

В динамично развивающемся обществе особое внимание вызывает вопрос успеха во всех сферах жизни человека. Человек сам строит свою жизнь и делает её такой, какой хочет или просто рушит её, сам того не осознавая.

Мотивация является главным строительным механизмом человеческой жизни. Последовательное выполнение осознанно поставленных задач – ключ к успешной жизни. Понятие «успешная жизнь» включает в себя следующие компоненты: финансовое благополучие, здоровье, взаимоотношения с коллективом и семьёй, уважение и высокий социальный статус, карьерный рост и т.д.

Успех – это результат длительного труда человека, реализация некоего плана, воплощение мечты в жизнь. Удача иное понятие. Её основное свойство – случайность. Удача не является заслугой человека и объясняется просто его везением. Человек сам определяет свою жизнь. Добиться успеха, вредя здоровью невозможно. Как говорили древние, «в здоровом теле – здоровый дух». Между телом и душевным состоянием прямые и обратные связи. Душевное состояние также важная составляющая успеха. Если человека гложут зависть, ревность, чувство вины или обиды, то его мало радуют деньги или высокий социальный статус. Стремление к позитивному настрою, благожелательное отношение к людям, повышение собственной самооценки – всё это неотъемлемые составляющие настоящего успеха.

Каждый человек уникален. У каждого человека есть определённые способности к какому-либо делу. Наша задача лишь определить в себе эти самые способности. Узнать какую пользу может принести наш талант людям. Талант необходимо развивать. Благодаря упорству и труду можно добиться огромных результатов в любом деле. Вера в успех поможет приблизить нас к желаемому результату, а возникшие трудности и неудачи не должны нас останавливать. Внешний вид человека также играет огромную роль. Стиль и предпочтения – дело вкуса. Именно опрятность человека производит наибольший эффект.

Самовоспитание, ориентированное на успех, направляет человека на достижение своих целей. Их основные функции:

- помочь индивиду осознать степень своей значимости;
- улучшить и обогатить его внутренний мир;
- обучить индивида основам успеха для выполнения всех поставленных задач.

Можно рекомендовать следующие технологии самовоспитания, ориентированные на успех:

1. Технология владения искусством общения.

Умение общаться – это преимущество над теми, кто этого не умеет. Выходить «сухим» из конфликтных ситуаций очень просто. Главное контролировать свои эмоции. Важным принципом общения является способность находить в людях хорошее и говорить им об этом. В любом человеке можно найти положительные стороны. Отметив это, взамен вы получите благодарность от человека. Приверженцем этой идеи был известный психолог Дейл Карнеги. Также необходимо называть человека по имени. Это является проявлением уважения к его персоне. Будьте осторожны с критикой. Необдуманное слово может обидеть человека. Критика – занятие неблагодарное и неблагодарное. Тем более, что она может сломить человека, заставить его переживать по пустяковому поводу.

2. Технология усиления веры в свои силы.

Вера в себя и свои силы необходима. Сомнения могут помешать человеку в любом начинании. Наш труд и упорство могут свернуть горы. Главное научиться систематизировать наши цели. Для этого нужно записать на листке бумаги десять наших самых главных целей на ближайшие три месяца. Записывать цели необходимо, начиная с самой главной, и далее записывать другие по мере убывания их значимости. Лист нужно спрятать и не читать в течение трёх месяцев. По истечению времени можно прочитать список целей и убедиться, что восемь из них будут выполнены. Сами того не ведая, мы дали себе установку на достижение наших целей, систематизировали их. Не стоит сомневаться в своих силах и возможностях. То, во что вы искренне верите, становится вашей реальностью.

Наихудшие из убеждений, присущих нам, это «ограничительные убеждения».

Они имеют место в том случае, если мы считаем, что наши возможности чем-то ограничены. Например, мы можем думать, что другие в чём-то лучше нас. Таким образом, мы можем попасть в распространённую ловушку, недооценивая себя и соглашаясь на малую дозу того, на что вы на самом деле способны.

Чтобы обеспечить свой прогресс, чтобы двигаться вперёд и вверх по жизни и в бизнесе, мы должны постоянно бросать вызов своим ограничительным убеждениям. Человеческим возможностям нет границ. Если другие

добились того, чего хотели, чем хуже мы? Желание, труд и упорство – составляющие для выполнения «непреодолимых задач».

3. Технология контроля времени.

Чтобы быть успешным нужно успевать делать многое, а значит необходимо рационально использовать время. Для этого Билл Фицпатрик советует (Ю. Щербатых «Психология успеха», Москва, ЭКСМО, 2007 год):

- выбрать одно самое важное и значимое для нас дело;
- отделить важное дело от срочного и найти время для обоих;
- создать список наименее значимых дел и распределить время на их выполнение на ежедневной основе;
- расположить порядок выполнения ваших дел по приоритетности.