



7 vaj za dvig samozavesti



Samozavest se začne znotraj vas!

Vadite meditacijo.

Delite svoje mnenje.

Poslušajte potrebe svojega telesa.

Zastavite si dosegljive cilje.

Podarite si močan kompliment

Ustvarite si samospoštovanje.

Poslušajte dobro glasbo.