

هزار توی اعتماد به نفس

دیوید برد

لیلا عیسی نیا



نویسنده: برد، دیوید، م - ۱۹۵۶

موضوع: نام پدیدآور: هزار توی اعتماد به نفس / دیوید برد

مترجم: لیلا عیسی نیا

مکان نشر: تهران، افق دور، ۱۳۹۱

تعداد صفحات: ۳۸۵ ص

شابک: ۹۷۸۰۶۰۰۳۰۹۶-۲



هزار توی اعتماد به نفس

(هفتن دو زبانه)

نویسنده: دیوید برد

ویراستار: سیما فلاح

مروجه‌بینی و صفحه‌آرایی: سمیه شاهنجزایی

تیراژ: ۱۱۰۰ نسخه

چاپخانه: جعفری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۰۰۳-۹۶-۲

مترجم: لیلا عیسی نیا

طراح: ستاره انصاری

انتشار: افق دور

چاپ اول: ۱۳۹۲ قیمت: ۵۸۰۰ تومان

لینو گرافی: صیام

مرکز پخش: انتشارات فن افزار

مرکز پخش: تهران، اتوبان آهنگ، پلاک ۵۴

تلفن: ۰۲۱-۳۳۴۳۱۴۵۲ - ۳۳۴۳۱۵۵۲ - ۰۲۱-۳۳۴۳۱۴۵۲

سایت اینترنتی: www.ofoghedoor.com ، www.aienadanesh@yahoo.com

مقدمه

منظور از اعتماد به نفس چیست؟ از کجا سرچشمه می گیرد و چگونه می توان اندکی اعتماد به نفس خود را بالا برد؟ مطمئناً تاجایی که من اطلاع دارم آرزوی همه این است که در دنیایی پر از اعتماد به نفس زندگی کنند و به خود و کارهایی که انجام می دهد اعتماد داشته باشند و کسی وجود ندارد که از مشاهده اعتماد به نفس دیگران لذت نبرد. ولی چرا برخی از ما وقتی می بینیم که دیگران با اعتماد به نفس رفتار می کنند و همواره کارهایشان را به درستی انجام می دهند کسب چنین ویژگی ای از نظرمان اینقدر دست نیافتنی می آید؟

هر چقدر اطلاعات بیشتری درمورد ماهیت اعتماد به نفس به دست بیاوریم زودتر می توانیم توهمات را که مانع دست یافتن به اعتماد به نفس می شوند از بین ببریم. منظور از اعتماد به نفس این نیست که تصور کنید از بقیه بهترید بلکه هدف آگاهی از استعداد های خود و شهامت شناخت و به کار گیری آنها می باشد.