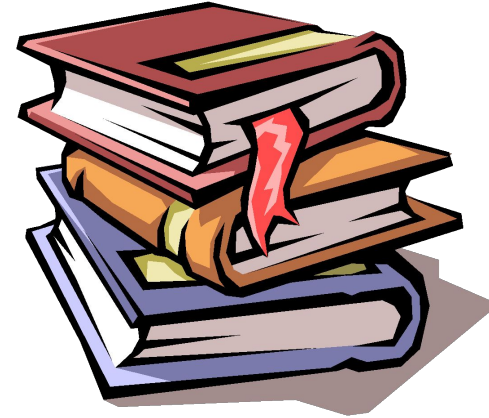


Тема урока: **Самопознание**

**План.**

1. Самопознание и его этапы.
2. Самооценка.
3. Самоисповедь и самооценка.



# Этапы самопознания:

1

1

11. Самоузнавание, различение себя от внешнего мира

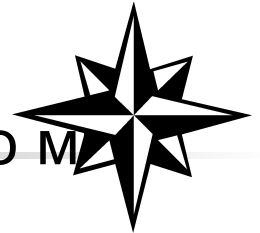
2. Самовосприятие

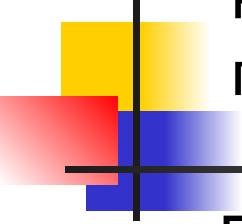
3. Формирование представления о собственном образе:

а) внешности

б) способностях

в) чертах характера и отношении с себе других людей.





«Каждый человек, подобно Луне, имеет свою неосвещенную сторону, которую он никому не показывает» (М.Твен)

---

«Пришел, увидел, победил!» (А.Македонский)

«Наследственность – автобус, в котором нас сопровождают наши предки; то и дело, кто-нибудь из них высовывается оттуда, ошеломляя нас своим появлением» (О.Холлиз)

«Я не знаю, кем был мой дед, гораздо больше меня занимает, кем будет его внук» (А.Линкольн)



## Подсознание («Оно») включает:

---

- **биологические потребности:** отправления естественных надобностей, сексуальные желания. потребность в пище, защите от холода и т.п.;
- **вытесненные желания:** безуспешные попытки добиться чьей-то любви, не реализовавшиеся мечты, затаенная обида, скандальные или компрометирующие поступки.



## Сознание («Я») –

---

совокупность рассудочных правил; компонента личности, которая формируется в процессе воспитания.

Сознанием управляет принцип реальности. Он вынуждает человека во всем слушаться рассудка, извлекать выгоду, все подвергать сомнению.

Рассудочное «Я» делает нас прагматичными, предприимчивыми, способными добиваться успеха и выходить из трудных ситуаций.



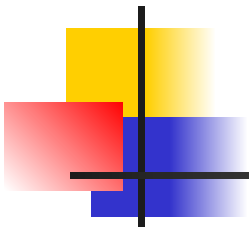
## **Сверхсознание («Сверх -Я») –**

---

это закрепившиеся в человеке культурные нормы, правила, требования, запреты, стереотипы, законы.

«Сверх -Я» - среда обитания нравственных чувств (бескорыстной любви к ближнему, Богу, сострадание, совесть, чувство вины, долга и т.д.)

## *Проверим, как вы решили тесты:*



1. В

2. Б

3. В

4. В

5. А – 1, 2; Б – 1, 4

Шкала оценок:

+ 8 – «5»

+ 7 – «4»

+5-6 – «3»

**Молодцы!**