

Неуверенность в себе - проблема древняя, однако она привлекла внимание медиков, педагогов и психологов сравнительно недавно - в середине XX века.	Неуверенность в себе – проблема древняя, но заинтересовались ею недавно.
Именно тогда стало понятно: все усиливающаяся неуверенность в себе может стать причиной массы неприятностей - вплоть до серьезных заболеваний, не говоря уже о житейских проблемах.	Оказывается, неуверенность в себе может стать причиной неприятностей.
А проблемы психологические, ведь неуверенность в себе может послужить почвой постоянной зависимости от чужого мнения. Представим себе, как неудобно чувствовать себя зависимым: чужие оценки кажутся ему более важными и значимыми, чем собственные.	Она может вызвать зависимость от чужого мнения, когда чужие оценки кажутся человеку важнее собственных.
Каждый свой поступок он видит прежде всего глазами окружающих.	Свои поступки он видит глазами окружающих.
А главное - ему хочется одобрения от всех: начиная с близких и заканчивая пассажирами в трамвае.	Ему хочется одобрения от всех.
Такой человек становится нерешительным и не может правильно оценить жизненную ситуацию.	Такой человек становится нерешительным и не может правильно оценить ситуацию.
Как же преодолеть неуверенность в себе?	Как преодолеть неуверенность в себе?
Одни ученые ищут ответ на этот вопрос, основываясь на физиологических процессах, другие опираются на психологию.	В поисках ответа специалисты опираются на физиологию или психологию.
Ясно одно: преодолеть неуверенность в себе можно лишь в случае, если человек способен правильно ставить цели, соотносить их с внешними обстоятельствами и позитивно оценивать свои результаты.	Ясно одно: преодоление неуверенности в себе возможно, если человек правильно ставит цели, соотносит их с обстоятельствами и позитивно оценивает результаты.
161 слово	86 слов