

۳۰ اصل برای اعتماد به نفس بالا

- ۱) اصل یاد و اتکال به خداوند و اعتماد به قدرت و یاری و حمایت او
- ۲) اصل آگاهی و اشراف و بصیرت لحظه به لحظه به خود
- ۳) اصل تغییر در الگوها و ایجاد نشانه‌ها
- ۴) اصل خودیابی (من کیستم؟) - قائم مقام و محبوب خداوند (عزت نفس)
- ۵) اصل احساس خودشایستگی، خودسالاری و احساس شخصیت
- ۶) اصل عدم مقایسه‌ی خود با دیگران
- ۷) اصل خودباوری و خودمحوری پس از خدامحوری
- ۸) اصل داشتن هدف و برنامه در زندگی
- ۹) اصل تمیزی و ظاهر
- ۱۰) اصل تعریف از خود و دیگران
- ۱۱) اصل تشویق خود و دیگران
- ۱۲) اصل تعهد به قول و صداقت و راستی
- ۱۳) اصل عدم انجام عمل خلاف و عذرخواهی
- ۱۴) اصل نظم و انضباط کاری
- ۱۵) اصل دانش و تجربه
- ۱۶) اصل مدیریت زمان
- ۱۷) اصل مدیریت اولویت‌ها
- ۱۸) اصل اقتدار در مقابل ضعف
- ۱۹) اصل یقین در مقابل تردید
- ۲۰) اصل احساس رهبری و مدیریت
- ۲۱) اصل مسؤلیت‌پذیری
- ۲۲) اصل سلامت و نگهداری از جسم
- ۲۳) اصل تبسم
- ۲۴) اصل ابراز عشق به دیگران و متذکر شدن ویژگی‌های مثبت آنان
- ۲۵) اصل نگاه به دیگران (در عین تواضع، بزرگی خود را در دل حس کنید).
- ۲۶) اصل عدم تأخیر
- ۲۷) اصل قاطعیت و گفتن «نه»
- ۲۸) اصل عدم سرزنش خود و دیگران
- ۲۹) اصل کمک به دیگران و بخشایش
- ۳۰) اصل ژست و حالت بدنی



حمیدرضا خوشنویس

مشاور و مدرس مهارت‌های زندگی، خلاقیت و نوآوری



سال هشتم، شماره ۸۷ / اردیبهشت ۱۳۹۰