5.1 日新又新我常新

班级＿＿＿＿姓名＿＿＿＿日期＿＿＿＿

一、学习目标

1. 知道认识自我的途径。
2. 初步树立完善自我的信心。
3. 自主学习，基础知识梳理
4. 正确认识自己，就要做到用\_\_\_\_\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_眼光看待自己。
5. 全面认识自己，既要认识自己的\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_，又要\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;既要看到自己的\_\_\_\_\_\_，又要看到自己的\_\_\_\_\_.
6. 认识自我的途径有：通过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_认识自己、通过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_、通过\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。
7. 问题思考
8. 人的内在美与外在美有什么联系？
9. 怎样正确对待他人的评价？

3、认识自我的途径有哪些？

四、巩固练习：

1、看自己是一朵花，看别人是豆腐渣，这句话的含义是（ ）

A、只看到自己的短处，看不到自己的长处。

B、只看到自己的长处，看不到自己的短处。

C、即看到别人的长处，又看到自己的短处。

D、用自己的长处比别人的短处。

2、在评价和认识自己时，要把自己的“昨天—今天—明天”联系起来分析，这是用（ ）的眼光来看待自己。

A、静止 B、发展 C、缺乏自信 D、明智

3、尺有所短，寸有所长，物有所不足，智有所不明。这句话是说（ ）

A、一尺是很短的 B、只有一寸就够长了

C、世上没有真正聪明的人 D、世界上十全十美的人是不存在的

4、俗话说：“人贵有自知之明”这就要求我们（ ）

（1）正确地认识自己，有助于我们明己之长，知己之短，确定符合自己的目标（2）一味地拿自己的长处和别人的短处相比（3）总是拿自己的缺点和不足与别人的长处相比（4）既要看到自己的优点和长处，也要看到自己的缺点和不足。

A、（1）（2） B、（2）（3） C、（3）（4） D、（1）（4）

5、我们只有真正做到全面客观地了解自己，认识自己，才能不断提高自身素质，从而塑一个崭新的自我。下列选项中，正确认识自己不可取的途径是（ ）

A、自我观察，反省自己在日常生活中的点滴表现来认识评价自己。

B、在与他人的接触、交流和比较中，发现自己的优点和不足，从而认识自己

C、可以从他人对自己的态度和评价中认识、了解自己。

D、用自己的长处去比别人的短处。