

Советы психолога

Как развивать свой ум

1. Помни ум нельзя свести к размеру памяти, скорости мышления, объему знаний. Ум – это и ответственность за свои решения и поступки. Мыслит не мозг, а человек – посредством мозга.
2. Немногие умы гибнут от перегрузки, больше умов ржавеет от неостребованности. Пользуйся любой возможностью, чтобы пошевелить извилинами.
3. Упорство и настойчивость могут компенсировать недостаточную скорость мышления. Низкий уровень интеллекта – это не клеймо на человеке.
4. Анализируй – себя, других людей, поступки, ситуации, явления. Все время ставь перед собой вопросы: почему? Как? А могло быть иначе? В чем причины? Каковы возможные последствия? И отвечай на них, делай выводы.
5. Будь самокритичнее к своим умственным возможностям и доброжелательнее к таковым у других. Очерти границы своих знаний, своей компетентности, и не принижай своих возможностей.
6. Одно из самых главных достоинств ума – способность к сосредоточению внимания. Учись концентрировать свое внимание на необходимом предмете, отключаясь от всего постороннего. Тренируйся постоянно!
7. Не позволяй твоему языку опережать твою мысль» - советовал древнегреческий философ Хилон. А Шекспир говорил: «Где мало слов, там вес они имеют»

Подготовила педагог-психолог **В.Ю. Мелихова**