

Как организовать свою систему личностного роста?

«Если Вы не растёте, значит Вы умираете!» – кто-то из великих.

Интересно, почему у большинства детей лица светлые, весёлые, а у большинства взрослых – потухшие, озабоченные... Им что, так нравится, что-ли? Или просто нет ни времени, ни сил на организацию своей личной жизни? Счастья в личной жизни?

Я знаю, что мне ответят очень многие. Какая там личная жизнь? Денег вечно не хватает. Бегаешь целый день, как заведенный. Начальник, ..., никогда меня не слушает, а если подкинешь ценную идею, представит ее вышестоящему начальству как свою. Придешь домой, еле-еле сил хватает телек посмотреть. Утром – звонок будильника и все завертелось... Да, есть выходные. Но ведь человек и отдохнуть хочет. Как и все люди, на пикнике с шашлычком и пивком... Какой уж тут личностный рост с набитым желудком? Поспать бы...

Люди, которые так утверждают, никогда не поднимутся выше этой каждодневной суеты. Да и не хотят они, видимо. Удобно всё, привычно!

А между тем, выход-то есть. И он прост, как и всё гениальное!

Надо просто осознать свою Миссию, а затем просто идти по этому пути.

Миссия – в моем понимании это то, что ты любишь делать. Именно для этого ты появился (появилась) на свет. Делай то, что ты любишь и придумывай, как это может принести пользу другим людям. Да, будут трудности, проблемы и непонимание других людей. Но, делая Любимое Дело, проще преодолевать трудности, а те, кто не понимает Вас, либо уйдёт из Вашей жизни, либо привыкнет.

Только вот как найти путь к этой миссии среди каждодневной суеты? Очень просто.

Подсчитайте, сколько часов в неделю Вы смотрите телевизор, треплетесь с друзьями (подругами) ни о чем, и сократите это время ровно вдвое. Вот и время на размышления.

А теперь зададим себе несколько вопросов.

1. Запишите всё, что Вы уже имеете сейчас. Имущество, работу, знания, умения, связи... Запишите, чего на данный момент Вы бы хотели больше всего. Причём, это могут быть не только вещи. Возможность путешествовать по всему миру или без всякого стеснения познакомиться с любой, даже самой красивой, девушкой тоже подойдет. Нужно лишь, чтобы эта «важность» исходила именно от Вас, а не от близких, начальников или телевизора. Соотносите Это со своим характером, проверяйте, действительно ли Это – Ваше. Глупо мечтать о дорогой спортивной иномарке, если Вы не получаете удовольствия от вождения.

2. Составьте план достижения от того, что Вы хотите, к тому, что у Вас уже есть. Да, да, никакой ошибки нет. От того, что Вам нужно, к тому, что уже есть. Включите свою фантазию. Цепочка должна состоять из практических, хотя бы теоретически выполнимых шагов.

3. Запишите все свои страхи, которые не позволят достичь Вам Этого. Того, чего вы хотите больше всего. Не хватает денег, связей, силы воли и т.д. Запишите каждый страх на отдельном листе (в отдельном файле). Например, если у Вас не хватает денег: «я стеснительный и боюсь попросить прибавки к зарплате» или «я никак не могу решиться на создание своего бизнеса». Данный анализ покажет, какие психологические черты Вам надо развить. Запишите их.

4. Теперь совместите шаги по достижению желаемого с отработкой нужных Вам психологических черт. Их, как правило, понадобится несколько на каждый шаг. Ваша задача – оптимизировать и выбрать главную черту, с чего начинать.

5. Продумайте только свой первый шаг и то, что станет его результатом. Когда он будет достигнут – самый окончательный срок. Остальное будете «изобретать» позже.

6. Начинаем! Как можно быстрее! Время сейчас работает против Вас! Не позволяйте своим страхам вернуться назад, закрыться в своей скорлупе. Первый шаг всегда самый трудный!

7. По мере движения вперед развивайте не только упорство, но и гибкость мышления. Любая проблема может быть решена огромным количеством способов. Надо лишь выбрать, что больше подходит Вам лично.

8. Теперь только выполняем план и корректируем ошибки по мере достижения. После нескольких недель Вы приобретете привычку решать свои личные проблемы все более легко.

И еще несколько советов.

1. Обязательно записывайте все свои достижения. Даже самые маленькие. Проведите анализ, какие психологические черты помогли Вам достичь этого.

2. Никому, по крайней мере сначала, не рассказывайте о своём решении расти как личность. Самая распространенная человеческая черта, к сожалению, «опустить» зарвавшегося. Притворитесь, что пока ничего не происходит.

3. Что бы с вами не происходило, не поддавайтесь унынию. «Бедный я, несчастный» – это всегда путь вниз, а не вверх. «Как я могу?» – вот главный вопрос, который Вы должны задавать всё время. Вы и только Вы ответственны за качество своей жизни!

Так чего же Вы ждете? Вперед!

P.S. Если кто-то считает всё, что написано выше, чушью, то, во-первых, раз Вы дочитали до этого места, по-крайней мере, Вас это заинтересовало. А во-вторых, эта система помогла мне лично не упасть духом во время тяжелой травмы, когда я несколько

Как организовать свою систему личностного роста

Автор: admin

17.10.2011 10:37 - Обновлено 29.10.2014 16:27

месяцев лежал без движения. Вместо того, чтобы жалеть себя, я придумывал сценарий своей будущей жизни, который сбывается сейчас практически на 100%.

Попробуйте прочитать статью ещё раз, через некоторое время.

Автор - **Михаил Груздев**

[Источник](#)