

برنامه رادیو جوان – آداب عید کردن

برنامه دو سال قبل را به نظرم ارزش داشت باز نشر کنم

- مغز زمانی را میخواهد تا به یک مهارتی برسد.
- عوض نشدن یک رفتار بخاطر نهادینه شدن آن رفتار است و تبدیل به یک عادت میشود و عادت فکر نمیخواهد مثل نفس کشیدن.
- ما نباید اهمال کاری در ترک عادات خود داشته باشیم .
- در نوروز و بهار و روزهای خاص ما هم به نوع گرایشی رو میاوریم، اما انگیزه خوب به عملکرد خوب ختم نمیشود.
- هیچ رفتاری در انسان نمیماند مگر اینکه ما پاداشی را از جایی بگیریم.
- خود کم بینی را نمیگذاریم کنار به دلیل اینکه فرد خودش را توجیه میکند ، کمال طلبی، اهمال کاری و ... همه پاداشی به فرد میدهد.
- خودسازی عمل سختی است. صفات منفی در ما هستند و ما باید فکر کنیم ما جاهایی سبک زندگیمان مخرب است.
- کار کردن روی خود مستلزم هزینه دادن از روح است و باید بپذیریم قید اشتباهات خود را بزنیم.
- ما باید برای سال جدید و ادامه زندگی خوب و سالم راهکار هایی را داشته باشیم.
- در مورد شروع کردن و تغییر دادن ما انگیزه میخواهیم و بهار فرصت خوبی است.
- در تغییرات فردی باید همه جوانب را در نظر بگیریم .
- شخصیت ما الزاما تحت تاثیر دستاورد های ما نیست و ما خیلی ناکامی داشتیم امسال ولی فرد توانگر شکست هاشون زندگیشان را معنی میدهد.
- توانگر کار خود را میکند و خودخواه نیست.

در زمین دیگران خانه مکن کار خود کن کار بیگانه مکن

[لینک دانلود فایل](#) (برای دانلود فایل، راست کلیک کرده و گزینه save link as را انتخاب نمایید)

لینک های مرتبط

[زود رنجی و حساس بودن – رادیو جوان](#)

[سبک زندگی دانشجویی \(۵\) – ویتامین ۳](#)

کمال گرایی - رادیو جوان