7 ОСНОВНИХ ПРАВИЛ САМОРОЗВИТКУ

*Інвестуй в себе! ...*

Всі ми хочемо розвиватися, ставати краще, отримувати задоволення від життя, наповнюватися енергією. Але зазвичай, багато людей на початку цього шляху, не знаю, з чого почати...

Існують 7 основних правил, які слугуватимуть фундаментом, для саморозвитку та здійснення Ваших мрій!

Тож , правило – 1...

**• ОСОБИСТІ НАВИЧКИ •**

Це навички, які дані Вам від народження, наприклад: відповідальність, розсудливість, раціональність, чуйність, комунікабельність тощо.

Дуже важливо розуміти, якими навичками Ви вже володієте, а які слід розвивати.

**• РІСТ ОСОБИСТОСТІ •**

Це зацікавленість у тому, щоб ставати кращою версією себе, інвестиції в себе, духовний розвиток тощо.

Запитайте себе, - ,,Що б я хотів(ла) змінити у своєму житті прямо зараз?,,. Проаналізуйте, зробіть висновки і кожного дня дійте, щоб досягти своєї цілі.

**• ВПЛИВОВІСТЬ •**

Це Ваші можливості на отримання фінансової підтримки, Ваші зв’язки. Оточення колегами по роботі, надійними друзями та сім’єю. Тобто, людьми, які поділяють Ваші інтереси, прагнення і готові прийти на допомогу.

Запам’ятайте. Розширення оточення – розширення можливостей!

**• КОРИСНІ ЗВИЧКИ. ХОРОШЕ НАЛАШТУВАННЯ •**

Хороший настрій та мотивація – чудовий спосіб для швидкого досягнення бажаної цілі.

Корисні звички включають в себе: розставлення пріоритетів, написання плану(перед початком шляху до цілі), уміння відпочивати, проводити мінімальну кількість часу у гаджетах тощо. Вони дуже шкодять Вашій продуктивності!!!

Для кращого розуміння, про що йде мова, дуже рекомендую до ознайомлення, книгу – Атомні звички. Джеймс Клір. [https://youtu.be/bcDt-lTUSww](%D1%87%D0%B8%D1%82%D0%B0%D1%87%D1%83)

**• РОЗШИРЕННЯ ОСОБИСТИХ МОЖЛИВОСТЕЙ •**

Прослідкуйте, чому в день Ви приділяєте найбільше уваги. Якщо це гаджети – поступово зменшуйте час проведений в них!

Кожного дня, робіть для себе перешкоди, кидайте виклик. Це буде мотивувати Вас працювати ще і ще, а також, формуватиме в Вас витримку та вміння створювати плани для швидкого одержання результату.

**• САМОАНАЛІЗ •**

Шукайте відповіді на запитання у самих себе. Говоріть. Аналізуйте свої відчуття, шукайте те, що буде наповнювати Вас енергією, надихати, мотивувати. Шукайте справу свого життя!

**• ОСОБИСТІ ЦІЛІ •**

Підкріплюйте амбіції – конкретними діями!

Запишіть Ваші цілі, та план до них, будьте дисциплінованими та терплячими. Якісний результат – потребує якісних дій та часу ...

В процесі, підтримуйте себе та налаштовуйте лише на хороший настрій! У Вас все вийде!

**Саморозвиток** – це процес , який потребує часу, терплячості та зусиль. Це процес формування в Вас дисципліни та корисних звичок, які допоможуть Вам у досягненні успіху.

Якщо Ви поставите ціль, матимете план і буде йти до неї кожного дня, Ви побачите чималі зміни у кожному аспекті Вашого особистого та професійного життя!