

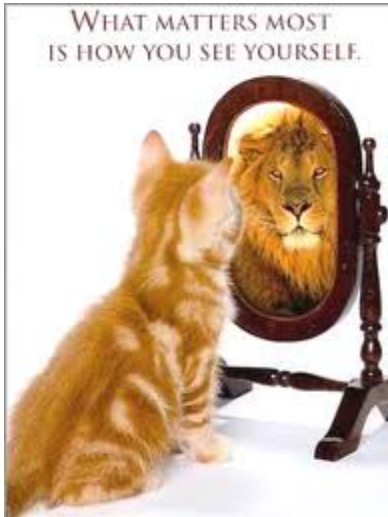
What Is Your Self Image?

Written by Administrator

Wednesday, 07 December 2011 10:44 - Last Updated Wednesday, 07 December 2011 11:02

There are no translations available.

Apakah "*Self Image*" Anda? Positif Atau Negatif???



Apakah "*Self Image*" itu? SELF IMAGE atau citra diri adalah persepsi mengenai diri kita yang diciptakan oleh diri kita sendiri. Seringkali kita tidak menyadari, apakah citra diri kita? Positifkah? Atau negatif? Positif atau negatif tergantung dari mana dan bagaimana kita menilai diri kita.

Citra diri inilah yang menjadi landasan bagi diri kita untuk bergerak dalam hidup. Apabila kita mengawali gerak dengan citra diri negatif maka tidak heran apa yang kita dapatkan sebagai hasil akhir pun menjadi negatif sesuai dengan citra diri yang kita bentuk sebelumnya. Secara mudahnya, citra diri atau penilaian pada diri sendiri dapat dikatakan sebagai penghargaan pada diri kita sendiri.

Contoh penilaian negatif:

What Is Your Self Image?

Written by Administrator

Wednesday, 07 December 2011 10:44 - Last Updated Wednesday, 07 December 2011 11:02

"Saya adalah seorang Pemalas"

"Saya merasa kurang Percaya diri"

"Saya tidak akan mampu melakukannya", dll.

Kata-kata tersebut adalah contoh termasuk sejauh mana kita menilai diri kita sendiri, setiap kata yang diulang dan diyakini maka akan terbentuk menjadi identitas diri dan akan mempengaruhi setiap sel-sel dalam tubuh bahkan akan merubah mind set kita untuk menyesuaikan dengan identitas diri kita, sehingga langkah gerak kita akan membawa kita menuju kesana.

Nah kini, jika anda sudah tahu akan pentingnya *Self Image*, mau seperti apakah *self image* anda? Ubahlah kata-kata anda menjadi yang lebih positif, misal:

"Saya adalah orang yang rajin"

"Saya yakin pasti bisa melakukannya"

"Saya adalah orang yang percaya diri", dll.

Mulai saat ini nilailah diri anda sesuai dengan keinginan anda dan rasakan bedanya! Untuk membuktikannya, silakan anda memulai seperti beberapa contoh kalimat diatas. Ucapkan yg keras dan rasakan apa yang akan anda rasakan setelah mengucapkan kalimat tersebut. Kemudian bandingkan, apakah ada bedanya??

Dari kebanyakan klien yang datang ke klinik kami, mereka membawa self image mereka

What Is Your Self Image?

Written by Administrator

Wednesday, 07 December 2011 10:44 - Last Updated Wednesday, 07 December 2011 11:02

masing-masing yang mereka yakini terjadi pada mereka, dan salah satu rahasia penanganannya adalah dengan merubah self image mereka sendiri sesuai dengan keinginan masing-masing.

Nah tunggu apalagi, mulailah anda melakukan setting pada diri sendiri. Mulailah menilai dan menghargai diri sendiri dengan citra diri yang lebih positif, dan dimulai dari SEKARANG!!!!

MASA DEPAN CERAH MENUNGGU ANDA, JANGAN BIARKAN IA MENUNGGU LAMA!!

Hardi & Warda

Hypnotherapist Semarang