



Развитие уверенности в себе

Шаг 1 Осознать свою уникальность, полюбить себя

- Ты – единственный в своем роде!
Редчайший из редких. Бесценное
сокровище, обладающее такими
особенностями ума, речи, внешности,
движений и поступков, которых нет ни у
кого из тех, кто жил, живет или будет
жить

Ог Мандино

Шаг 2 Трансформировать мышление в позитив

- Сделать работу с аффирмациями ежедневной нормой жизни (Я позволяю себе быть всем тем, кем я могу быть)
- Развить безусловный рефлекс позитивного мышления с помощью мини-тренажера
- Быть в состоянии готовности встретить учителя

Шаг 3 Научиться смотреть взглядом уверенного в себе человека

Рекомендации: провести тренинг:
«Общаюсь взглядом с людьми легко и
уверенно»

Шаг 4 Сделать свой внешний вид безупречным

Что о нас говорит окружающим наш внешний вид:

- Я благополучен
- Я уважаю себя и Вас
- Я уверен в себе
- У меня достаточно средств и времени, чтобы выглядеть безукоризненно
- От меня исходит запах благополучия

Шаг 5 Стать эффективным в речи

- Замечать в людях хорошее и говорить им об этом
- Научиться логически выстраивать свою речь
- Обрести уверенность, общаясь с незнакомыми людьми и выступая публично

Шаг 6 Создать отношения с окружающими в ключе

- Я автор всего происходящего со мной в жизни и хозяин своей судьбы
- Нет безвыходных ситуаций
- «Не судите да не судимы будете»
- Меня нельзя обидеть, меня можно только научить
- Я спокойно отношусь к людской молве

Шаг 7 Научиться кратко и увлекательно рассказывать:

- О себе, своих достижениях
- О компании
- О продукции и результатах использования
- О бизнесе

Шаг 8 Осознать, что обучение – непрерывный процесс в жизни уверенных в себе людей

Где и у кого можно учиться?

- У успешного спонсора
- В лидерском университете «Тенториум»
- МАЛ и тренинги
- Развивающая литература