

Прочитайте текст и выполните задание.

«Самосознание — не только познание себя, но и известное отношение к себе: к своим качествам и состояниям, возможностям, физическим и духовным силам, то есть самооценка.

Человек как личность — самооценивающее существо. Без самооценки трудно или даже невозможно самоопределиться в жизни. Верная самооценка предполагает критическое отношение к себе, постоянное примеривание своих возможностей к предъявляемым жизнью требованиям, умение самостоятельно ставить перед собой осуществимые цели, строго оценивать течение своей мысли и ее результаты, подвергать тщательной проверке выдвигаемые догадки, вдумчиво взвешивать все доводы «за» и «против», отказываться от неоправдавшихся гипотез и версий. <...>

Верная самооценка поддерживает достоинство человека и дает ему нравственное удовлетворение. Адекватное или неадекватное отношение к себе ведет либо к гармоничности духа, обеспечивающей разумную уверенность в себе, либо к постоянному конфликту, порой доводящему человека до невротического состояния. Максимально адекватное отношение к себе — высший уровень самооценки».

А. Г. Спиркин. «Сознание и самосознание»

В тексте упомянуты ключевые понятия социально-гуманитарных наук. Используя обществоведческие знания:

- укажите не менее трёх основных признаков понятия «личность»;
- объясните связь названных автором элементов структуры самосознания.

Объяснение может быть дано в одном или нескольких распространённых предложениях.