



Самовоспитание – это работа человека над самим собой. Бывает, что нам не нравятся некоторые черты нашего характера, они мешают нам в жизни или в работе. Самовоспитание – это формирование человеком своей личности в соответствии с сознательно выбранными целями, идеалами и убеждениями. Самовоспитание – это работа человека над самим собой. Бывает, что нам не нравятся некоторые черты нашего характера, они мешают нам в жизни или в работе. Мы хотим избавиться от них, и приходим к пониманию, что для этого нам придется потрудиться над собой. Разобравшись в себе, мы ставим себе цели и ищем пути их достижения. Цель самовоспитания рождается из мотивов, побуждающих к работе над собой, и желаний человека стать лучше. Без цели не может быть начато ни одно дело, в том числе и самовоспитание. В то время как мы ищем пути достижения своих целей, именно в это время мы и начинаем работать над собой. И со временем мы получим результат в виде идеального себя. Конечно, идеального, в нашем представлении, в соответствии со своими идеалами и убеждениями. Важнейшим ключом к появлению мотивации на самовоспитание и самосовершенствование, является осознание человеком своего образа жизни, своего поведения или деятельности, которая требует изменений. Человек должен понять, что ему нужно измениться. А главное, он должен захотеть этого. Следующим важным элементом этого процесса является овладение навыками самостоятельной работы. Человек должен сам знать в какую сторону ему двигаться, чтобы измениться, какие действия ему для этого предпринять. Это требует овладения некоторыми знаниями в той области деятельности, в которой планируешь, или хотя бы хочешь, добиться успеха. И конечно, самое главное в процессе самовоспитания, это действия. Недостаточно просто хотеть и знать, нужно приступать к действиям. Необязательно сразу пытаться охватить какой-то большой объем. Гораздо важнее, начинать с малого, с маленьких шагов. Шаг за шагом длинная дорога будет преодолена, а цель достигнута. В процессе самовоспитания не нужно отвлекаться на всякие соблазны. Нужно проявить свою решительность, стараться принимать разумные решения и не отклоняться от исполнения задуманного. Например, зачастую нашим многим планам мешает лень. Наверняка, Вы встречали хоть раз таких людей, которые каждый понедельник садятся на диету, или идут в спортзал, или начинают учить английский язык. Кто-то обещает себе начать читать какую-нибудь полезную книгу, начать питаться правильно, отказаться от чая или кофе. Но каждый раз, они оказываются на

исходной точке отсчета, с которой начинали. И причиной всему именно лень. Да, трудно ее преодолеть. Но нужно идти на компромисс с самим собой. Нужно сделать так, чтобы лень сама исчезла, а твои обязательства перешли в желание. Чтобы появилась мотивация к действию. И тогда все получится. С моей точки зрения, наиболее приятными формами самовоспитания являются самоубеждение и самовнушение. Это комфортно на психологическом уровне, а значит, не воспринимается сознанием и бессознательным в штыки. Менее приятные методы самовоспитания это самокритика, самообязательство и не всегда удачно реализованная попытка эмоционально-мысленного переноса в положение другого человека. Согласитесь, самокритика это не очень приятно, пусть даже, если и критикуешь сам себя. Это возможно даже ассоциируется с критикой других людей, которое тебе когда-либо ранее приходилось слышать в свой адрес. И возможно даже, что остались неприятные воспоминания. Самообязательство тоже не лучший вариант. Особенно для тех, кто не особо любит обязательства. Самовоспитанием нужно заниматься, чтобы не растеряться в этой жизни, найти свое место. Самореализация порой имеет огромное значение в жизни отдельно взятого человека. Нужно открыть свои способности, испытать все свои возможности, чтобы стать интересным и неповторимым человеком в первую очередь для самого себя. А потом, уже твое восприятие самого себя спроецируется на окружающих тебя людей, и они тоже найдут в тебя интересного человека. Самовоспитание, самосовершенствование – это нелегкий и продолжительный труд, на который уходит много времени, иногда вся жизнь. Но полученный результат этого, несомненно, стоит.