图片包含 文本

描述已自动生成

A través de las pruebas en el material del curso, descubrí que es posible que no pueda tomar algunas decisiones difíciles, si mis propios asuntos se pueden resolver muy rápidamente. Si estoy en un equipo, siempre dudo, me preocupa que mi mala expresión del lenguaje enfurezca a colegas y líderes, es difícil tomar algunas decisiones difíciles.Creo que es una buena decisión y requiere algunos puntos de la manera correcta.

1. Mantener la calma：

Cuando no puede sentir emociones tranquilas, a menudo toma decisiones impulsivas. Puede sentirse ansioso, deprimido, estresado, estresado o enojado. Estas emociones no son ideales para tomar la decisión correcta. Antes de hacer esto, debe optar por calmarse.

2. Deshazte de los pensamientos negativos：

Las emociones negativas pueden ser muy perjudiciales para tomar decisiones informadas. Tomar medidas sobre ellos puede resultar en elecciones irracionales o irrazonables, y puede hacer que tome decisiones que obstaculicen su progreso y progreso.

1. Recopilar información：

Lo importante es mantener siempre tu propio estado antes de tomar cualquier decisión. Si no tiene toda la información, es imposible hacer la mejor elección para usted.

4. Solicitar opiniones：

Cuando esté confundido acerca de su decisión, hable con alguien en quien pueda confiar y pídale su opinión. Pero no obtenga demasiadas opiniones a la vez, o puede confundirse más。

5. Se paciente：

Si desea tomar una decisión positiva, debe asegurarse de no tener prisa por tomar una decisión.

6. Organizar ideas：

Los pensamientos que atormentan su cabeza cuando toma una decisión importante pueden volverse muy confusos. Antes de tomar una decisión, es importante mantenerlos organizados.

7. Confiar en ti mismo：

Puede confiar en su intuición e intuición. Si todos los demás métodos fallan, recuerde su primera impresión. Suelen indicar sus preferencias internas. Por supuesto, no intervenga de inmediato, pero si realmente no sabe qué decisión es la mejor, entonces su instinto es una buena elección.