1.Tác động tích cực của miềm tin

Niền tin: là sự tiếp nhận và tin tưởng vào một điều gì dó

Niềm tin tạo nên sự hòa hợp, đồng lòng và hợp tác trong cộng đồng, giúp mọi người cùng nhau hướng đến mục tiêu chung

2.tạo động lực và quyết tâm

Học cách xử lý các căng thẳng.

Quyết định để được xác định.

Luôn tìm ra lý do tại sao.

Tạo thói quen tích cực.

Hình dung bạn là người quyết tâm học.

Loại bỏ những thứ gây mất tập trung.

Tạo kỷ luật cho bản thân.

Loại bỏ sự trì hoãn công việc.

3 .Kiên trì và kiểm soát

Cố gắng duy trì thói quen mới

kiểm soát thói quen cũ.

Quy định bản thân một cách chỉnh chu nhất

Chấp nhận thất bại

Tính khiên nhẫn

4.Tạo ra một môi trương tích cực

Giảm căng thẳng và kiệt sức

.Tăng năng suất

Giữ chân nhân viên

An sinh tốt hơn

Cải thiện tinh thần

5.Giúp vực qua nỗi sợ hãi

Dành thời gian nghỉ nhơi

Đối mặt với nỗi sợ hãi

### Viết nhật ký

### Suy nghĩ tích cực

6. Cách tạo niềm tin cho bản thân

### **Thay đổi tư duy**

### **Hành động**

### **Tìm kiếm sự hỗ trợ**

### **Luyện tập**

### **Nghĩ nói một cách tiêu cực**

### **Làm trước khi suy nghĩ**

### **Nói nhiều hơn nghe**

### **Từ bỏ một cách dễ dàng**

### **Cố đẩy người khác xuống họ ngoi lên một mình**

### **Họ luôn phung phí thời gian của họ**

### **Luôn tìm con đường dễ nhất**