**O AUTOCONHECIMENTO: O CONHECIMENTO PRIMORDIAL PARA O CRESCIMENTO E SATISFAÇAO DO SER HUMANO**

Luana Cáceres De Pinho, Almir José Weinfortner

Instituto Federal do Mato Grosso do Sul – Ponta Porã - MS

[lulu.ccace2004@gmail.com](mailto:lulu.ccace2004@gmail.com), [almir.weinfortner@ifms.edu.br](mailto:almir.weinfortner@ifms.edu.br)

**Área/Subárea:** CH - Ciências Humanas **Tipo de Pesquisa:** Científica

**Palavra chave:** Autoconhecimento, reflexão, crescimento espiritual.

**Introdução**

A frase “Conheça te a ti mesmo” é a filosofia do símbolo do autoconhecimento: o filosofo Sócrates, ela possui grande significado, isto é torne-te consciente da tua ignorância como sendo seu ápice de sabedoria, conheça a ti a fundo, seu desejos, fraquezas, qualidades, esse é o ponto de partida para qualquer tipo de conhecimento, assim também pensa a psicologia. Em PLATÃO. Defesa de Sócrates. In: Sócrates, 1987. (Coleção Os Pensadores) diz "O mais sábio dentre vós, homens, é quem, como Sócrates, compreendeu que sua sabedoria é verdadeiramente desprovida do mínimo o valor." O mais sábio é aquele que antes de qualquer conhecimento, conhece seu valor seus limites e não afirma ser e saber o que não sabe. Em XENOFONTE. Ditos e feitos memoráveis de Sócrates. In: Sócrates, 1987. (Coleção Os pensadores) Sócrates diz “Não é evidente ser esse conhecimento de si mesmo fonte de infinidade de bens, enquanto milhares de males acarreta a visão zarolha das próprias possibilidades? Os que se conhecem a si mesmos sabem o que lhes é útil e distinguem o que podem do que não podem fazer. Realizando o que está em seu poder, obtêm o necessário e vivem felizes. Abstendo-se do que vai além de suas forças não resvalam no erro e esquivam o insucesso.” O individuo que se conhece sabe o que ele realmente quer e tem mais confiança em si, pois conhece todos os Seu valor já o indivíduo sem autoconhecimento se sentira inseguro e manipulável pelas circunstancias, mais facilmente, por que ele não conhece seus valores e também não saberá o que ele realmente deseja indo por caminhos que não o agradaram. Neste trabalha partindo dos princípios da filosofia de Sócrates,que foi onde temática começou, juntamente com as contribuições da psicologia, iremos discutir como o autoconhecimento pode contribuir, melhorar, mudar, o que ele pode resolver na vida do individuo buscando responder o seguinte problema de pesquisa ; Como o autoconhecimento pode influenciar no crescimento e satisfação do ser humano. Em Xenofonte (1987)Sócrates diz Talvez não refletiste nestas coisas por te julgares cansado de sabê-las.Para o processo de autoconhecimento é necessário abrirmos nossa mente para o conhecimento quebrando paradigmas que construímos ao longo da vida, olhando para dentro e respondendo às perguntas que achamos saber mas na verdade não sabemos, conhecendo nosso melhor e pior e como funcionamos.

**Metodologia**

Este trabalho esta dividido em 3 partes metodológicas, a primeira etapa, etapa atual consiste em levantamento bibliográfico de artigos, livros, autores sobre a temática do autoconhecimento buscando adquirir base teórica e dados para seguir para segunda etapa que consiste em criar um formulário com algumas questões que serão respondidas, individualmente e anonimamente por pessoas que começaram sua jornada pelo autoconhecimento, esta etapa tem objetivo de demonstrar como o autoconhecimento agi na vidas das pessoas, sendo respondidas as perguntas, começara a terceira etapa onde as repostas, serão tabuladas e será feito uma analise e um estudo das repostas buscando levar conhecimento e responder o problema de pesquisa.

**Resultado e Analise**

O projeto se encontra na primeira fase, onde esta sendo feito levantamento bibliográficos de filósofos e psicólogos que contribuíram para a temática do autoconhecimento, A pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza, segundo Severino (2007), a partir do:[...] registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utilizam-se dados de categorias teóricas já trabalhadas por outros pesquisadores e devidamente registrados. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. O pesquisador trabalha a partir de contribuições dos autores dos estudos analíticos constantes dos textos (SEVERINO, 2007, p.122).assim que adquirir base de dados para formular as perguntas para o formulário o projeto passara para segunda etapa.

Espera se que com repostas do formulário tenhamos mais clareza de como o autoconhecimento age nas vida das pessoas e por fim espera com analise dos dados o trabalho consiga de mostrar como o autoconhecimento influencia na satisfação e crescimento do ser humano.

**Considerações finais**

A pesquisa continua, estão sendo feito analises pesquisas para a criação do formulário seguindo seja feita a tabulação e analise dos resultados com intuito final de mostrar a importância do autoconhecimento e como ele influencia no crescimento e satisfação do ser humano

**Referencias**

#### ARAGÃO, Soraya.Decifra-me ou te devoro: A importância do autoconhecimento em nosso percurso existencial.2016. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/ver_opiniao.php?codigo=AOP0384>

Brooto.F, Thaiana. Por que o autoconhecimento é importante para a sua vida?. Disponível em:https://www.psicologosberrini.com.br/blog/por-que-o-autoconhecimento-e-importante-para-a-sua-vida/

PERES, Janete. A Importância Do Autoconhecimento. Disponível em: <https://www.saudedafamilia.org/clinica/artigos/a_importancia_do_autoconhecimento.pdf>

PLATÃO. Defesa de Sócrates. In: Sócrates. São Paulo: Nova Cultural, 1987. (Coleção Os Pensadores)

XENOFONTE. Ditos e feitos memoráveis de Sócrates. In: Sócrates. São Paulo: Nova Cultural, 1987. (Coleção Os Pensadores)