

# Познание человеком мира и самого себя как вид деятельности

Познание – это процесс приобретения и систематизации информации об окружающем мире и его развитии на основе личного опыта и уже существующих научных знаний.

## Субъект и объект познания.

## Виды познания.

<b>Чувственное (эмпирическое) познание</b>	<b>Рациональное (теоретическое) познание</b>
<p>Осуществляется с помощью органов чувств (обоняния, осязания, слуха, зрения, вкуса), зависит от состояния психики человека. Знание формируется на основе ощущений (боль, цвет, вкус). Получение образной информации о предмете. Субъективно.</p>	<p>Осуществляется с помощью разума и мышления. Для него свойственно абстрактное мышление, то есть теоретическое, не связанное с чувствами. Освобождение знания от личностной окраски. Объективно.</p>

## Формы чувственного познания:

- Ощущение – отражение отдельных свойств предмета, явления или процесса.
- Восприятие – формирование чувственного образа целостной картины предмета, явления или процесса.
- Представление – образ, созданный усилиями воображения.

## Формы рационально познания:

- Понятие - слово включает основные признаки объекта
- Суждение – утверждение или отрицание свойств предмета, явление или процесса.
- Вывод – создание нового умозаключения на основе нескольких известных.

# Структура познания

- Субъект – познающий человек, обладающий волей и сознанием.
- Объект – то, на что направлена познавательная деятельность.
- Средства – приспособления для получения знаний.
- Результат – знание.

Знание – это информация, нужная для удовлетворения потребностей.

Знание может быть истинным и ложным.

Истина – это наши знания, подтверждённые практикой.

Истина абсолютная, истина относительная.

**Самопознание – это познание человеком самого себя.**

В результате самопознания у человека складывается **самооценка** – оценка самого себя, своих возможностей и качеств, а также своего места в обществе.

Зависит от родительской поддержки, оценки одноклассников, друзей, учителей.

**Как примириться с собой? Вот что советуют психологи:**

- заводите как можно больше друзей и знакомых;
- активно и много общайтесь;
- выражайте, а не сдерживайте свои эмоции, но в рамках приличия;
- разделяйте свои чувства с тем, кому вы доверяете;
- ни одна проблема не стоит того, чтобы из-за неё страдать или даже умирать.