



Поверь в себя!



- Вера в себя - убежденность человека в том, что у него все получится, уверенность в себе перед лицом вызова, перед трудной задачей.
- Вера в себя - это стартовая составляющая любого большого успеха.
- Важно, чтобы вы не уничтожали свою веру в себя - сами. Уничтожать свою веру в себя несложно, это делают многие: они опускают свои плечи, делают тоскливое лицо и убежденно рассказывают себе, что они никто и у них ничего не выйдет.
- Посмотрите на себя - это не про вас? Хуже того, после этого такие люди настойчиво заняты тем, чтобы уничтожить веру в себя у окружающих и особенно близких себе людей

Притч

а

Как-то раз маленькие лягушата решили организовать соревнования по бегу. Главной их целью было — забраться на самую верхушку башни.

В момент соревнования собралось очень много зрителей, которые хотели понаблюдать за этими соревнованиями, а заодно посмеяться над ее участниками





Притч

И вот соревнования **а** начались, и лягушата бросились вперед, покорять ту самую вершину.

Дело в том, что ни один из зрителей не верил, что лягушата сумеют забраться на верхушку башни.

Они выкрикивали им вслед следующие реплики:

«Это невозможно!»

«Они НИКОГДА не заберутся на верхушку!»

«У них нет шансов! Башня очень высокая!»



Притч

Маленькие лягушки **а** вдруг начали падать, причем одна за другой. Не считая тех, у которых открылось второе дыхание. Они продолжали забираться всё выше и выше. Толпа зрителей продолжала им кричать «Это невозможно!!! Никто из них не сможет этого сделать!» Лягушата от усталости продолжали падать вниз. Только **ОДИН** без остановки поднимался всё выше и выше. Тот единственный лягушонок не упал!



Притч

В конце соревнования **а** все лягушки упали вниз, за исключением того единственного лягушонка, который, приложив максимум усилий и забрался на самую верхушку башни! **ОН СДЕЛАЛ ЭТО!!!**

Тогда всем лягушкам захотелось узнать, как ему удалось это сделать? Один из участников соревнования спросил у того лягушонка, как же ему удалось добраться до верхушки, как он нашел в себе силы?

ОКАЗЫВАЕТСЯ

Победитель был ГЛУХИМ!!!





***Мораль этой притчи
такова:***

Никогда не слушай людей, которые всячески стараются передать Вам свой пессимизм и негативный настрой.

Эти люди воруют у Вас Ваши самые сокровенные мечты и желания.

Они не дают Вам двигаться вперед, к тем самым мечтам, которые Вы лелеете в своём **СЕРДЦЕ!**

Помните о силе слов.

Верьте в себя и в свои собственные силы!

ВЫ МОЖЕТЕ ВСЁ!!!



- Развивать веру в себя - дело реальное, но не совсем простое.
- Потрудиться придется, причем по нескольким направлениям.
- Основное направление - это набирать знаний, умений, жизненного опыта, становиться реально более успешным и эффективным.
- Вспомогательное направление - выработать правильное отношение к себе и к людям, умение видеть свои достоинства, ощущать свою силу



1. Развивайте в себе позитивное мировосприятие

- Позитивное мировосприятие - это позитивное отношение к жизни, к людям и к себе.
- Такое отношение в нашей культуре не очень принято и мало развито, однако развивать его определенно стоит, именно оно дает видение возможностей и желание в этом мире что-то сделать.



2. Поработайте со своими ограничивающими верованиями

- Пока вы будете себя повторять: «Я не смогу, мне не дано, я не умею!» – вы никогда не сдвинетесь вперед.
- Вера в себя начинается с того, что вы начинаете говорить о себе более воодушевляющие вещи.



3. Приучайтесь жить и работать эффективно

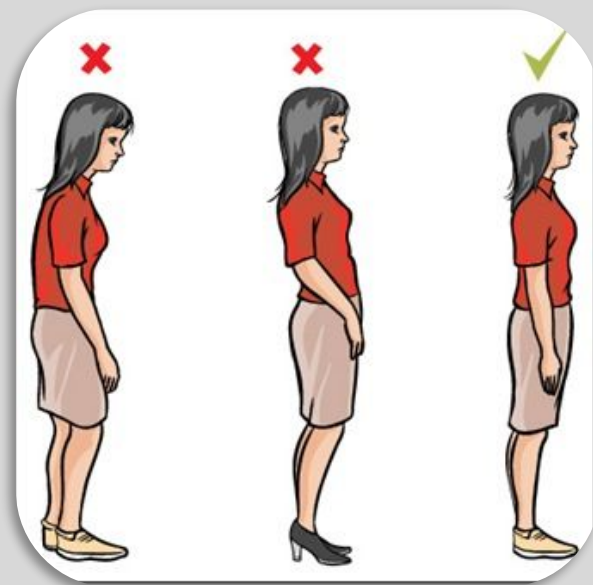
Начала личной эффективности несложны:

- наведите в жизни и делах порядок,
- начинайте ставить реалистичные цели,
- напишите самый простой план,
- позаботьтесь в нем об успехе начала ваших дел - и вперед, переходите к действиям!
- Далее план будет вам надежной опорой.



4. Следите за своим телом: верящий в себя человек держит осанку и плечи, не сутулится

- Опущенные плечи, тоскливый взгляд и брови домиком обеспечат вам неотъемлемое от жизни огромное количество проблем, трудностей, страхов, ужасов, неприятностей и прочих развлечений.
- У тех людей, которые привыкли держать осанку – тяжелых вопросов к жизни меньше, а сил и позитива больше.
- Добавьте к этому внимательный собранный взгляд, уверенные жесты, и вы готовы к встрече с трудностями. Приучите себя к уверенной походке и осанке





Как заставить себя не прислушиваться к полушёпотам за спиной и не зависеть от мнения окружающих?

Просто нужно запомнить раз и навсегда:

ВСЕ МЫ РАЗНЫЕ

И предпочтения у нас разные, и вкусы, и отношение к тем или иным событиям. Следовательно - угодить всем просто нереально!

И освободиться от этого стремления быть угодным всем.



Притч

Шли по городу отец с сыном.
Сын ехал на осле, а отец шёл рядом, ведя осла.
Встречающиеся им на пути люди высказывали своё
мнение относительно выбранного ими способа
передвижения.

Первый возмутился тем, что младший сидит, в то время
как бедный старый отец вынужден идти пешком.
Путникам пришлось поменяться местами: теперь отец
ехал, а сын шёл рядом.



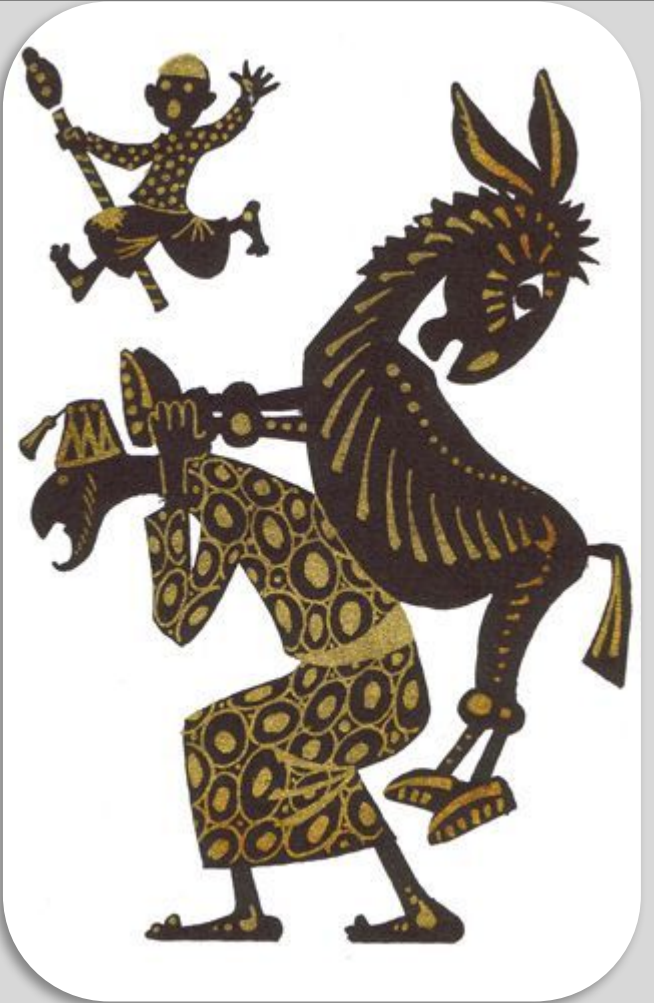


Но следующий встречный громко стал жалеть мальчика и упрекать отца в отсутствии жалости к ребёнку. Отец очень смутился от таких слов и посадил сына рядом с собой.



Притч

Тогда третий встретивший
стал возмущаться тем, что
эти люди совершенно не
жалеют бедное животное,
используя его нещадно!



Притч

Разумеется, человек, который встретился им сейчас, тоже нашёл, что сказать: **а** он принялся насмехаться над хозяевами осла, который не приносит им никакой пользы... Отец и сын пришли к выводу, что нужно самим определить для себя способ путешествовать.





А не так ли происходит со многими из нас, кто стремится не оказаться нелепым в глазах окружающих?

Конечно, не стоит быть абсолютно равнодушным к тому, что вызывают наши поступки и действия в жизни других людей. Но вопрос в том, о каких людях идёт речь и о какой ситуации.

На самом деле круг людей, мнение которых в той или иной ситуации необходимо учитывать обязательно, не так широк. Это в первую очередь те люди, на которых непосредственно скажется принятое тобой решение, а также люди, которые компетентны в том вопросе, который ты пытаешься решить



Нужно взять на себя смелость отвечать за принятые решения самостоятельно.

Потому что таких людей уважают, и такие люди никогда не впадают в зависимость от мнения окружающих





Поверь в себя!

- Никогда не слушай людей, которые пытаются передать тебе свой пессимизм и негативное настроение...
- Не забывай о силе слов.
- Все, что ты слышишь или читаешь, воздействует на твое поведение!
- ВСЕГДА будь... **НАСТРОЕН ПОЛОЖИТЕЛЬНО!**
- Будь ГЛУХИМ, когда люди ТЕБЕ будут говорить, что твои мечты несбыточны!

Всегда думай: Я сделаю это!



Использованные ресурсы:

1. Журнал «Мир магии»-
<http://www.worldmagik.ru/topic/11/1>
2. Энциклопедия практической психологии
-http://www.psychologos.ru/Как_развивать_веру_в_себя
3. Школа жизни. Ру-
<http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-21226/>