

Что такое
УСПЕХ
и как его
добиться?



Ларри Нильсон

Ларри Нильсон

Что такое успех и как его добиться?

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55020750

ISBN 9785449876171

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. Добиться успеха мечтает абсолютно каждый, но для его достижения одной мечты, к сожалению, недостаточно. Это прекрасный путь всей нашей жизни, который имеет свои восхождения, нисхождения и барьеры. Для начала разберемся в том, что такое успех, а потом предоставим пути достижения успеха.

Содержание

Что такое успех и как его добиться? Советы психолога	5
Отличие успешных людей от безуспешных	6
Достижение	7
Контроль	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Что такое успех и как его добиться?

Ларри Нильсон

© Ларри Нильсон, 2020

ISBN 978-5-4498-7617-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Что такое успех и как его добиться? Советы психолога

Добиться успеха мечтает каждый, но для его достижения одной мечты, к сожалению, недостаточно. Это путь жизни, который имеет свои восхождения, нисхожнения и барьеры. Для начала разберемся в том, что же такое успех, а потом предоставим пути достижения успеха.

Слово успех для многих ассоциируется с богатством или везением. Когда речь идет об успехе, люди представляют виллы на берегу моря с дорогими элитными автомобилями. На самом деле всё совершенно ни так.

*Что такое успех? **Успех** – это удовлетворенность тем, что имеешь. Вы можете быть успешным, просто добившись чего-то желаемого. Успех для одного может быть финансовая независимость, для другого сдача экзамена пусть с пятого раза. Можно себя чувствовать достигшим успеха сидя в тихом уголке дома и созерцая мир. Успех – это нахождение своей цели и движение к пути достижения.*

Успех – это духовная гармония, быть счастливым, наполненность жизнью, отдавать себя для других и сделать этот мир лучше. Для достижения, которого нужно иметь определенные знания и закономерности.

Отличие успешных людей от безуспешных

Успешным людям вовсе не улыбнулась судьба. Результат, который виден это всего лишь вершина айсберга. Для достижения высот, они прилагают свои усилия, нервы, время и умственные способности. Постоянное саморазвитие, является аспектом успеха. Нужно ставить перед собой задачи для достижения их. Большинство успешных людей не имеют ни связи, ни богатства, полученное от предков. Некоторые не имеют высшего образования и живут полжизни в нищете.

Вместе с тем они знают, чего хотят добиться, на какие аспекты нужно обратить внимание.

Отличительным качеством их является позитивное отношение к миру. Они смотрят каждому явлению как шанс к великим начинаниям. Никогда не опускают руки и пробуют еще и еще, до достижения результата. Кроме того, имеют четкие представления своей цели.

Достижение

Но вместе с тем достижение отличается от успеха. Оно предполагает преодоления трудностей и препятствий выход из зоны комфорта. Чтобы достичь выдающихся результатов, необходимо сначала узнать, чего хочется. Представьте перед собой ту конечную цель, образ, состояние которого хотите достичь.

Мотивация требует мотива, чем яснее вы осознаете, чего хотите, тем лучше и быстрее достигните желанного результата. Человек настроен на поиски и достижения целей. Например, если поставит перед собой цель, после работы пойти домой и до полуночи смотреть телевизор это достигается. И наоборот если ставит очень большую цель, типа финансовой независимости тоже достигается.

Ключ к успеху четкое представление своей цели до деталей и фиксация в письменном виде. Как показывают исследования, только три процента людей знают свою конечную цель конкретно. Поэтому они достигают видимых результатов, и только они зарабатывают за одно и то же время в среднем десять раз больше тех, кто не ставит никаких целей.

Вы тоже можете попасть в эту группу, просто сев за стол с ручкой и блокнотом. И составив список тех целей, которых хотите достичь в ближайший 5—10 лет. По окончании записи вы будете уже другим человеком. Ваше отношение к себе

и будущему изменится. Становитесь более уверенно и оптимистично.

Контроль

Вы довольны своей жизнью настолько, насколько контролируете его. Успешные люди сами принимают решения и действуют в соответствии с ним. И наоборот вы недовольны своей жизнью настолько, насколько вы не управляете ее.

Психологи давно уже признают, критическую важность чувства контроля, как одного из факторов характера и личностного роста. Фокус контроля – это внутренний и внешний источник воздействия, на какую-то сферу жизни. Если своей жизнью управляет человек, сам принимая решения, которые направляют жизнь – это внутренний фокус. Точно также если человеком управляют окружающие обстоятельства это уже наружный фокус.

Правильное осознание того что управляет своей жизнью, является критическим моментом в становлении личности. Люди с внутренним фокусом более устойчивы стрессу, и у них более высокие показатели здоровья и благополучия.

Когнитивная психология, занимается действием мышления человека на здоровье и счастье. Исследования, проводившиеся учеными данного раздела, показывают. Чувство контроля необходимо в личностном росте.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.