

Изложение ОГЭ — Неуверенность в себе – проблема древняя, однако она привлекла внимание медиков, педагогов и психологов сравнительно недавно – в середине XX века. Именно тогда стало понятно: всё усиливающаяся неуверенность в себе может стать причиной массы неприятностей – вплоть до серьёзных заболеваний, не говоря уже о житейских проблемах.

А проблемы психологические? Ведь неуверенность в себе может послужить почвой постоянной зависимости от чужого мнения. Представим себе, как неудобно чувствует себя зависимый: чужие оценки кажутся ему гораздо более важными и значимыми, чем собственные; каждый свой поступок он видит прежде всего глазами окружающих. А главное, ему хочется одобрения ото всех, начиная с близких и заканчивая пассажирами в трамвае. Такой человек становится нерешительным и не может правильно оценить жизненную ситуацию.

Как же преодолеть неуверенность в себе? Одни учёные ищут ответ на этот вопрос, основываясь на физиологических процессах, другие опираются на 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.
(158 слов)

Слушать изложение «Неуверенность в себе – проблема древняя»

Источник: Открытый банк ФИПИ

Микротемы

№1

Неуверенность в себе может стать причиной многих неприятностей.

№2

Человек, не уверенный в себе, постоянно зависит от чужого мнения, и поэтому он становится нерешительным и не может использовать жизненные ситуации в своих интересах.

№3

Преодолеть неуверенность в себе способен только тот человек, который

правильно ставит цели, соотносит их с внешними обстоятельствами и позитивно оценивающий свои результаты.

Образец сжатого изложения

Неуверенность в себе – проблема древняя, но лишь в середине XX века стало понятно, что она может стать причиной массы неприятностей, вплоть до серьёзных заболеваний.

Неуверенность в себе может послужить почвой постоянной зависимости от чужого мнения, при которой человек, не уверенный в себе, становится нерешительным и не может использовать жизненные ситуации в своих интересах.

Преодолеть неуверенность в себе способен только тот человек, который правильно ставит цели, соотносит их с внешними обстоятельствами и позитивно оценивающий свои результаты. (75 слов)

Смотрите также:

Изложение ОГЭ — Одному человеку сказали, что

Изложение ОГЭ — Неуверенность в себе - проблема древняя