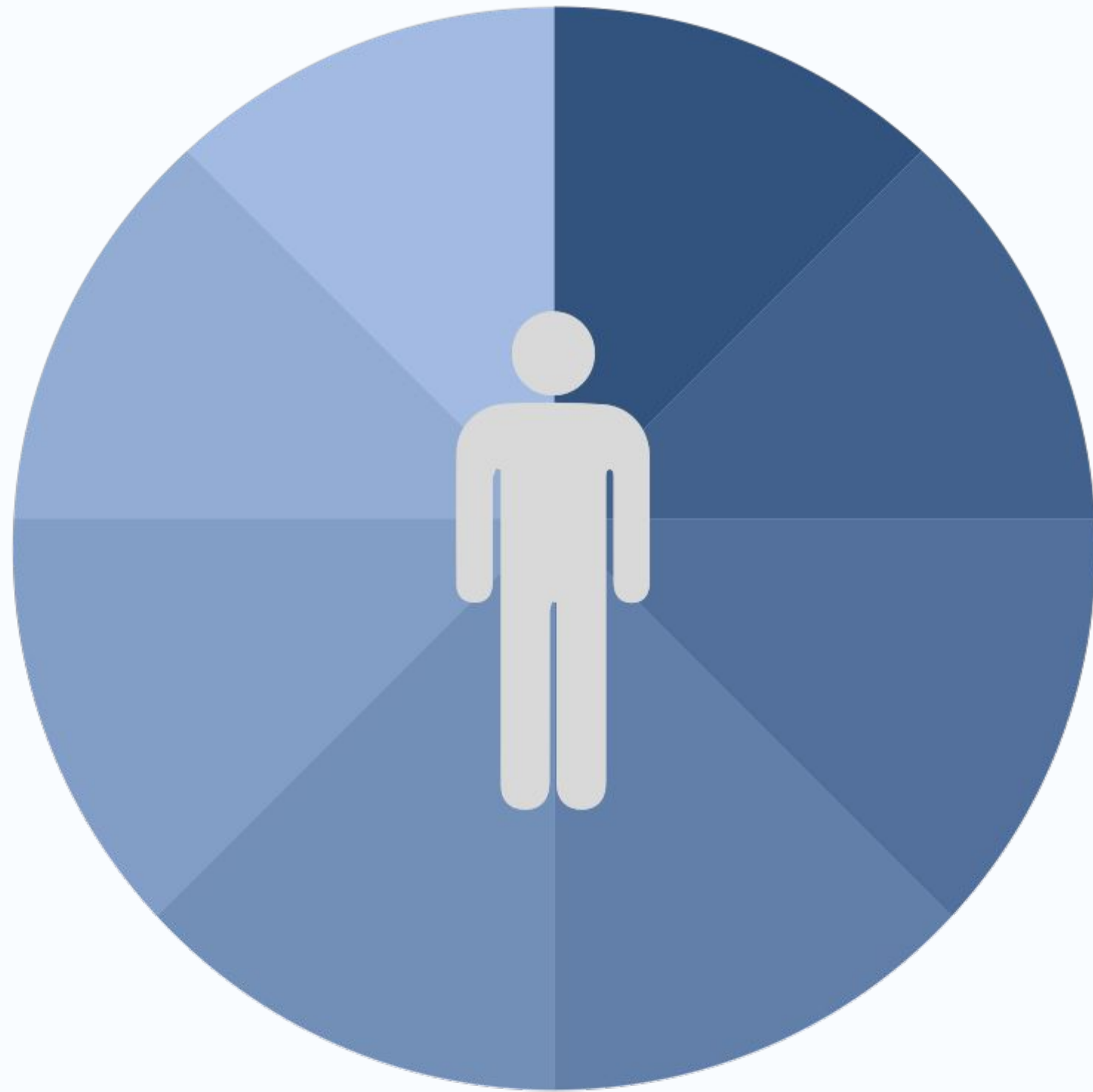
Я-концепция и самооценка личности

Я-КОНЦЕПЦИЯ

ДОСТАТОЧНО УСТОЙЧИВОЕ, В БОЛЬШЕЙ ИЛИ
МЕНЬШЕЙ МЕРЕ ОСОЗНАННОЕ И ВЫРАЖЕННОЕ В
СЛОВЕСНОЙ ФОРМЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА О
САМОМ СЕБЕ.



Я-ОБРАЗЫ



- **Я-РЕАЛЬНОЕ**
- **Я-ЖЕЛАЕМОЕ**
- **Я-ИДЕАЛЬНОЕ**
- **Я-ФАНТАСТИЧЕСКОЕ**
- **Я-ПРОШЛОЕ**
- **Я-ОЖИДАЕМОЕ**
- **Я-ВООБРАЖАЕМОЕ**

САМООЦЕНКА

ЦЕННОСТЬ, ЗНАЧИМОСТЬ, КОТОРЫМИ НАДЕЛЯЕТ СЕБЯ

ЧЕЛОВЕК КАК ЛИЧНОСТЬ ЦЕЛИКОМ, А ТАКЖЕ

ОТДЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ СВОЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ,

ПОВЕДЕНИЯ, ХАРАКТЕРА.



Формула самооценки

УСПЕХ



УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ





Пути саморазвития

ЛИЧНОСТИ

СПОСОБЫ САМОРАЗВИТИЯ



**ПЛАНИРОВАНИЕ
ЛИЧНОСТНОГО
ДУХОВНОГО РОСТА И
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ**

ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ

**САМОПООЩРЕНИЕ
ЗА ДОСТИГНУТЫЕ
УСПЕХИ**

**СОЗНАТЕЛЬНОЕ
ПРИНЯТИЕ НА СЕБЯ
ОБЯЗАТЕЛЬСТВ
ПЕРЕД ДРУГИМИ
ЛЮДЬМИ**

Самопознание =
самооценка?

