

怎样改变自己？

当你想着要改变自己的时候，说明你成长了，对自己的某些行为或者思想有了深刻的认识，并且知道自己需要怎么去做。改变自己，自我塑造的过程是艰辛的。以下是小编为您整理的“怎样改变自己？”的相关内容。



1、坚定的信念

首先和大家提到的都是无论做什么事情，必须有一个坚定的信念，坚持自己的想法然后去做一件事情才有意义，不能三天打鱼两天晒网，或者因为别人的只言片语又动摇了自己最初的信念。

2、冷静地思考

你为什么要改变自己，你想变成什么样子，现在的样子和改变之后的自己有什么区别，是什么迫使你去做改变，是发自内心的，还是为了某一个人，某一件事情。比如，女朋友不喜欢抽烟，你决定戒烟，为了要小孩，你决定戒酒和早点回家。

3、一个接地气的计划

这个计划不需要多复杂，也不需要多缜密，简简单单就可以执行，接地气就行。天使就拿戒烟来说吧，它是一个过程，需要慢慢改变，可以先每天少抽几根，循序渐进地逐渐减少抽烟数量，最后达到戒烟。

4、找到自己的方向

想想自己到底想要什么，做自己想做的事情，重新开始自己的生活。让自己的生活变得简单、干净而且非常快乐。不必再去迎合别人的期待和要求，只是向着自己的目标努力。

5、提前去改变

世间万物都是变化的，改变都是迟早的事情。自己要提前准备，主动去寻求改变，而不是等待着被别人改变。不要让别人拉着你走，不要被别人拉回原处。

6、开始自己的梦想

你的家人，你的朋友，还有许多人，总是在你身边假装着残酷的现实，告诉你不要瞎想，告诉你不可能的。他们的话，总是令你困在现实中间。有时候真的让你觉得毫无可能。不要相信他们的话，否则你只能沦于平庸。经常提醒自己，一切成果源自伟大的梦想，不要被别人放弃自己的梦想，要战胜种种的恐惧。

7、消除对改变的恐惧

往往是你身边那些最亲近的人，总是以“为你好”的名义，

阻挠和干涉你。当你慢慢地有了些成果时，这会令某些人害怕和嫉妒。如果你令身边的人感到不安，那说明自己开始变得强大，别人感到对你无力控制时，才会试图对你掌控，给你压力。



想要学习演讲口才的朋友，请私信（或）评论小编留言“口才”即可 ●