

Как стать уверенным в себе: девять правил Э. Смита

(подготовила педагог-психолог ГБОУ Школа № 1568 Демидова Евгения Викторовна)

Человек, уверенный в себе и в своей жизни, свободно руководствуется собственными ценностями и нормами поведения.

1. Каждый человек - сам себе высший судья, имеет полное право оценивать свои мысли и чувства, свое поведение так, как считает нужным.
2. Каждый человек имеет право ни перед кем не оправдываться и не извиняться за свои поступки.
3. Каждый человек сам для себя решает, хочет ли он отвечать за чужие проблемы.
4. Каждый человек имеет полное право менять свое решение, потому что он может и хочет быть самим собой. Человек вправе изменить свое мировоззрение, свой взгляд на те или иные проблемы.
5. Каждый человек имеет право на ошибку.
6. Каждый человек имеет право что-то не знать.
7. Каждый человек имеет право не зависеть от снисхождения других, даже тех, которые для него значимы или от которых он чего-то ждет.
8. Каждый человек может принимать нелогичные решения - по своему желанию.
9. Каждый человек имеет право не понимать намеков.