

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ ДЛЯ УСПЕХА В ЛЮБОМ ДЕЛЕ

Для развития вашего успеха вам понадобятся новые привычки.

Для того чтобы их внедрить в свою жизнь, просто распечатайте их список и повесьте на видное место. И в конце дня делайте анализ – **Какие привычки я применил, какие нет и почему ?**

Делайте такой анализ каждый день, пока вы не поймете, что они стали вашими и вы уже без всяких напоминаний используете их для движения вперед.

1. Привычка «Изучил – Применил».

Наверняка, за вашими плечами уже несколько прочитанных книг, а может и не один десяток.

Но что, из того, что вы узнали, вы реально используете в своей жизни?

Действуете ли вы в соответствии с вашими знаниями ?

Знать и Делать это разные вещи.

Вы можете быть очень начитанным, но какой от этого толк ?

Человек, прочитавший всего одну книгу и применивший на практике все, что он там узнал, достигнет гораздо большего успеха, чем большинство людей, продолжающих читать и бездействовать.

Так что с этого дня заведите себе привычку – **Изучил – Применил.**

Узнали что-то новое и тут же на практике применили. Не откладывайте, не читайте дальше.

Действуйте и результаты придут !

Даже один внедренный принцип лучше, чем сотня прочитанных книг.

2. Привычка – Каждый день делать что-то.

Заведите себе за правило – каждый день делать хотя бы один шаг, который будет двигать вас к успеху. Пусть это будет дело на 5 минут, но не давайте себе спуску.

Даже если это выходной и вам очень лень – встаньте и сделайте что-нибудь.

В году 365 дней. Если каждый день делать по 1 шагу, то это будет 365 шагов.

А если делать не по одному ?

Постепенно это будет тренировать вашу самодисциплину, мотивировать вас и поднимать самооценку. Поэтому каждый день делайте шаг к вашему успеху.

3. Привычка – Ориентация на результат и действие.

Только действия и результаты будут двигать вас вперед. Вы можете сколько угодно планировать, раздумывать, изучать – но вперед вы будете продвигаться только в одном случае – если будете действовать. Поэтому повесьте на видное место напоминание в виде вопроса:

ТО, ЧТО Я ДЕЛАЮ СЕЙЧАС, ПРОДВИГАЕТ МЕНЯ ВПЕРЕД К МОЕЙ ЦЕЛИ ИЛИ НЕТ ?

И периодически посматривайте на него, чтобы скорректировать свою деятельность.

4. Привычка – Постоянно работайте над повышением вашей компетентности.

Развивайте свои знания, навыки и опыт. Но действуйте избирательно, концентрируйтесь только на том, что касается вашей сферы деятельности. Не надо глотать все подряд, учитесь отделять зерна от плевел. Чем опытней вы становитесь, тем меньше времени вам требуется для анализа ситуации, принятия решения и получения нужного результата. Таким образом, увеличивая свои знания, вы повышаете свою эффективность в единицу времени.

Но не путайте понятия. Повышение компетентности – это новые знания и их немедленное применение на практике. А не просто – «новые знания».

5. Привычка – думать о решении, а не о проблеме.

Проблема исчезнет только в одном случае – если вы сосредоточитесь на ее решении и начнете воплощать в реальность план по ее устранению.

Все остальные мысленные колебания ни на миллиметр не продвинут вас вперед.

6. Привычка – делайте не то, что проще, а то, что необходимо.

В любой момент времени и на любой стадии вашего развития существует самое важное дело, реализация которого в данный момент даст наибольший результат. И зачастую, это самое трудоемкое или сложное дело. Делайте то, что необходимо и прямо сейчас.

7. Привычка – Радоваться в негативных ситуациях.

Чтобы с вами ни случилось, ищите в этом что-то позитивное. Настраивайтесь на возможности, которые перед вами открываются.

Ведь любая проблема – это задача – и еще одна ступень к вашему успеху.

8. Привычка – Инвестируйте в себя, а не в атрибуты успеха.

Многие люди, достигнув определенных результатов, начинают почивать на лаврах.

В итоге – остановка в развитии, а через некоторое время – откат назад.

Поэтому не останавливайтесь на достигнутом. Инвестируйте в первую очередь в себя – свои знания, навыки, опыт. А уже потом балуйте себя атрибутами успеха.

Чем больше вы заплатите сейчас, тем больше получите в будущем. Особенно это важно на начальном этапе, когда вы строите фундамент своего будущего.

Каждый вечер задавайте себе этот вопрос – Что я хочу и как этого достичь?

Все свои действия анализируйте исходя из ответов на этот вопрос.

Ваше движение вперед и достигнутые результаты будут менять ответ на этот вопрос.

Таким образом, вы обеспечите себе постоянное движение вперед.

9. Привычка – Доводить каждое дело до результата.

Если уж взялись за что-то, то действуйте, пока не будет достигнут конечный результат.

Недоведенное дело потребует лишней траты времени на повторное вхождение в курс дела.

Ведь уже через сутки вы не будете помнить всех нюансов.

Так что действуйте. Ведь именно результаты будут двигать вас вперед.

10. Привычка – Любить время.

Успешный человек оценивает свою эффективность тем, сколько он зарабатывает в час. Он ценит свое время и поэтому за один час делает то, что обычный человек делает за день или даже больше. Поэтому и час успешного человека стоит дорого.

11. Привычка – Отдыхать и праздновать.

Человеческие ресурсы не безграничны, вы можете работать неделю, две, месяц. Но ваша общая эффективность будет снижаться. И рано или поздно вы просто свалитесь с ног.

Поэтому один раз в неделю полностью посвятите себе и своим слабостям.

Целый день ловите кайф и не думайте о работе. Один такой день способен зарядить вас энергией на рабочую неделю и ваша работоспособность существенно повысится.

Но даже в такой день надо сделать хотя бы один шаг к вашему успеху =)

Так что запланируйте какое-нибудь 5-минутное дело.

P.S. Когда вы будете готовы, вот 3 способа, как я смогу вам помочь:

1. Чтобы подробно разобрать вашу личную ситуацию, каждую неделю я провожу три бесплатные диагностические сессии // напишите кратко о своей ситуации, и мы договоримся о времени сессии //
2. Подписывайтесь на мои страницы в соцсетях, чтобы первым узнавать обо всех эфирах, акциях и спецмероприятиях для подписчиков //

<https://www.facebook.com/Svetlana.Komarova.ru>

https://www.instagram.com/svetl_komarova/

<https://vk.com/psystrateg>

3. Мой личный коучинг (психологическое сопровождение), в котором мы поработаем с вашей ситуацией вплотную, и я помогу вам как можно быстрее прийти к вашей цели – в личных и деловых отношениях.

Напишите мне на почту psystrateg@gmail.com, что из этих вариантов вас заинтересовало, буду рада вам помочь !

Желаю вам удачи и всего самого доброго – успехов в делах и в отношениях!

психолог, к.псих.н. Светлана Комарова