1000
Konten

LEAD
THE
FEST
2021

3 Tips to Eliminate Self-doubt Forever & The Power of Unconscious Mind

Disusun oleh: Mitslhy Tazjauna

Disunting oleh: Ni Putu Sista Santika

Apa itu *self-doubt*?

Self-doubt adalah perasaan ragu dan tidak percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga akan berpotensi terjadinya *self-sabotage*.

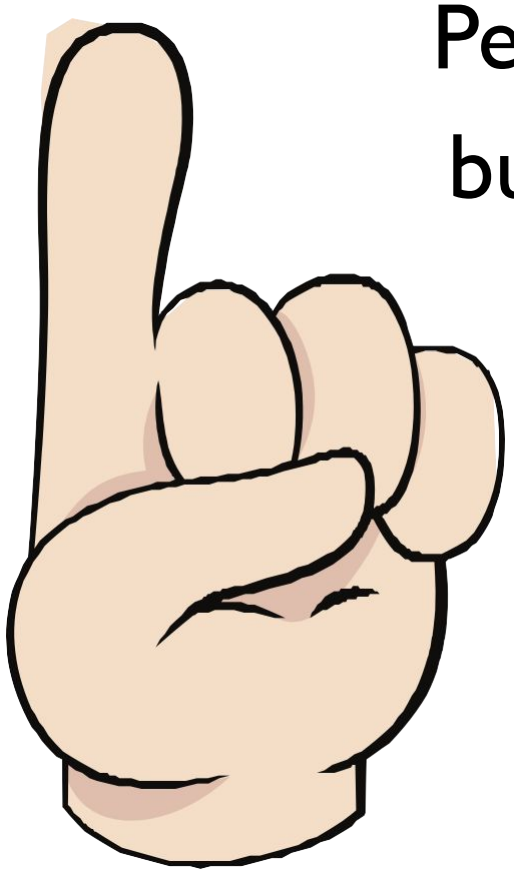
1000
Konten

LEAD
THE
FEST
2021

Lakukan tiga hal ini untuk menghindari *self-doubt* dan *self-sabotage!*

LEADING IN THE NEW ERA

pemimpin.id wikilead.id



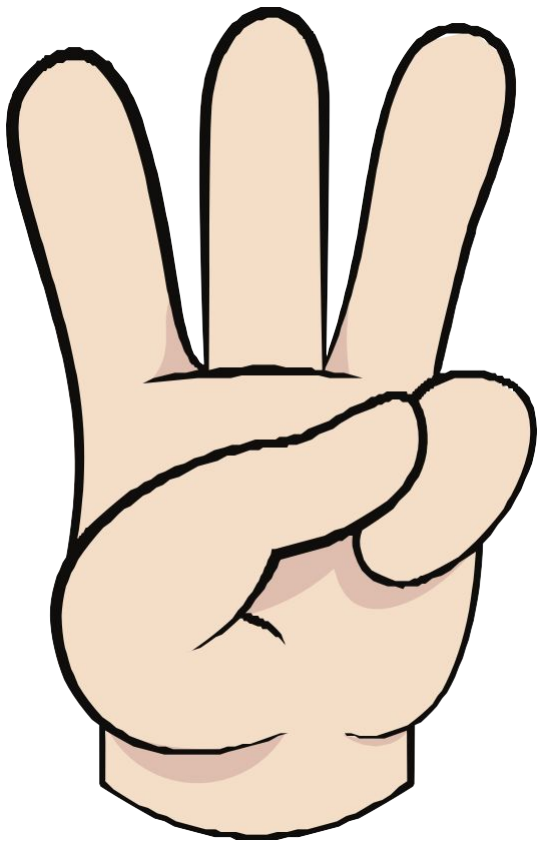
Pertama, berhentilah memasukan hal buruk ke dalam diri kita. Kita adalah cerminan diri dari apa yang kita pikirkan.

Kita tidak bisa memilih untuk ditempatkan di lingkungan apa, tapi kita bisa menempatkan diri di mana kita berada.

Program lah diri kita dengan program baik.

Kedua, kurangi penggunaan media sosial. Media sosial terkadang merangsang bagian otak yang disebut 'amygdala'. Amygdala berfungsi secara evolusioner yang selalu memandang hal negatif sebelum hal positif.

Tidak mengetahui hal yang tidak perlu kita ketahui adalah hal yang perlu kita lakukan.



Terakhir, keluarkan hal-hal yang tidak diperlukan dari pikiran kita dan temukan komunitas yang dapat mengarahkan kita keluar dari *self-sabotage* serta berani berkata tidak.

1000
Konten

LEAD
THE
FEST
2021

Jika kita mampu melakukan tiga hal tersebut, maka kita dapat memegang kendali 'unconscious mind' dan menjadi versi terbaik diri kita.

LEADING IN THE NEW ERA

pemimpin.id wikilead.id

1000
Konten

LEAD
THE
FEST
2021

“If you don’t start filming as the star of the movie in your life, by default you’re going to end up as a film extra in somebody else’s”

- Peter Sage

1000
Konten

LEAD THE FEST 2021

Sumber:

- How to eliminate self-doubt forever and the power of your unconscious mind
- https://youtu.be/v1ojZKWfShQ

Segala informasi yang terdapat dalam dokumen ini merupakan properti dari penulis dan penerbit dari masing-masing sumber. Pembuatan slide ini dimaksudkan untuk kegiatan sosial dan tidak dapat diperjualbelikan.