

6 ستون عزت نفس

در فضای اینترنت آموزش های بسیار زیادی در مورد عزت نفس هست ولی موضوعی که مهمه اینه که کدوم یکی از این آموزش ها تکرار پذیره؟

تکرار پذیر یعنی چی؟ یعنی توی زندگی یک فردی که توی امریکا زندگی میکنه جواب بده، توی یک فردی که توی قبیله شون مثلا در آمازون زندگی میکنه جواب بده، تو زندگی یک فرد آفریقایی، یک فرد چینی و یک فرد ایرانی جواب بده. اگر یک آموزش تکرار پذیر شد یعنی آموزش علمیه، یعنی قابل تکرار در زندگی منم هست و برای منم جواب میده و کاربردی.

حالا مسئله ای که وجود داره اینه که آموزش هایی که در سطح اینترنت وجود داره زیاد علمی نیست. یکی در میون شاید حالا علمی باشه بقیه تجربی باشه، یکی از ویژگی های دوره ی خود عزتمند اینه که بر اساس علم پایه اش چیده شده و بسترش کلا مباحث علمیه!

مثال هایی از زندگی شخصیم گفته میشه، مثال هایی از تجربیاتم گفته میشه، مثال هایی از حدود 300 نفری که از پارسال تا الان در مورد عزت نفس با اون ها جلسه مشاوره داشتیم گفته میشه و بازخوردها رو داخل دوره بیان می کنیم. یکی از قسمت های بسیار مهم در دوره ی خود عزتمند، 6 ستون عزت نفسیه که این جز مطالب علمی این دوره است و همین قسمت، آموزش های بسیار زیادی داره فردی که میخواد ساختمان عزت نفسش رو بسازه باید 6 تا ستون براش بکاره

1. اولین ستون زندگی آگاهانه است، آگاهانه زیستن.
2. دومین ستون پذیرش خودم، پذیرفتن خود و شرایطی که داریم.
3. سومین ستون مسئولیت پذیری، اینکه من نسبت به کارهایی که می کنم مسئولیت پذیر باشم.
4. چهارمین ستون زندگی جرئت مندانه.
5. پنجمین ستون هدفمندی.
6. و آخرین ستون که بسیار مهمه، یکپارچه زندگی کردنه.

به همین خاطر دومین جلسه از دوره ی خود عزتمند یک جلسه ی فوق العاده پرباره که در مورد هر کدوم از این مطالب صحبت های بسیاری ارائه میشه مثلا در قسمت هدفمندی ما یک دوره هدیه میدیم به شرکت کننده ها، یک دوره که در سایت قرار دادیم، افراد میان تهیه می کنند هزینه اش 100 هزار تومنه اما برای شرکت کننده های

دوره‌ی خود عزتمند به صورت هدیه ارائه میشه که افراد بتونند به صورت دقیق و متمرکز نزدیک به 100 دقیقه آموزش ببینند در مورد هدفمندی.

پس دوره‌ی خود عزتمند خیلی قشنگ و حرفه‌ای میتونه زندگی شما رو بسازه. مشتاق دیدار شما در این دوره هستم!