



**ARTICOLO A CURA
DI
SONIA SALERNO**

3 consigli per sviluppare l'autostima

1. Fate un elenco delle vostre qualità

Molte volte noi neghiamo le nostre qualità per un senso di colpa. Eppure sono doti su cui non è giusto tacere. Elencare le nostre qualità può aiutarci a raggiungere lo scopo.



2. Accettare noi stessi

Non fantastichiamo su noi stessi ma dobbiamo conoscerci e accettarci. Sono elementi indispensabili per riconoscere la fiducia in se stessi.

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno



3. Ponetevi obiettivi raggiungibili

Per ricostruire l'autostima bisogna partire dal livello ottimale. Meglio porsi degli obiettivi che pur essendo al di sotto delle nostre capacità, corrispondono al nostro basso livello di autostima. Ogni successo anche il più piccolo rinforzerà la fiducia in se stessi.



Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno



<https://www.youcanprint.it/business-ed-economia/business-ed-economia-investimenti-e-titoli/la-psicologia-del-trader-9788892688308.html>

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno



<https://www.youcanprint.it/business-ed-economia/business-ed-economia-investimenti-e-titoli/fibonacci-nelle-opzioni-binarie-9788892601734.html>

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno



<https://www.youcanprint.it/business-ed-economia/business-ed-economia-finanza/linversione-del-trend-9788827809754.html>

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno