

Цікава психологія

*Пізнавши самого себе, ніхто не
залишиться тим, хто він є.
Томас Манн*

Навіщо необхідно пізнати самого себе? Знати себе не тільки цікаво, але й досить важливо. З багатьох причин, які в кожного можуть бути свої. Але є й деякі загальні, якщо не для всіх, то для багатьох.

- Не знаючи себе, важко розбиратися в тому, що з тобою відбувається. Чому так, а не інакше складається твоє життя, чим викликане те чи інше відношення до тебе навколишніх й твоє відношення до них.

- Не знаючи себе, не можна визначити, що ти можеш, а чого ні, на що ти здатний, на що можеш претендувати.

- Не знаючи себе, досить складно визначити свої сильні й слабкі сторони, тобто цілеспрямовано розвивати перші й компенсувати другі.

- Не знаючи себе дуже важко будувати самого себе, а в остаточному підсумку впливати на своє власне життя.

- Не знаючи себе можна виявитися сліпим знаряддям своїх неусвідомлених шкідливих для тебе й навколишніх і, суспільства в цілому, бажань.

- Не знаючи себе, можна стати сліпим знаряддям у руках іншої людини, втратити можливість свідомо управляти собою, своїм життям. А це страшно.

Так що ж значить “пізнай себе”? Відповісти на це питання й важко й легко.

Легко тому, що можна перелічити те, що людині треба знати про саму себе. Цей перелік буде досить великим, включаючи фізичні властивості - ріст, вагу, силу, зовнішність, здоров'я.

Потім перелічити різні якості - доброту, чесність і багато чого іншого. Після цього можна назвати численні інтереси, прагнення, відносини, які є в кожного. Але й це не вичерпує того, що людина може пізнати в самій собі тому, що кожна людина не може пізнати себе в такому обсязі.

Тому необхідно пізнавати в собі те, що потрібно для сьогоденного життя й для прийняття рішень свого майбутнього. Тобто, про якийсь мінімум знань про саму себе. Тих знань, які необхідні для регулювання свого поведіння сьогодні. Знань, що допомагають будувати свої відносини з навколишніми й із самим собою. Таких знань про себе, без яких неможливо реально планувати своє майбутнє життя й уже сьогодні щось робити для реалізації цих планів.