

期待效应。当你心中期待自己成为一个自信的人，并暗示自己成功，你就会变得自信起来，这就是期待效应的神奇之处。在职场中，当你暗示自己是一个优秀的人，你就很有可能会变成一个优秀的人，所以对自己多一点期待，告诉自己我可以的，那么你就会成为职场中最优秀的那个人。