

САМОПОЗНАНИЕ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

Алексеева Кристина Петровна

студент Ульяновского государственного технического университета, РФ, г. Ульяновск

Самопознание - это способность человека к личным исследованиям, выявлению определенных психофизических особенностей. Оно включает в себя понимание собственных мыслей и желаний, личных качеств и реакций. Даже если мы проанализируем термин с морфологической точки зрения, мы получим слова: «я» и «знание». Из них можно сделать элементарный вывод о прямом значении этого понятия.

Процесс познания - это постановка человеком вопросов о сторонах реальности, которые его интересуют, поиск ответов на вопросы, постановка задач, и их решение. По сути, познание - это совокупность знаний, возникающих из ответов на вопросы и решения проблем. Акты познания, в том числе те, которые впоследствии принимают социальную форму и определяют прогресс человечества, совершаются в сознании конкретных людей в процессе их мышления. Знание своего «я» развивается, когда человек изучает мир и основные его черты. То есть человек со временем узнает себя в новых Жизненных ситуациях, принимает разные решения, формирует новые мнения. Каждый выбор определяет его как самостоятельную личность, а самопознание ведет к формированию этой личности.

«Мы должны знать себя во всей нашей реальности, со всеми нашими ошибками и ошибками, с любовью к себе. Все это мы должны открыть. Чем яснее мы видим себя, свои истинные мотивы, отношения, эмоции. Тем более неизбежным мы начинаем постепенно просыпаться от сна нашей личности, в которую мы погружены всю свою жизнь. Мы начнем просыпаться и жить, а это означает отход от гипнотизма нашего «я», которое является лишь иллюзией, которая мешает нам познать нашу истинную сущность.

Учения Древней Греции были сформированы на философской теме, на знании окружающего и внутреннего мира. В древнем восточном учении достижение истинной человеческой сущности считалось путем саморазвития, которое было просто невозможно без собственного знания. Можно привести в пример много исторических примеров, когда самопознание человека выступало главным двигателем духовного развития и процветания.

Многие учения различных богословских школ и даже целых религий основаны на процессе познания себя. Что касается современности, то здесь нет исключений из важности самопознания.

Психологические и гуманистические науки по сей день изучают влияние самопознания на сущность человека и его дальнейшее развитие. Только с помощью самореализации человек способен обрести смысл жизни, поставить цели своего существования и стать тем, кем он способен стать.

В большинстве случаев человек определяет свое будущее, главное - правильно понять себя, мысли и желания, чтобы узнать, в каком направлении развиваться дальше.

Потребность в самопознании возникает у каждого из нас, неважно от пола, возраста и расы человека. Самое интересное, что этот процесс постоянно преследует нашу жизнь, поэтому на каждом этапе взросления мы снова и снова возвращаемся к углубленному изучению нашего «я».

Если человек хочет расти и развиваться, то в любом случае ему придется узнать себя и свои привычки. Не зная о своих собственных способностях, он никогда не придет к саморазвитию, что, является важной человеческой потребностью.

Только зная все свои предпочтения, качества и недостатки, определяя искренние желания и ставя цели, вы можете двигаться в правильном направлении. Иначе, в конце концов, неприятный тупик ждет.

Бывают времена, когда человеку навязывают правила, по которым он должен жить. Например, ребенок обладает отличными способностями и интересом к музыке, но родители отдают его учиться в секции спорта, мотивируя это необходимостью правильного физического развития.

В результате ребенку становится не интересно на занятиях, он понимает, что у него мало способностей к спорту, и он разочаровывается в себе. Тот же самый случай может случиться со взрослым, который плохо знаком со своими талантами и не замечает своих собственных склонностей и предрасположенности к чему-либо. Этот тип включает изучение организма на биологическом уровне. То есть анализ физических возможностей и психических характеристик.

Список литературы:

1. Бенджамин Г. Основы самопознания. □ М.:Старклайт, 2002. — 144 с.
2. Бердяев Н.А. Самопознание. □ М.:ЭКСМО, 2008. (Антология мысли).