خطوات تزيد ثقتك بنفسك

◄الثقة بالنفس: هي وقود الشخصية، وغذاء الروح، ومتنفّس الجسد، ومفتاح أغوار النفس المؤدّي إلى الاحترام لها، وإعطائها منزلتها الحقيقية بين صفوف الناس.

فهي السّرّ ُ الحقيقي للسعادة.

ولكي تكون النفس أكثر ثقة ً لابدّ لها من أن تتّبع الخطوات التالية:

- الأخذ الحقيقي بزمام المبادرة.
- تحمّل المسؤولية الملقاة على عاتقك.
- التفكير الإيجابي هو الراسم الحقيقي للثقة.
- إيّاك أن تكون رهين الخجل والخوف والقلق والارتباك. فإنّها المعوقات القاتلة في النفس لهرمون الثقة.
- كن بحّاثا ً عن البدائل في وقت انعدام مفعول الجرعة الحقيقية المحفّزة للثقة.
- سيطر على جميع انفعالاتك.

هذا هو الدافع الحقيقي لك ولما تملك من شعور رائع بأن تذكّر نفسك بصفاتك الجيدة، وجوانب شخصيتك القوية، وعزيمتك الصلبة التي تأخذ بيدك في الأوقات الصعبة لتعبر النهر إلى الشاطئ بأمان، وتتناول الأمور بهدوء ودون انفعال. ►