

!~~~~~ 00000 00 00000000 000 0000 000 00 00 00 00

000000 00 00000 00000 00 00000 00 0000 000000 7
00000



00000 000 000 00 000 000 00 000000 00 0000 0000 00 00 000000 0000 000000000 0000 00000000 00 000
00000 .000 00 0000000 0000 00 000 0000000 00 00000000 0000 0000000 0000 00 000 00 0000
000 00000000 00 0000 0 00000000 000000 0000 00 00 00 000 000000000 000000 0000 00 000000 0000 00000
.00000000 00 00 000 000000 0000000 000000 0000 00 00 000 0000 00 000000 00

0000000 00 000000 000000 00 00000 0000000 0 0000 000000000 00000 00000 00 0 000000 00000 00000000 0000
00000 0000000 00000000 000000 :000000000 00000 00 00 000 000000 0000 .00000 000000 00 0000 00 0000 000000
.00000 000000

0000000000 00000



!00000000 0000 00 0000000 00000 0000000000 000000000 00 00000 00 000000

00000 .0000000 **IT** 0000000000 000000000 .000000 00 .00000 .0000000 0 .0000 00

.00000 00000 00000 0000 00 000000 00000 0000000 0000 00000 00 00 00000 0000 00 00 00000 0000000000 0000 0000



3- **مردم را با یکدیگر مقایسه نکنید**

مقایسه کردن خود با دیگران می تواند باعث شود که شما احساس کنید که به اندازه دیگران نیستید. این می تواند به شما انگیزه دهد تا بیشتر تلاش کنید، اما می تواند به شما اعتماد به نفس کم دهد. به جای مقایسه کردن خود با دیگران، به خودتان انگیزه دهید تا بهترین خود باشید.

4- **در زمان استراحت استراحت کنید**

استراحت کردن می تواند به شما کمک کند تا انرژی خود را بازیابید و به کار خود بازگردید. استراحت کردن می تواند به شما کمک کند تا به کار خود با تمرکز بیشتری بازگردید. استراحت کردن می تواند به شما کمک کند تا به کار خود با انگیزه بیشتری بازگردید. استراحت کردن می تواند به شما کمک کند تا به کار خود با خلاقیت بیشتری بازگردید.



<https://www.shabakeh-mag.com/success-and-entrepreneurship/10113/7-%DA%A9%D8%A7%D8%B1%D9%85%D9%86%D8%AF-%D8%B3%D9%85%DB%8C-%DA%A9%D9%87-%D8%A8%D8%A7%DB%8C%D8%AF-%D8%A8%D9%87-%D8%B3%D8%B1%D8%B9%D8%AA-%D8%A2%D9%86%E2%80%8C%D9%87%D8%A7-%D8%B1%D8%A7-%D8%A7%D8%AE%D8%B1%D8%A7%D8%AC-%DA%A9%D9%86%DB%8C%D8%AF>