

Существует ли формула
успеха?

Каждый человек **стремиться** жить лучше. Вернее хочет. Хочет добиться большего, испытать больше радости и удовлетворения от жизни.

Что подразумеваем мы когда говорим **стремиться**?

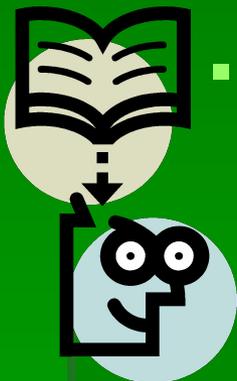


Человек прилагает для этого усилия.

А так ли это?

Оказывается, что у многих нормальное и естественное чувство неудовлетворённости выливается либо в бесплодное фантазирование, либо в угрюмую зависть и тоску, а ни то, ни другое не способно сделать лучше ни самого человека ни его жизнь.





- С детства каждый из нас усваивает набор житейских правил, соблюдение которых должно обеспечить нам место полноценного члена общества. Позднее мы учимся читать и считать, готовить еду шить одежду, водить машину и т.д.



- И вдруг взрослый человек, воспитанный и образованный, обнаруживает, что преподанных ему знаний не хватает, чтобы быть счастливым.



Три проблемы, которые не дают покоя человеку:

- Согласие с самим собой;
- Взаимопонимание с окружающими;
- Способность ставить перед собой цели и добиваться их.

Зигмунд Фрейд показал, что существует колоссальный мотив стремлений и побуждений, не находящих выражения в сознании человека.

многие наши пристрастия, стремления страхи надёжно замаскированы даже от нас самих. Кое-что просто не подвергается осмыслению, поскольку признаться себе в этом было бы обидно и неприятно. Чему-то человек имеет разумное объяснение, которое на поверку может оказаться лишь камуфляжем, призванным приукрасить не очень благие мотивы поведения.

Ответьте пожалуйста на вопросы:

- «На каком основании вы выбираете друзей?»
- «Действительно ли вам нравится то, что вы привыкли считать приятным?»
- «Почему вы говорите, поступаю так, а не иначе?»

Если на все подобные вопросы ответить искренне, не исключены неожиданные открытия.

Сформулируйте для себя свои главные цели.

Иногда достаточно лишь чётко осознать своё желание, как вдруг наступает прозрение: « Да неужели это и есть всё, чего я хочу от жизни?! Стоит ли это волнений и усилий? »

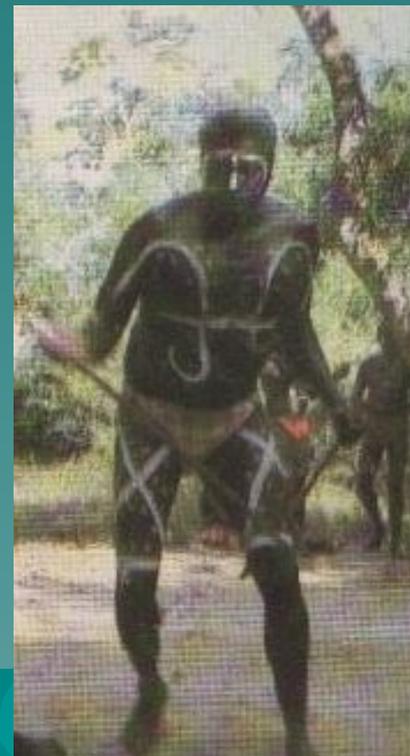
**В ином случае чётко поставленная цель утверждает в сознании своей правоты:
«К этому и правда стоит стремиться!»**





Давайте попытаемся заглянуть в будущее. Что станет со мной, когда цель будет достигнута?

- Можно воспользоваться чьим-то примером. Например вы мечтаете усовершенствовать свою фигуру; представьте конкретного человека на которого вы хотели бы походить. Действительно ли судьба его столь завидна и внешние ли достоинства тому причиной? Может быть чем изнурять себя диетой или физическими упражнениями лучше принести себе пользу как-то иначе?





Вы мечтаете стать миллионером?



Куда вы потратите огромные деньги, которые если удастся приобретёте? Ведь самые приятные вещи стоят недорого, а самое дорогое – тепло любящего взгляда, поцелуй ребёнка, голоса близких людей – вообще не измеряются деньгами... впрочем если жизнь не мила без яхты – дерзайте! Только решите наверняка, действительно ли она вам необходима

«Не кладите все яйца в одну корзину» - советуют англичане (ведь если разобьются, то все сразу).

Выстраивая жизненный план, следует учитывать вероятность неуспеха, который не должен обернуться крахом. Чтобы никогда не иметь повод сказать: «Все потеряно!», не надо ставить все на одну карту.



Любое решение – это выбор.



Цели жизни человека:

- Создание своей личности.
- Создание отношений с другими людьми
- Создание отношений с окружающей средой.



Нужно иметь перед собой
цель,



к ней нужно стремиться. Но
при этом нельзя забывать,
что одержимость целью
может оказать и скверную
услугу. Для достижения
успеха необходим
оптимальный уровень
мотивации, избыток здесь
столь же плох, как и
недостаток.

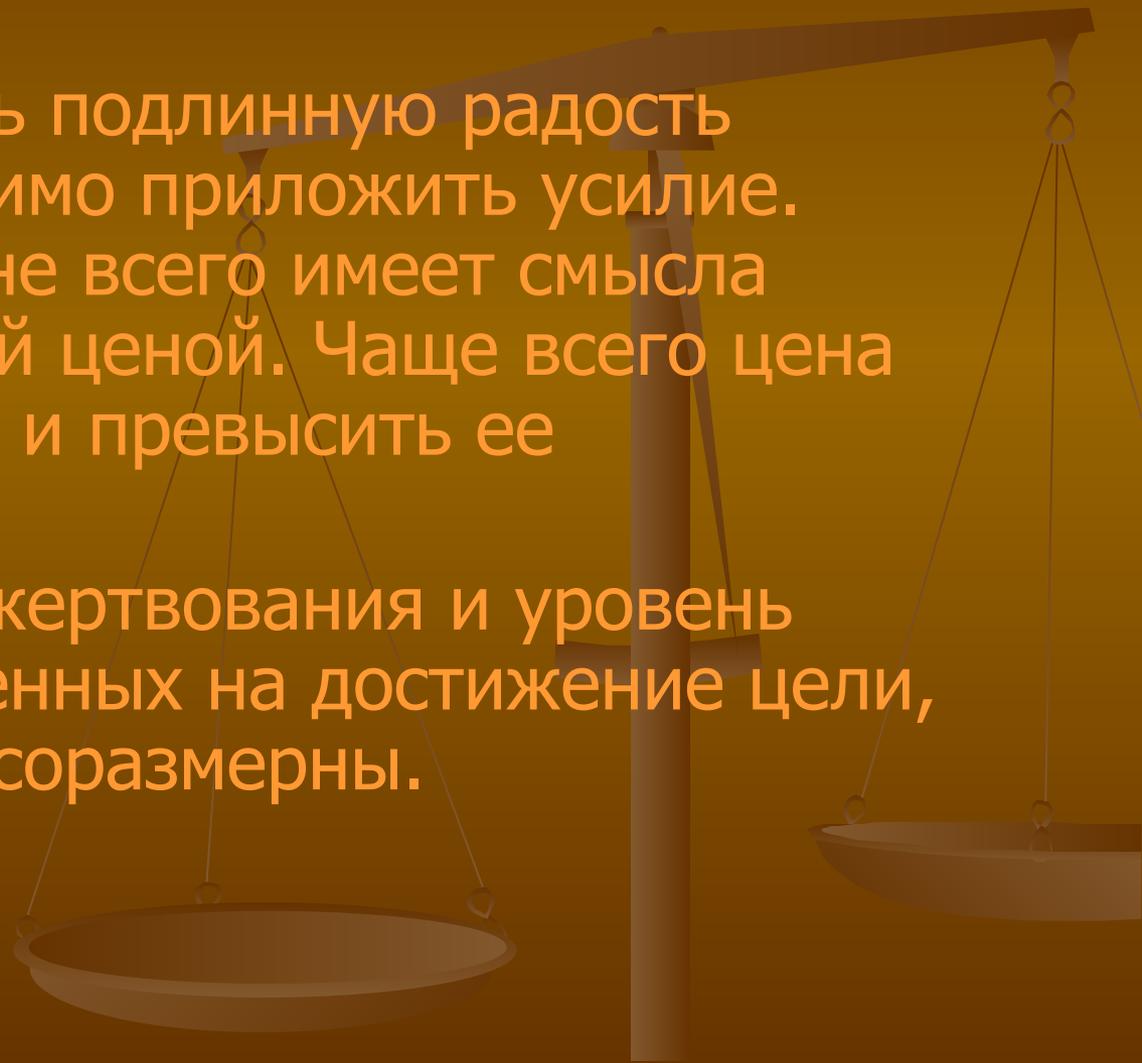


Концентрация на единственной жизненной цели в случае неудачи может обернуться тяжёлым потрясением. Нельзя не признать, что большее число нервных срывов бывает связано с разочарованием, вызванным крупной неудачей.



«Мы мало ценим то, что нам легко дается».

- Чтобы испытать подлинную радость победы, необходимо приложить усилие. Однако, отнюдь не всего имеет смысла добиваться любой ценой. Чаще всего цена сугубо конкретна и превысить ее нежелательно.
- Степень самопожертвования и уровень усилий, направленных на достижение цели, должны быть ей соразмерны.



Чтобы добиться в жизни многого, надо:

- **Действия разумно спланировать.**
- **Поставить реальный срок решения задач.**
- **Осознать последовательность своих шагов. Это – залог успеха.**
- **Награждать себя за решение конкретных задач.**

Трезво оценить свои особенности и возможности, выделить главные устремления.

- «Каждый имеет все, что хочет, а если чего – то не имеет, то значит, недостаточно хочет».
- Нужно разработать детализированный план своих действий, обозначить промежуточные этапы движения (цели – средства) а затем поэтапно решать поставленные задачи, планомерно, шаг за шагом продвигаясь к вершине.



«Чтобы производить впечатление достойного человека, нужно быть им».



- Проблема, требующая понимания:
Гармонизация отношений с другими людьми и с самим собой.
- Внутренне равновесие человека и его гармоничные отношения с другими людьми взаимосвязаны между собой.
- Человек, страдающий неудовлетворенностью, озабоченностью и тревогой, не может наладить с другими нормальных отношений. И наоборот, поверхностные либо напряженные отношения с людьми порождают у человека недовольство собою и миром.

Эгоизм или эгоцентризм?

- Эгоист может ясно понимать чужие потребности и точки зрения, но сознательно пренебрегать ими ради своей собственной выгоды.
- Эгоцентрик же просто невосприимчив к чужим позициям, поэтому любое несогласие расценивается им как вызов.
- Оставаясь на эгоцентричной позиции, человек всю жизнь как бы пребывает в роли своенравного дитя, которое окружающие должны обслуживать и убеждать.

Главное условие гармонизации отношений с людьми и с самим собой

Осознание себя как уникальной личности и признание этого права за другими. Каждый человек обладает своими достоинствами и недостатками, надо только не преувеличивать ни те и ни другие, особенно относительно самого себя. Человек, знающий себе цену и открытый миру людей, всегда найдет с окружающими общий язык и сумеет сообща с ними решить свои жизненные задачи. Человек должен позаботиться, чтобы создать себе приятную компанию. Тогда и со стороны окружающих не замедлит проявиться такое же отношение.



Существует ли формула успеха?



Ресурсы

- Platinum DVD-SOFT ADOBE CREATIVE SUITE 2 PREMIUM коллекция 5 тысяч клипов 2002г
- Воспитание школьников
«Существует ли формула успеха»

