

image not found or type unknown



В современном мире, который диктует нам каждый день жить в безумной ритме, всегда важно помнить и самосознании и самоорганизации. Что это такое, и почему это важно для человека?

Сознание – это воспроизведение человеком идеального образа своей деятельности и идеального представительства в ней позиций других людей. Сознание – рефлексия субъектом действительности, своей деятельности, самого себя. Сознание есть сознание в том смысле, что индивидуальное сознание может существовать только при наличии общественного сознания. Сознание не дано изначально и порождается не природой, а обществом.

Как известно, именно умение размышлять и нести ответственность за свои поступки, отличает человека от животного. На действия человека, как правило, большое влияние оказывают его мысли, внутренние мотивы. Поскольку человек живет в обществе, его свобода действий ограничена. Самосознание помогает человеку ориентироваться в своих действиях. Самосознание – относительно устойчивая система представлений человека о самом себе, о своих телесных и психических состояниях. Самосознание вытекает из сознания и формируется в процессе взаимодействия человека с обществом. Но что интересно: построение взаимоотношений зависит от самосознания человека. В социальной психологии выделяют три сферы, в которых осуществляется становление, формирование личности: деятельность, общение, самосознание.

Источник развития самосознания – обобщение знаний человека о других людях, сравнение их опыта со своим (жизненным, профессиональным, любовным). Чем больше развивается самосознание, тем больше человеку открывается его внутренний мир. Чем больше человек будет анализировать свои мысли, поступки и желания, тем больше он будет узнавать самого себя. Безусловно, человек – часть общества, но для нормального психического и психологического состояния, человеку необходимо быть, прежде всего, в гармонии с самим собой.

Самосознание – осознание и оценка человеком самого себя как субъекта практической и познавательной деятельности, как личности (то есть своего нравственного облика и интересов, ценностей, идеалов и мотивов поведения).

Критерии самосознания:

- выделение себя из среды, сознание себя как субъекта, автономного от среды (физической среды, социальной среды);
- осознание своей активности - «Я, управляю собой»;
- осознание себя «через другого» («То, что я вижу в других, это может быть и мое качество»);
- моральная оценка себя, наличие рефлексии - осознание своего внутреннего опыта.

Затрагивая тему личной организованности, что становится важнейшим навыком для выживания в современном мире, стоит заметить, что в наше время добиваются успеха лишь те, кто умеет эффективно организовывать себя и свое окружение. Когда мы организованы, наш дом и рабочий (учебный) график отражают нашу индивидуальность и помогают нам в достижении наших целей. Тот, кто остается неорганизованным, чувствует себя обессиленным и дезориентированным в потоке событий и информации. Организованность заключается не в том, как выглядит ваше окружение, а в том, насколько эффективно оно функционирует. Если в своем пространстве человек с легкостью достигает своих целей и счастлив, значит, он хорошо организован.

Самоорганизация личности включает в себя развитие воли, интеллекта с помощью самодисциплины, самообразования, приобретения навыков и выработки устоявшихся привычек для выполнения поставленных задач.

Нужно научиться преодолевать лень, неуверенность. После принятия решения для сомнений места нет. Если на начальном этапе приходится себя преодолевать, то впоследствии ежедневные действия входят в привычку, становятся само собой разумеющимся. Умение управлять собой, позволяет впоследствии руководить другими. И если я поставила себе цель получить образование в сфере менеджмента и занимать руководящую позицию в будущем на работе, то для меня такие понятия как самосознание и самоорганизация, являются ключевыми для достижения успеха.