

Что делать, чтобы полюбить себя

Примите себя таким, какой вы есть.
Простите свои ошибки.
Любите себя безусловно.
Уважайте себя, если хотите, чтобы вас уважали.
Цените свою уникальность.
Не сравнивайте себя с другими
Не жалуйтесь и не нойте.
Избавляйтесь от негатива.
Поменьше критикуйте себя.
Не беспокойтесь о том, что подумают
окружающие.
Установите собственные критерии оценки себя
и придерживайтесь их.
Начните совершенствоваться по всем
фронтам!
Ставьте цели и достигайте их
Общайтесь с позитивными людьми.

