

## Η σπουδαιότητα της αυτοπεποίθησης.

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Βασικό εφόδιο για την πρόοδο και την αρμονική πορεία στη ζωή ενός ανθρώπου είναι η εμπιστοσύνη στις δυνάμεις του. Η αυτοπεποίθηση έχει άμεση σχέση με την αυτογνωσία, που εδραιώνει την πίστη στις δυνάμεις του ατόμου, αφού πρώτα το φέρει σε άμεση επαφή μ' αυτές, αλλά και με την ελευθερία. Σημαίνει την πίστη του ανθρώπου στον εαυτό του, που, όμως, επιτυγχάνεται με τη γνώση των ιδιαιτεροτήτων του. Χωρίς αυτήν τη γνώση η αυτοπεποίθηση είναι επικίνδυνη, οδηγεί στην προκατάληψη και σε λαθεμένες αποφάσεις, στο δογματισμό, στην

υποτίμηση των άλλων προσώπων, ιδεών και πραγμάτων, που δεν εκφράζουν την πίστη του. Η ελευθερία απ' την άλλη πλευρά συνδυάζεται με την απελευθέρωση απ' τα πάθη και τα ένστικτα του ατόμου, την ιδιοτέλεια και τον αυτοθαυμασμό για να κρίνει σωστά το άτομο με βάση τις πραγματικές δυνάμεις και αδυναμίες του.

**Το περιβάλλον**, (οικογενειακό, σχολικό, κοινωνικό) θα βοηθήσει το νέο στην απόκτηση αυτογνωσίας και αυτοπεποίθησης, ακόμα και αμφιβολίας για κάποιες δυνατότητές του. Έτσι, η αυτοπεποίθηση **γεννιέται από την ανάθεση πρωτοβουλιών στο νέο και τη σταδιακή απόδοση ελευθερίας σ' αυτόν** για να συμμετάσχει σε δραστηριότητες και αγώνες του κοινωνικού συνόλου. Γι' αυτό άτομα που στερήθηκαν την επαφή με τα μέλη του κοινωνικού συνόλου δεν μπορούν να προσαρμοστούν σ' αυτό. Δεν ανταγωνίστηκαν με άλλους, δε γνωρίζουν τις δυνάμεις τους κι, έτσι, δε γνωρίζουν την πραγματική πορεία ζωής, που κινείται πάντα ανάμεσα στο σωστό και στο λάθος με αποτέλεσμα να απογοητεύονται με την πρώτη αποτυχία.

**Η συμπεριφορά του δασκάλου και ο τρόπος διδασκαλίας** μπορεί να μειώσει ή να αφαιρέσει την αυτοπεποίθηση, αν ο διάλογος δεν επιτρέπεται. Σ' αυτήν την περίπτωση ο μαθητής γίνεται παθητικό και άβουλο ον, χωρίς εμπιστοσύνη στις δυνάμεις του. Αν, όμως, ο εκπαιδευτικός αντιμετωπίσει τον εκπαιδευόμενο ως ενεργό πνευματικό ον, εμφορούμενο από απόψεις χρήσιμες και άρτιες κατά το δυνατό, τότε ο νέος θα ενισχύσει την πίστη στο είναι του και στις άπειρες δυνατότητες που του ανοίγονται.

Παράλληλα, η **θέληση και η αισιοδοξία** κατευθύνουν θετικά τις ενέργειες του ατόμου και του καλλιεργούν την αυτοπεποίθηση. Το ψυχικό σθένος, η ηθική γενναιότητα και το θάρρος για την επιτυχή έκβαση κάποιων ενεργειών και στόχων μεταδίδουν στον αναπτυσσόμενο άνθρωπο την πίστη στην αξία του και στις πραγματικές δυνάμεις του.

Αλλά και οι **επιτυχίες** στην πορεία της ζωής, **η κοινωνική αναγνώριση** και ο έπαινος, που προέρχεται από το σύνολο για κάποιες θετικές πρωτοβουλίες και αξιέπαινες δραστηριότητες, επιδρούν καταλυτικά στην ψυχή του ατόμου και το βοηθούν, παράλληλα με τη **σύμμετρη ανάπτυξη όλων των δυνάμεων**, στην ενίσχυση και τη σφυρηλάτηση της αρετής αυτής, που είναι απαραίτητη για την πρόοδο και την καταξίωση.

Χρειάζεται, όμως να τονιστεί πως μόνο μέσα στο **δημοκρατικό καθεστώς** αναπτύσσεται αυτή η ιδιότητα. Απ' αυτήν προέρχεται η αγωνιστικότητα στους ειρηνικούς και στους πολεμικούς τομείς. Αντίθετα, η τυραννία οδηγεί στην αφαίρεση της αυτενέργειας και της πρωτοβουλίας και σταδιακά επιφέρει την

παρακμή του έθνους αυτού.

**Ο άνθρωπος που έχει εμπιστοσύνη στις δυνάμεις του** αντιμετωπίζει με θάρρος τις δυσκολίες της ζωής, είναι υπεύθυνος, ευσυνείδητος και αναλαμβάνει υποχρεώσεις, που γνωρίζει ότι έχει τα προτερήματα για να εκτελέσει, διαπλάθει έναν ακέραιο χαρακτήρα, απ' όπου οι αδυναμίες εκτοπίζονται σταδιακά και ενεργοποιούνται μόνο οι αρετές, προτείνει ορθές λύσεις και με σθένος επιλύει τα προβλήματα του. Πιστεύει, συγχρόνως, στις ικανότητές του και με μέτρο, ισχυρή θέληση και σύνεση λαμβάνει μέρος στον αγώνα της ζωής. Η ωριμότητα, η μετριοπάθεια, η αυτοσυγκράτηση, το ριψοκίνδυνο των ενεργειών και η αισιοδοξία είναι συνεχείς σύμβουλοί του σ' όλες τις προσπάθειες που καταβάλλει. Η αυτοπεποίθηση δίνει υπομονή στο άτομο, το οπλίζει με θάρρος και αγωνιστικότητα και το βοηθά να φτάσει στην κοινωνική αναγνώριση και καταξίωση. Βελτιώνει την προσωπικότητα του νέου, χαλυβδώνει το δυναμισμό του, τον οδηγεί σε τολμηρές ενέργειες, στην απόκτηση ελευθερίας.

Αντίθετα, **ο άνθρωπος που δεν έχει αυτοπεποίθηση** γίνεται έρμαιο στα χέρια των άλλων, άγεται και φέρεται από τους επιτήδειους και τις περιστάσεις της ζωής, γίνεται κόλακας των ισχυρών, δε γνωρίζει τις δυνάμεις του κι έτσι, δεν ενεργεί ορθά, δεν μπορεί να αδράξει τις ευκαιρίες που του παρουσιάζονται, απογοητεύεται εύκολα, γίνεται παθητικός δέκτης αντιλήψεων ή αδρανές ον, κυριαρχείται από δειλία, αναποφασιστικότητα και αδυναμία ανάληψης πρωτοβουλιών.

**Η αυτοπεποίθηση, όμως, είναι καταστροφική, όταν** έχει γίνει εσφαλμένη εκτίμηση των δυνατοτήτων του ατόμου, όταν οι περιστάσεις της ζωής δεν αντιμετωπίζονται στις πραγματικές τους διαστάσεις και όταν οι αποτυχίες είναι συνεχείς. Η εχθρική συμπεριφορά του περιβάλλοντος, ο εγωισμός, η ατομικότητα, η έλλειψη πνεύματος συνεργασίας είναι, επίσης, καταστροφικά, γιατί δεν επιτρέπουν να βοηθηθεί ο άνθρωπος από την πίστη στις δυνάμεις του.

Γι' αυτό η χρήση του μέτρου στον προσδιορισμό ενός εκάστου απ' αυτήν την αρετή και στην ενεργοποίησή της σε διάφορες περιστάσεις της ζωής θα βοηθήσει προπάντων τους εφήβους να οργανώσουν σωστά τον εσωτερικό τους κόσμο, να αντιμετωπίσουν με υπευθυνότητα τις δυσκολίες του βίου και να προσβλέπουν με ρεαλιστικό τρόπο στην υλοποίηση των στόχων και των φιλοδοξιών τους.

*Συμβουλευτικός Σταθμός Νέων ΔΔΕ Αργολίδας*

Πηγή: [blogs.sch.gr](https://blogs.sch.gr)