

Как развивать уверенность в себе





Шесть шагов к уверенности в себе

- Признайся себе в своих сильных и слабых сторонах и соответственно сформулируй свои цели.
- Позволь себе расслабиться, прислушаться к своим мыслям, заняться тем, что тебе по душе, наедине с самим собой. Так как сможешь лучше себя понять.
- Проанализируй свои планы и оцени их с точки зрения с сегодняшнего дня.
- Не забывай, что каждое событие можно оценить по-разному. Такой взгляд позволит тебе терпимее относиться к людям и более великодушно сносить то, что может показаться унижением.
- Наши действия могут подлежать любой оценке. Если они подвергаются конструктивной критике, мы должны воспользоваться этим для своего блага.
- Помни, что иное поражение - это удача. Из него ты можешь заключить, что ты преследовал ложные цели, которые и стоили усилий, а возможных последующих более крупных неприятностей удалось избежать.



ПОМНИ :

*Если ты считаешь себя разбитым,
Ты действительно разбит.*

*Если ты думаешь, что не посмеешь,
Значит, не решишься.*

*Если тебе хочется выиграть, но ты думаешь,
что не сможешь,*

*То почти наверняка проиграешь.
В битвах жизни не всегда побеждает
Самый сильный или самый быстрый.*

Я верю в тебя!

