

Уверенность в себе - это верность себе, вера в себя и свои силы, принятие себя, в том числе своих слабостей, и разрешение себе ошибаться; отстаивание своих интересов не за счет других.

Характеристика уверенного человека

1) Уверенный в себе человек признает свои достижения и результаты своей жизни, в то время как неуверенному всё хорошее в себе кажется само собой разумеющимся, а всё неприятное колет глаза и не дает жить.

2) Уверенный в себе человек не только осознает свои силы, но и реально видит свои слабости. И то, чего он пока не умеет делать и не знает, он делать не будет, поэтому и не получит разочарования.

3) Уверенный в себе человек ставит реальные цели, соизмеряя свои возможности с препятствиями. Неуверенный же часто ставит очень высокие планки достижений, и, не сумев их преодолеть, страдает.

4) Уверенный в себе человек знает свои силы, способности и находит им адекватную сферу применения. Опять же, из этого он получает удовольствие и радость, когда получается; а если не получается что-то - это повод провести работу над ошибками, научиться, чтобы в следующий раз улучшить результат. Неуверенные люди чаще всего довольствуются тем, что им предлагают, радуясь, что они хоть кому-то нужны. Они всё стараются делать хорошо, но любая неудача выбивает их из колеи, потому что они занимаются не тем, что им действительно интересно, а тем, что поручено.