

تمرین افزایش اعتماد بنفس

بلند و جدی حرف بزنید

۱

A photograph of two men in a professional setting. The man on the left, with a beard and wearing a yellow shirt, is looking at a laptop. The man on the right, wearing a green shirt, is smiling and looking towards the first man. The background shows a window with a view of a city.

**نگاه کردن به چشمان دیگران را
تمرین کنید**

۲



۳

هنگام دست دادن جدی باشید

در جمع نظر دهید

۴

3CLICK.COM

مقتدرانه و با گام‌های بلند راه بروید





خندان باشید

۶

3CLICK.COM