



Это утверждение не всегда «работает», потому что существует огромное количество «двоечников», которые в своей жизни не прочитали ни одной книги и занимают самые высокие должности в разных профессиях (и не имеет значение по какой причине).

Книги-это отличный вариант для тех, кто хочет научиться мыслить обширно, ибо все картины, всплывающие в нашей голове во время прочтения-мысли.

Да и социальные сети-это не плохо, но только для тех, кто распоряжается ими правильно, а не просто пролистывает ленту, чтобы «убить» время. Сейчас существует огромное количество страниц, позволяющие развиваться и узнавать, что происходит в мире, но нужно быть на них подписанным.

«Знание — не инертный, пассивный посетитель, приходящий к нам, хотим мы этого или нет; его нужно искать прежде, чем оно будет нашим; оно — результат большой работы и потому — большой жертвы.»

Г. Бокль

2. Прогноз успешности обучения: факторы и предпосылки (личный опыт переживания неудач)

Одним из основных факторов, влияющих на успешность обучения, является мотивация. «...Мотивация учения складывается из ряда постоянно изменяющихся и вступающих в новые отношения друг с другом побуждений (потребности и смысл учения для школьника, его цели, эмоции, интересы). Поэтому становление мотивации есть не простое возрастание положительного или усугубление отрицательного отношения к учению, а стоящее за ним усложнение структуры мотивационной сферы, входящих в нее побуждений, появление новых, более зрелых, иногда противоречивых отношений между ними»

Немаловажным фактором успешности обучения является сумма необходимых свойств, определенная структура способностей и одаренности, сенсомоторики, мнемических, логических, эмоционально-волевых компонентов.

Значимым фактором являются, с точки зрения Н.С.Лейтеса, «психологические компоненты усвоения», к которым относятся:

- 1) положительное отношение учащихся к учению;
- 2) процессы непосредственного чувственного ознакомления с материалом;
- 3) процесс мышления как процесс активной переработки полученного материала;
- 4) процесс запоминания и сохранения полученной и обработанной информации.

На успешность обучения может повлиять слабое развитие волевой сферы у учащихся. «Учение, основанное только на интересе, не дает возможности укрепить воле ученика, т.к. не все в учении интересно, и придется многое взять силой воли»

На успешность обучения может повлиять и уровень самооценки человека. Поэтому учителю очень важно знать индивидуальные особенности своих учеников, учитывая те психологические факторы, которые помогут ребенку стать успешным в учебе.

3. Самоактуализация и психическое здоровье

Психологически здоровые люди сочетают в себе личностное и душевное здоровье.

По подсчетам А.Маслоу, к самоактуализирующимся личностям относится очень мало людей - около 1%, что дало ему повод сказать, что «прав был тот биолог, который заявил, что нашел недостающее эволюционное звено между человекоподобными обезьянами и цивилизованным человеком - это мы».

"Я представляю себе самоактуализировавшегося человека не как обычного человека, которому что-то добавлено, а как обычного человека, у которого ничто не отнято. Средний человек - это полное человеческое существо, с заглушенными и подавленными способностями и одаренностями. Самоактуализация - это не отсутствие проблем, а движение от преходящих и нереальных проблем к проблемам реальным".

А.Маслоу

Выделено восемь типов поведения, ведущих к самоактуализации.

1. Прежде всего, самоактуализация означает переживание с полной концентрацией и впитыванием, полным сосредоточением и погруженностью.
2. Уже само слово «самоактуализация» подразумевает наличие «Я», которое может актуализироваться.
3. Жизнь – это непрерывная цепь выборов. В каждый момент имеется выбор: продвижение или отступление. Самоактуализация означает: в каждом выборе решать в пользу роста.
4. Честность и принятие ответственности за свои действия – следующие признаки самоактуализации.
5. Если мы верим своим убеждениям, мыслям, инстинктам то и начинаем действовать в соответствии с ними, не оглядываясь на внешние, навязанные социумом ориентиры.
6. В понятие самоактуализации входит и постоянный процесс развития своих возможностей, раскрытие собственного потенциала.
7. "Пик-переживания" - так же отличительная характеристика самоактуализации. В это время человек более целостен, более собран и интегрирован, глубоко осознает себя и мир, максимально обостряя все свои репрезентативные системы.
8. Важный шаг самоактуализации - это выявление своих "защит" и отказ от них.

4. Иллюзорный оптимизм или факторы завышенной самооценки

Самооценка начинает формироваться с раннего возраста, по этой причине предпосылки её завышенности возможно отыскать в неверном воспитании. Завышенная самооценка считается итогом действия отца с матерью, какие регулярно восторгаются, умиляются и в абсолютно всем потакают собственному чаду. Чтобы он не сотворил, все без исключения считается верным. Каким бы он не был, в нем все без исключения хорошо. В результате у детей создается позиция о своем «Я» равно как совершенно безупречном и содеянном.

Завышенное самомнение у женщины считается нередко избыточной, если девушка должна занимать роль в мужеском обществе. Зачастую она базируется на наружных сведениях: красотки постоянно переоценивают себе, чем не красотки.

У представителей сильного пола завышенная самооценка создается в решительности в этом, что они считаются центром Мира. В случае если данное подтверждается действием иных людей, в особенности представительниц слабого пола, в таком случае самомнение увеличивается. Подобные представители сильного пола зачастую считаются нарциссами.

Люди с завышенной самооценкой из числа представителей сильного пола значительно более, нежели из числа представительниц слабого пола, что специалисты по психологии объединяют с общепризнанными мерками воспитания обоих полов.

«Чем больше человек любит самого себя, тем больше он зависит от чужого мнения.»

Марк Аврелий