

# ATITUDINE POZITIVĂ SAU NEGATIVĂ

Când oamenii au obiceiul de a privi lumea într-un fel negativ își anulează singuri șansele de succes.

Următorii pași pot ajuta la schimbarea obiceiurilor negative:

{sugestie: dați exemple pentru fiecare pas}

1. Fii cinstit cu tine însuși (echilibrul este necesar atât în momentele de succes cât și cele de eșec).

2. Folosiți bunul simț (când sunteți convins de ceva, analizați dovezile).

3. Folosiți cuvintele potrivite (când greșim e bine să ne gândim la ce putem face bine în situația respectivă).

4. Gândiți-vă la rezolvarea problemelor (definire / listă de soluții / posibile consecințe pentru fiecare soluție / alegerea celei mai bune soluții / acțiune).

5. Vedeți-vă în cel mai bun fel posibil (... și schimbați lucrurile pe care le puteți schimba la propria persoana