

Αυτοπεποίθηση στο λεπτό!

/ [Γενικά](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Θες να νιώσεις άμεσα ότι έχεις αυτοπεποίθηση; Είναι απλό. Άλλαξε τη στάση του σώματός σου. Ο τρόπος που στέκεσαι και περιφέρεις το σώμα σου μπορεί να αλλάξει στιγμιαία τον τρόπο που νιώθεις. Δοκίμασε να ισιώσεις το σώμα σου, να κρατήσεις το κεφάλι ψηλά και να διατηρήσεις οπτική επαφή με τον συνομιλητή σου. Κάνε στον εαυτό σου την εξής ερώτηση; Ποιά θα ήταν η στάση του σώματος μου εάν ήδη είχα υψηλή αυτοπεποίθηση;

Πηγή: ikypros.com