# 

# Как стать успешным человеком: 30 советов для достижения цели

Вопросом, как стать успешным человеком, не озадачивался, наверное, только ленивый. Каждый день люди разных профессий, разного возраста, социального статуса штудируют книги, журналы, интернет-порталы, проходят спецкурсы в поисках секретов успешной, богатой жизни и конкретных алгоритмов её достижения.

В сегодняшней статье выясним, что такое успех, какими качествами обладает добившийся успеха человек, порассуждаем, насколько корректны рекомендации, как стать успешным и богатым. Также будут рассмотрены моменты, связанные с успехом человека в личной жизни, с сохранением его ментального и физического здоровья. Интересно будет познакомиться с советами, как становиться лучше каждый день, от успешных людей.

## Успех… как много в этом звуке

Так что же такое успех? Успех – понятие очень относительное и очень субъективное. Кому-то для достижения успеха не хватает хорошо оплачиваемой должности. Кто-то признает себя успешным только в том случае, если ему удастся реализовать собственные, продуманные с нуля проекты. Успешность для третьих – принятие в кругу единомышленников. Другим же не столь важен успех в бизнесе, в общественной деятельности, но им интересно, чтобы личная жизнь складывалась спокойно, размеренно. Для этого они, как и прожжённые карьеристы, готовы положить всю свою жизнь.

[Социальные опросы](https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/uspeshnye-ljudi-kto-oni), проводившиеся среди людей разного возраста и статуса, помогли выделить нечто общее, объединяющее разные толкования людьми понятия успех. По мнению большинства респондентов, успешная жизнь – такое стечение факторов и обстоятельств, когда вы можете заниматься делом по душе и никак не ограничивать себя в реализации потенциала. При этом занятия по душе, как и возможности людей, многообразны, а потому сформулировать какие-то общие для всех рекомендации по достижению успеха практически невозможно.

## Качества успешного человека



Человек, который может добиваться важных, прежде всего для него самого, целей, человек, нашедший своё призвание в жизни, считается в нашем обществе успешным.

Сегодня уже не важно, кем являются родители, каково материальное положение на начальном этапе. Достичь успеха в жизни может каждый. Главное, чтобы человек обладал или же хотел самостоятельно развивать в себе ряд очень значимых качеств:

* уверенность в себе;
* трудолюбие;
* стойкость;
* упорство.

**Уверенность в себе**

Постановка целей, вычленение среди них приоритетных, а также их достижение – очень тяжёлый труд для того, кто хочет знать как стать успешным человеком. Справиться с поставленными задачами сможет лишь тот, кто ступил на этот путь, будучи полностью уверенным в успехе. Уверенность в своих силах, в положительном исходе работы – качество, без которого стать более успешным и счастливым не удастся.

**Трудолюбие**

Только внешне кажется, что успешные люди мало работают. Это в корне неверно. Люди, добившиеся хоть каких-то высот в своей отрасли, ― невероятные трудяги. Их деятельность направлена не просто на получение определённого результата, но и на его постоянное поддержание, увеличение, ровно как и на саморазвитие. Важно в этом случае, чем именно вы решили заниматься, чтобы заработать свой первый миллион. Нужно, чтобы дело приносило не просто деньги, а также искренне радовало, дарило удовольствие, удовлетворение. В противном случае задора надолго не хватит. Профессиональное выгорание – настоящая проблема нашего времени.

**Стойкость**



Эмоциональная стабильность, умение принимать решения даже в ситуациях стресса, способность не паниковать, не отступать перед лицом трудностей ― такие качества отличают действительно успешного человека. Стойко преодолевая возникающие на пути к благополучию проблемы, он остаётся открытым, не озлобленным на мир. Находясь в гармонии с собой, он создаёт особую созидательную, вдохновляющую атмосферу среди своего окружения.

**Упорство**

Всем известная истина гласит, что не ошибается лишь тот, кто ничего не делает для того, чтобы стать успешным человеком. Но часто, совершив ошибку, люди отступают от своих целей. Боясь неудач, которые дарят бесценный опыт, они лишают себя возможности добиться намеченного, достичь успеха, о котором грезят. Успешные же люди упорны. И часто это их свойство вводит в ступор конкурентов и соперников. Там, где другие бы уже давно потеряли надежду сделать хоть что-то правильно, они с помощью внутреннего упорства сворачивают горы, во много раз превосходя изначально запланированные результаты.

*Известный на весь мир баскетболист Майкл Джордан говорит, что проиграл более 300 игр, пропустил 9 тысяч бросков, 26 раз промахивался в финальных бросках, но никогда не сдавался. Именно это и сделало его успешным спортсменом.*

## Принципы успешной личности

Успех зависит от внутренних качеств конкретной личности. Некоторые из них прививаются с молоком матери. Но многие сознательный человек способен развить в себе самостоятельно.

К основополагающим принципам успешной личности относят:

* самодостаточность,
* здоровый перфекционизм,
* умение прощать,
* умение грамотно распределять силы,
* способность к безболезненному переключению между видами деятельности,
* доброжелательность,
* умение отказывать.

**Самодостаточность**



Человек, размышляющий о том, как достичь успеха, должен чётко отслеживать свои желания, уметь расставлять приоритеты в работе, в быту. Самодостаточный человек нацелен на успех, он движется к осуществлению намеченных целей, не обращая особого внимания на мнение окружающих его людей, пусть даже близких. Он работает ради выгодного ему самому результата, а не для того, чтобы заслужить уважение и одобрение других.

**Перфекционизм**

Мы подразумеваем здоровый перфекционизм, не граничащий с манией. Стремление к совершенству во всём помогает делать результаты работы идеальными. Однако, иногда следуют немного «закрыть глаза» внутреннему перфекционисту, чтобы не зацикливаться на скрупулёзном улучшении и без того хорошего результата. На это вы тратите время, цена которого в отдельных случаях невероятно высока. Приучите себя выполнять работу хорошо, идеально её делать не всегда нужно!

**Умение прощать**

Человек, способный на всепрощение, сам себе во многом облегчает жизнь. Если обидел близкий, то прощение поможет снять камень с души. Силы будут расходоваться не на непрерывное обдумывание ситуации, прокручивание возможных выходов из неё, драматичных сценариев. Они помогут ещё более ярко, полно реализовываться. Если вы обижены на чужого человека, поступившего не очень правильно и красиво, просто забудьте о его существовании. Результатом станет очищение личного пространства от ненадёжного человека, способного сделать больно, неприятно, бросить в ответственный момент. Благодарите Вселенную, ведь она всегда знает, от кого нас спасти и защитить.

Помните, есть как минимум [17 признаков](https://mamicoach.ru/toksichnyj-chelovek-17-priznakov-toksichnosti/), по которым можно определить токсичного человека.

**Распределение сил**

Не лишним для будущего миллионера будет умение грамотно распределять нагрузку, экономя энергию на чём-то одном, вкладывая её по полной во что-то другое. Кстати, это один из лучших советов как стать успешным. Не растрачивайте силы зря, если видите, что игра не стоит свеч. Лучше отдохните, примените свои умения и навыки для решения более важной и, возможно, более выгодной для вас задачи.

**Смена деятельности**

Способность к безболезненному переключению между разной деятельностью наполнит жизнь новыми впечатлениями, эмоциями. Работать, не включая мозг в решение бытовых или семейных проблем, способен не каждый. Ещё более сложным оказывается отключение головы от рабочих моментов в процессе общения с семьёй и друзьями. Найти столь нужный в этой ситуации баланс – уверенным шагом продвинуться навстречу успешной жизни.

**Доброжелательность**



Адекватному человеку свойственно поддерживать близких и друзей в момент преодоления ими трудностей, проживания потерь. Но мало кто из нас умеет искренне радоваться за людей, когда те находятся на гребне волны успеха. Часто вместо необходимых успешным людям слов поддержки они слышат лишь лесть или завистливые реплики. Лесть используется в основном с корыстной целью, чтобы получить от вас «свой кусок пирога». Зависть же выплёскивается наружу от неумения людей правильно проживать свои эмоции, отсутствия позитивного опыта поддержки родителями, друзьями в школьном возрасте.

**Умение отказывать**

Это умение тесно переплетается с самодостаточностью успешных людей. Умение ответить отказом в ситуации, когда ваши права стремятся ущемить, когда не считаются с вашими интересами, вашей выгодой, лишний раз показывает, что вы умеете расставлять приоритеты, умеете чувствовать самоценность, относиться к себе бережно.

## Ментальное и физическое здоровье как основа успеха

Физическое состояние организма, ясность ума, отсутствие проблем психологического характера – факторы, определяющие, как быстро человек сможет продвигаться на пути к успеху, достатку и личной реализации.

Люди желают видеть в качестве делового партнёра крепкого, жизнерадостного, здорового и бодрого человека, хрестоматийного «живчика». Если человек выглядит болезненно, морально или физически истощён (той же работой, например), никакая дорогая, выглядящая презентабельно одежда ему не поможет. Нужный, выгодный вам образ создать не получится. А если это и удастся сделать, то эффект обманутого ожидания от последующего взаимодействия с вами может заметно отдалить потенциальных клиентов, вызвать у них массу негатива.

Чтобы в погоне за бизнес-выгодой не потерять здоровье, заранее позаботьтесь о:

* полноценном сне,
* правильном питании,
* присутствии в жизни спорта,
* отказе от привычек, сокращающих нашу жизнь.

### Сон



Выспавшийся человек имеет больший потенциал для выполнения даже сверхсложных задач. Он более спокоен, выдержан, его решения взвешены, а настрой быстро заряжает окружающих на такую же плодотворную работу. Организм может полноценно восстановиться примерно за семь часов сна.

[*Роспотребнадзор*](http://04.rospotrebnadzor.ru/index.php/press-center/healthy-lifestyle/8850-16032018.html) *приводит не очень приятную статистику, в которой говорится, что 45% взрослых страдают от разных расстройств, связанных со сном. Из них до 23% людей и вовсе нуждаются в медицинском вмешательстве. Эта неутешительная статистика говорит о том, что сон ― одна из важнейших составляющих нашей жизни.*

### ПП

Человек, готовый впустить успех в свою жизнь, помнит, насколько совершенным создано его тело. Он всеми возможными способами поддерживает его в тонусе. Один из них — организация регулярного правильного питания. Оно покрывает потребности организма в энергии и полезных нутриентах, заметно улучшает качество жизни, дарит дополнительную мотивацию.

### Спорт

Ежедневная физическая нагрузка уже давно переросла из ранга модного времяпрепровождения в ранг обязательного ритуала. Спорт используется как способ укрепить здоровье, разгрузить голову, снять напряжение. Регулярные спортивные тренировки укрепляют характер человека, повышают его выносливость, делают нервы крепче, а характер более уравновешенным.

### Отказ от вредных привычек



Самыми распространёнными, а также самыми опасными для здоровья вредными привычками являются курение и алкоголизм. Нет никакой логики в том, чтобы сознательно сокращать продолжительность своей жизни, если у вас в голове созрел гениальный план по завоеванию мира. Успешные люди знают собственную ценность, поэтому берегут свой организм от влияния негативных факторов.

Согласно [ВЦИОМ](https://www.rbc.ru/spb_sz/freenews/5592c8199a79473b7f4c3e5c), среди вредных привычек россиян выделяются курение, употребление алкоголя, нецензурная лексика, азартные игры, слова-паразиты, непунктуальность.

## Универсальный алгоритм достижения успеха

*Вы можете подумать: «Упорно трудиться, сосредоточиваться на главном, преодолевать себя, придумывать идеи, служить другим и быть упорным просто. А нет ли все-таки какого-то особого секрета, волшебства, о чем супер успешные люди знают, а я нет?» Ответ — твердое «Нет!». Весь секрет успеха в том, что никакого секрета НЕТ*

***Ричард Сент-Джон, автор книги «Большая восьмёрка».***

Несмотря на то, сколько официальных исследований проводится в надежде выяснить, как стать успешным человеком, единого алгоритма достижения успеха нет и быть не может. Существует лишь ряд рекомендаций и советов, которые направлены на изменение мышления людей. Параллельно они мотивируют людей, желающих успеха, на ведение осознанной жизни.

## Полезные правила и привычки

Привычка – вторая натура. Касается это также вопроса успешности человека. Если душа требует перемен, статусных, финансовых, карьерных, начните с малого. Замените собственные, привычки, тянущие вас вниз, не дающие двигаться к поставленным целям, привычками успешных людей. Сделать это подчас очень не просто, ведь наш уклад жизни формируется годами. Но именно выход из зоны комфорта помогает понять, как достичь успеха, сдвинуть собственную жизнь с мёртвой точки.

Таблица 1. Привычки успешных и неуспешных людей

| **Успешные люди** | **Неуспешные люди** |
| --- | --- |
| Выбирают книги | Любят смотреть телевизор |
| Умеет поддерживать других | Искусно умеют лишь критиковать |
| Открыты для нового, полезного | Боятся даже незначительных перемен, выхода из зоны комфорта |
| Учатся прощать других | Не признают прощение, постоянно копят недовольство миром в целом |
| Активно обсуждают идеи | Способны обсуждать лишь людей |
| Постоянно обучаются, стремятся узнать что-то новое | Всё на свете знают |
| Готовы брать ответственность за свои поступки и жизнь в целом | Перекладывают ответственность за свою жизнь на других |
| Благодарны миру | Постоянно предъявляют требования |
| Имеют план | Не ставят никаких, даже долгосрочных целей |

### Внешний вид

С детства нам внушают, что «встречают по одёжке, провожают по уму». Современные же реалии таковы, что провожают в нашей культуре также по одёжке. Внешний вид имеет огромное значение при формировании образа успешного человека. Если вы не позаботитесь о том, чтобы выглядеть дорого, располагающим к себе, о миллионах и звёздной карьере можно не мечтать. Этот принцип работает, даже если вы находитесь в начале своего пути к успеху. Начните с малого – инвестируйте в элегантную дорогую капсулу, выдержанную в деловом стиле. Она подойдёт для самопрезентации, для знакомства с целевой аудиторией, для встреч с потенциальными партнёрами, для подписания важных договоров. Неряшливо, неопрятно или нелепо одетый человек, вне зависимости от его знаний и опыта, претендовать в нашем жестоком мире на какую-либо серьёзную должность не может даже теоретически.

### Тело в дело



Огромное влияние на создание образа, заряженного на успех человека, имеет состояние тела. Хорошая фигура – это подчас много-много часов работы над собой, огромное количество вложенных в себя средств, невероятная целеустремлённость. Каждый, кто хоть раз начинал ходить на тренировки, понимает, насколько иногда трудно соблюдать регулярность занятий, грамотно вписывать их в свой загруженный график, придерживаться ограничений в питании. Результат в виде подкаченного тела, выносливости, умения контролировать своё физическое состояние подразумевает огромные вложения, как душевные, так и материальные. Одновременно с этим отличное состояние вашего тела является инвестицией в ваш успех, весомой помощью в работе над его достижением и удержанием.

### Поведение

Хочешь быть успешным, веди себя так, как будто ты уже добился успеха. Это жизненное правило всегда актуально. Поведение определяется мышлением. А оно у людей разного социального статуса иногда заметно отличается. Старайтесь абстрагироваться от мелочных проблем, недостойных вашего внимания, а главное — времени. Не суетитесь, поставьте себе цель и планомерно двигайтесь к её реализации, не отвлекаясь на сплетни, чужую жизнь, не интересные вам триггеры. В любой ситуации оставайтесь вежливыми и учтивыми. Не опускайтесь до склок, прилюдного разбирательств. Будьте выше бытовых драм, сохраняйте выбранный вектор движения по направлению к своей мечте.

### Пунктуальность

Пунктуальность должна быть возведена в ранг образа жизни. Она помогает показать, как бережно вы относитесь к своему и чужому времени. Благодаря ей человек, стремящийся к достижению успеха в бизнесе и личной жизни, может использовать всё возможное время с пользой для себя. Обучение, повышение квалификации, внедрение полученного опыта – такое полное включение в работу и в развитие заложит основу вашего успеха.

Однако, важно сохранять баланс между работой и семьёй. Качественные, наполненные смыслом, любовью взаимоотношения с родными людьми – это не пустая трата времени, как может показаться, если поймать карьерный кураж. Связь с семьёй, забота о ней и получаемое в ответ взаимопонимание – дополнительный стимул для достижения новых профессиональных и финансовых высот.

### Речь

Успешный человек должен интересно, красиво рассказывать о своей деятельности, знакомить многочисленную аудиторию со своими проектами. Не менее важно уметь правильно и максимально однозначно доносить до людей свои мысли, уметь убеждать собеседников, склонять их к своей точке зрения. Человек, который стремится стать лучше и успешнее в бизнесе, умеет с помощью речи избегать прямых конфликтов. Если же возникновения сложных ситуаций избежать не удалось, важно выйти из них экологично, получая максимум опыта и пользы для себя.

### Оптимизм



Возьмите себе за правило – встречать каждый день с радостью и вдохновением. Каждое дело или трудность старайтесь воспринимать не в качестве проблемы, а в качестве уникального шанса для развития, совершенствования.

Оптимизм укрепляет уверенность человека в себе. Без последнего качества, как и без веры в результат, следовать за своей мечтой очень сложно.

Заметно повысят ваш шанс стать успешным в бизнесе:

* высшее образование,
* харизма, чувство юмора,
* умение мечтать искренне, без оглядки на общественное мнение, чужие предрассудки.

## Финансовый успех и принципы его достижения

Успешные люди постоянно работают над достижением поставленных целей. Одна из них – финансовый успех. Тем, кто задается вопросом, как стать успешным человеком, следует перенять у своих лидеров особое отношение к деньгам.

Достичь финансового успеха можно, только если вы:

* ведёте тщательный контроль прихода / расхода денег;
* живёте по средствам, избегая спонтанных трат, лишних расходов;
* при необходимости ищете дополнительные источники дохода, не влезая в кредиты;
* всегда откладываете часть средств с получаемого дохода;
* не даёте денег в долг, кроме тех случаев, когда близкий действительно попал в беду. При этом ждать возврата долга не стоит, особенно если вы помогли от чистого сердца;
* отказываетесь от мелких трат, часто сопрягаемых с вредными привычками. Отказ от постоянного употребления кофе, курения обычных или электронных сигарет, например, позволяет даже за короткое время сэкономить значительное количество денег;
* стремитесь повышать свою финансовую грамотность.

Таблица 2. Отношение к жизни и к материальным ценностям у людей с разными типами мышления

| **Параметры сравнения** | **Мышление бедного** | **Мышление богатого** |
| --- | --- | --- |
| Знания и навыки | Нежелание учиться, всесторонне развиваться, появляющееся сразу после окончания школы / ВУЗа | Постоянное развитие и обучение |
| Обстоятельства | Постоянное ожидание удобного случая, подходящих обстоятельств, «синдром отложенной жизни» | Какие бы обстоятельства не случились, человек занимает активную позицию, действует, всегда рассчитывает на самого себя |
| Отношение к деньгам | Деньги – вселенское зло, от которого одни проблемы и неудачи. С деньгами приходится мириться | Деньги воспринимаются как добро, как возможность решить свои проблемы, проблемы окружающих. С помощью денег можно сделать жизнь заметно лучше. |
| Траты | Траты, несопоставимые с заработком. Жизнь не по средствам. Постоянные долги, кредиты | Жизнь по средствам. Экономное отношение к зарабатываемым деньгам. Отсутствие расточительства |
| Денежные решения | Деньги тратятся импульсивно, на основе нахлынувших эмоций | Перед тем, как потратить деньги, проводится анализ накоплений в целом. Решения принимаются на основе взвешенных аргументированных решений |
| Информация | Информация добывается на страницах в соцсетях, не всегда проверенных новостных порталах. Любимое развлечение в свободное время – просмотр сериалов, собирание сплетен на форумах | Основным источником информации становятся книги, проверенные СМИ и тематические ресурсы. В редко появляющееся свободное время человек посещает семинары, обучающие курсы. |

Определите есть ли у вас [синдром отложенной жизни](https://mamicoach.ru/sindrom-otlozhennoj-zhizni/) с помощью нашей статьи.

## Успех в личной жизни

Успех в профессиональной сфере невозможен без успеха человека в личной жизни. Живущий в гармонии с близкими, в любви, он более результативен и эффективен на работе, он видит больший смысл в выполняемых действиях, сильнее мотивирует себя на преодоление трудностей.

**Любовь к себе**



Как достичь успеха в отношениях? Психологи советуют для начала полюбить себя, научиться прислушиваться к своим желаниям, чётко понимать свои взгляды на те или иные аспекты семейной жизни. Это не означает, что человек должен полностью игнорировать мнение близких ему людей, ставить себя заметно выше окружающих. Все люди одинаково ценны! Но вам необходимо сначала увидеть себя настоящего, понять себя, принять со всеми недостатками, внутренними драконами. Это позволит более спокойно относиться к особенностям родного человека, отказаться от идеи его перевоспитывать или менять.

**Свобода выбора**

Не ограничивайте своего партнёра в выборе чего-либо или кого-либо. Это его/её право – выбирать нравящиеся именно ему/ей, а не вам работу, книги, друзей, виды развлечений, отношение к спорту, к питанию, к религии. Воспитывать человека, и то до определённого возраста, имеют право только его родители.

**Постоянная работа над отношениями**

Отношения развиваются, растут вместе с вашей парой. Их нужно постоянно подпитывать эмоционально, работать над ними, устраивать качественный обмен энергией и эмоциями, выводить на новый уровень. Время от времени рекомендуется обсуждать отношения с партнёром, стараясь не упустить того момента, когда между вами появятся недопонимание и холод.

## 30 секретов как стать успешным

Прописать единую инструкцию по достижению успеха невозможно. Но мы решили дать вам лучшие советы как стать успешным, исходя из опыта людей, уже достигших определённых высот в бизнесе. Касаются эти советы и рекомендации самых разных сфер жизни, ведь работа над тем, как стать лучше и успешнее, очень разносторонняя и интересная.

Для начала базовые советы как стать успешным.

1. Тщательно продумывайте и ставьте перед собой конкретные цели.
2. Не фокусируйтесь на проблемах, неудачах.
3. Выбирайте дело по душе.
4. Позитивно мыслите.
5. Живите здесь и сейчас.
6. Постоянно совершенствуйтесь.

А теперь перейдем к основным секретам.

**1. Ставить цели**



Ставьте перед собой конкретные цели. Если они глобальны и долгосрочны, стоит разбить их на более мелкие и краткосрочные. Такой подход поможет правильно распределять время, силы, ресурсы для выполнения задач, ведущих к осуществлению намеченного.

**2. Правильно воспринимать проблемы и неудачи**

Воспринимайте каждое испытание, как возможность проявить приобретённые навыки, как способ получения нового жизненного опыта. Впадать в депрессию после каждой неудачи нерационально. Нервная, а вместе с ней эндокринная система в конце концов дадут сбой. А мечты об огромных достижениях рискуют так и остаться мечтами.

**3. Найти дело по душе**

Развивайте бизнес в той сфере, которая лично вам больше всего нравится. У вас не возникнет вопроса, как достичь успеха, если вы будете искренне любить то, чем занимаетесь, хотеть вкладывать в дело не только все средства, но и всю душу.

**4. Быть в моменте**

Не откладывайте реализацию своей мечты на завтра, на понедельник, на новый сезон. Начните делать пусть робкие, но реальные шаги на пути к своему делу уже сейчас. Уделяйте работе всего несколько часов в неделю. Результат, пусть и незначительный, не заставит себя долго ждать. Самое дорогое, что есть у нас, – отпущенное жизнью время, потратить которое необходимо с пользой и в удовольствие.

**5. Работать над собой**



Успешные люди постоянно работают над собой. Чтобы достичь высот, стать лучше, успешнее, нужно каждый день становится чуточку круче себя прежнего. Хотеть блестящую карьеру, финансовый успех, интересные варианты самореализации, ничего для этого не предпринимая, очень глупо. Не тратьте время на мечты, если они не подкреплены действиями!

**6. Иметь полезные привычки**

Успешный человек знает, что губить свое здоровье ― последнее, что ему нужно. И потому, наоборот, старается сделать все, чтобы улучшить его и продлить себе жизнь. С этим осознанием в ход вступают полезные привычки ― ранний подъем, занятия спортом, полезное и правильное питание, здоровый сон. Они постепенно заполняют плотный график человека и становятся неотъемлемой его частью. Так утренний кофе заменяется смузи, а вместо пачки сигарет в кармане появляется лишняя копеечка, которую можно потратить на свое развитие.

**7. Вести дело от начала и до конца**

Запомните: если вы решились за что-то взяться, то обязательно доведите дело до конца. Неважно что это будет, просто возьмите за привычку не бросать начатое. Заинтересовались книгой, но в процессе поняли, что она вам наскучила? Все равно дочитайте, а позже проанализируйте для себя почему потеряли интерес к ней. Решили написать свою книгу, но по ходу дела «выгорели»? Приучите себя выделять в день хотя бы 30 минут для того, чтобы написать 2-3 предложения.

Дело вовсе не в том, что что-то раньше приносило вам удовольствие, а теперь приходится буквально заставлять себя этим заниматься. Дело в том, что такое выгорание и потеря интереса ― неотъемлемые составляющие любой длительной и кропотливой работы. И если вы действительно хотите достичь в ней успеха, нужно приучить себя работать не только под влиянием музы, но даже в те моменты, когда хочется все бросить. Мы уже рассказывали вам как нужно учить себя [закрывать гештальты](https://mamicoach.ru/geshtalt-chto-jeto-i-kak-ego-zakryvat/).

**8. Выжимать максимум**

Учитесь работать на пределе своих возможностей и всегда раздвигать их чуть шире, чем вчера. Например, сегодня вы договорились о сотрудничестве с двумя партнерами. Это были очень выматывающие и сложные переговоры, отнявшие у вас много сил. Отдохните в этот вечер, а завтра убедите еще троих таких же партнеров, что сотрудничать с вами выгодно. Старайтесь делать так, чтобы завтра быть еще усерднее и лучше, чем вчера.

*Будьте как Наполеон, который заявлял, что в его лексиконе отсутствует слово «невозможно».*

**9. Уметь общаться**

****

Интроверты бывают весьма интересными и загадочными личностями. Нередко ― гениями. Но для успешного человека, который полагается не только на свои врожденные таланты, но и на умения, которые сам смог в себе взрастить, крайне важно уметь правильно преподносить себя в обществе и общаться с другими людьми. Это может раздвинуть горизонты возможностей, ведь, зачастую, хорошие связи бывают даже полезнее денег.

Также умейте общаться вежливо со всеми: человек, который в кафе нагрубит официантке, а своему боссу за столиком будет елейно улыбаться, отталкивает. Само собой, что с каждым новым знакомым нужно «подбирать» ключи к приятному общению, но именно это умение может выделить вас из сотни других людей.

**10. Больше слушать**

Можно сказать, что этот совет вытекает из предыдущего. Больше слушать, чем говорить, полезно не только для того, чтобы произвести хорошее впечатление (а это заключения психологов, что слушающий собеседник вызывает больше приятных эмоций и располагает к себе, чем говорящий), но и для того, чтобы получать информацию.

Не секрет, что в нашем динамичном мире именно она ― тайная валюта. Нет, речь не о том, чтобы вы бежали выгодно разбалтывать секреты одного человека другому. Речь о том, что лучше больше знать о других, чем предоставлять такую информацию о себе. И, кто знает, может, ваш собеседник в разговоре волей-неволей научит вас чему-то.

**11. Найти круг единомышленников**

Согласитесь, это важно, когда ваше окружение мыслит с вами на одной волне. А представьте как это важно для человека, который хочет добиться успеха в своем деле. И предопределяя закономерный вопрос, отвечаем сразу: единомышленники ― не равно во всем соглашающиеся с вами люди. Если окружить себя теми, кто во всем готов потакать и никогда не оспаривать ваши решения, это может нанести больше вреда, чем кажется.

Нет, единомышленник ― это человек, который стремится к тем же высотам, что и вы, возможно, это даже соперник, здоровая конкуренция с которым будет подстегивать вас двигаться вперед несмотря ни на что.

**12. Иметь наставника**

****

Особенно на начальных этапах, когда вы только начинаете развиваться, важно найти человека, который бы подсказывал вам дорогу и ненавязчиво направлял. Наставником может стать ваш руководитель, человек, который уже прошел тот же путь, что ждет вас впереди, успешный коллега, кто-то из семьи. Не так важно кто это, важно, чтобы вы видели в нем более мудрого и опытного человека, у которого есть чему учиться.

Наставником в более широком смысле этого слова может стать и ваш кумир. Человек, которого вы считаете примером для подражания в своем деле. Тогда учиться придется на его опыте и ошибках без личного общения. Но для старта и это хорошо.

**13. Быть бережливым**

Тот, кто считает богатых и успешных людей транжирами, глубоко заблуждается. Часто миллионеры и миллиардеры на деле ― те еще Скруджи Макдаки. Особенно те, кто добился всего самостоятельно, а не вырос с золотой ложкой во рту. И в этом контексте бережливость не выступает синонимом скупости. Просто успешность в финансовом плане часто идет рука об руку с умением экономить и правильно распределять уровни дохода и расхода средств.

Бережливость ― это не только скромное отношение к деньгам. Это также умение аккуратно и бережно относиться к одежде и вещам, к движимости и недвижимости. Можно сказать, что это умение ценить то, что имеешь, приумножая.

**14. Много читать**

Мы уже ни раз упоминали о том, что успешные люди читают в то время, как обычные смотрят телевизор. Казалось бы ― какая разница? Ведь и там, и там идет поток нескончаемой информации.

Никто не заставляет забрасывать любимый сериал и вовсе отказываться от просмотра ТВ. Но порой, действительно, лучше провести вечер с полезной книгой, чем за очередным развлекательным шоу. Книги заставляют задумываться, развивают критическое мышление. Тогда как развлекательные программы по телевизору, наоборот, расслабляют и позволяют на время ни о чем не думать.

Но ведь везде есть исключения. Когда мы говорим о книгах, то подразумеваем историческую, документальную, профессиональную литературу. Не любовные второсортные романы. Если говорить о телевизоре, то просмотр качественных кинолент тоже может оказаться полезным ― заставит задуматься и начать рассуждать.

**15. Расти в профессиональном плане**

Проходить курсы повышения квалификации, постоянно совершенствовать свои профессиональные умения, идти нога в ногу с трендами в специальности ― вот что так важно для успешного человека.

Никогда не отказывайтесь учиться. Даже больше ― сами ищите дополнительные возможности для самообучения или обучения у других. Благо, сегодня для этого есть все возможности: различные курсы, дистанционное обучение, платные и бесплатные программы по разным направлениям.

**16. Давать себе отдыхать**

****

Как бы сильно вы ни любили бы свое дело, не забывайте, что отдых ― это тоже часть вашей работы. Без сил и энергии вы попросту не будете способны на новые свершения. Возьмите себе за правило минимум один день в неделю (все же, лучше два) устраивать себе полноценные выходные. Желательно даже без гаджетов и ежедневной рутины, если это возможно.

Учитесь выделять время и на себя, какой бы сильной не была бы загруженность.

**17. Ценить время и затраченные ресурсы**

Слышали поговорку «Время ― деньги»? Для успешных людей это не просто крылатое выражение, это девиз жизни. Они действительно отлично умеют планировать каждый свой шаг и распределять их так, чтобы максимально эффективно за короткий срок добиться желаемого.

Начните с малого ― даже если вы сейчас работаете в найме и только планируете открыть собственное дело, распределяйте свое рабочее время так, чтобы выполнить все поставленные объемы быстро и качественно, оставив время и саморазвитию. Помните, что в любую работу вы вкладываете не только душу, но и свои умения и время. Не давайте другим обесценить эти старания.

*Оратор Джим Рон считал, что у человека есть 2 варианта: или вы будете управлять своим днем, или он будет управлять вами.*

**18. Иметь чувство меры**

Мера во всем ― это гармония с самим собой. Даже когда вы стараетесь выжать из своих умений и возможностей максимум, знайте свои пределы. Даже когда вы упорно двигаетесь к успешному результату, понимайте когда стоит притормозить.

Мера важна во всем: в еде, в работе, в отдыхе, в распределении карьеры и личной жизни, в самом себе. Непомерные аппетиты (и речь сейчас не только о питании) редко приводят к хорошему финалу, а вот гармоничные и цельные в своих стремлениях люди всегда будут казаться другим привлекательными и уважаемыми.

**19. Быть оптимистом**

Казалось бы, при чем тут оптимизм и успех в делах? Оказывается, они идут «нога в ногу». Человек, который с улыбкой смотрит в лицо неудачам и ошибкам ― самый сильный. Человек, который не опускает руки несмотря ни на что, способен свернуть горы. А стать таким может тот, у кого в приоритете всегда позитивные мысли.

Только представьте: на карьерном поприще вас застала неудача. Например, повышение дали не вам, а другому коллеге. Обидно? Конечно! Но кто в итоге «проиграет» больше ― человек, который буквально съел себя негативными мыслями и собственном непрофессионализме и неудачливой судьбе, или тот, кто искренне пожелает новому руководителю удачи, а сам будет и дальше бодро работать? Причем, необязательно в той же компании.

Также позитивное мышление не означает неготовность к неудачам. Можно ведь всегда ожидать и надеяться на лучшее, но быть готовым и к худшему. Просто не расстраиваться и не сгрызать себя плохими мыслями изо дня в день. Поверьте, это также поможет вашему ментальному здоровью.

**20. Управлять мыслями**

****

Еще один секрет, вытекающий из предыдущего: созидайте даже мысленно. Не зря говорят, что мысли материальны. Когда вы сосредотачиваете свое внимание на негативе, страхах и сомнениях, вы никогда не решитесь сделать задуманное. А когда вы приучили себя всегда мыслить в позитивном ключе, не зацикливаться на плохом, вам будет проще. Причем, этот совет помогает в любой сфере: карьере, личной жизни, здоровье.

**21. Бороться со страхами**

Скорее всего, страшно будет часто. Страх неудачи ― явление, которое сопровождает людей, старающихся что-то изменить в своей жизни. Знаете поговорку: «Не сомневается тот, кто ничего не делает»? Она неплохо отображает состояние смятения и сомнений людей, которые вознамерились стать успешными.

Запомните: страх ― это не страшно, как бы тавтологически не звучало. Страшно не бороться со своей боязнью, не стараться что-то изменить и довольствоваться лишь малым. Страшно не пытаться «выжать» из единственной жизни максимум, не проявить себя. Вот чего должны бояться люди, желающие добиться высот.

Учитесь наступать на горло тому, что вас пугает, бороться с сомнениями и фобиями, превозмогать себя. Поверьте, это очень поможет достичь того, чего вы в самом деле желаете, и не сдаться на полпути.

**22. Учиться на ошибках**

Не только на своих, на чужих тоже. Мы все неидеальны и можем ошибаться, но попросту глупо не выносить из этих ошибок ценные уроки. Допустим, вы хотели открыть свое дело, но не получилось. Проанализируйте почему, а не просто опускайте руки. Найдите свои слабые стороны, которые не дали свершиться задуманному. И исправьте их. Возможно, не со второй, а с десятой попытки, у вас получится. Но зато вы также получите бесценный опыт того, как делать не нужно.

Смотря на ошибки других, вы также можете этому научиться и заранее понимать, какие шаги предпринимать. Это полезно и поможет сократить время, за которое вы добьетесь успеха. С другой стороны, в будущем кто-то также может научиться на ваших ошибках.

**23. Быть честным**

Конечно, на это можно возразить, что есть успешные люди, которые ведут «темные» дела. Но задайтесь вопросом ― вы именно этого хотите? Или вам, все же, по душе прозрачная работа? Допустим, у вас бизнес в розницу. Разве станет он успешнее, если потратиться на рекламу, обещающую клиентам невероятное качество товара по низкой цене, которая в итоге окажется обманом? Возможно, наоборот, стоит немного урезать маркетинговый бюджет в угоду повышения качества? И, поверьте, оно гораздо лучше поможет лояльно настроить вашу целевую аудиторию на последующие покупки именно у вас.

Обман, особенно в бизнесе, легко раскрыть, а «очиститься» от его последствий бывает невозможно.

**24. Выбрать определенное для работы время**

****

Если вы хотите правильно распределять свои ресурсы, совмещать работу со здоровым отдыхом, то выделите определенное время на каждое занятие. Например, вы хотите стать успешным писателем. Приучите себя к ежедневному написанию глав в строго выбранные часы, к примеру, с 8 утра до часу дня. Затем делайте перерыв. И снова возвращайтесь к работе до пяти вечера. А оставшееся время посвящайте другим делам ― работа по дому, чтению книг, общему развитию, отдыху.

Все это, конечно, индивидуально. Возможно, ваш график не позволяет действовать именно так, возможно, вы по натуре ― сова, ранний подъем которой просто противопоказан, а работать лучше всего вам дается ночью. Подберите тот график, который подойдет именно вам.

**25. Не бояться спрашивать**

Забудьте о стереотипе, где считается, что человек, задающий много вопросов ― глупый. Как раз-таки, наоборот. Если вы боитесь или стесняетесь интересоваться у более опытных людей, как оптимизировать свою работу или сделать ее гораздо лучше, это не сыграет вам на руку. Вы должны понимать, что вопросы возникают от того, что вы хотите что-то понять или поменять. И это хорошо. Даже, если не вникли суть с первого раза, спрашивайте еще, уточняйте.

**26. Заставить деньги работать на вас, а не наоборот**

Мышление успешных людей тем и отличается от обычных, что они думают как сделать так, чтобы средства работали на них. Инвестирование, вклад в собственное образование, покупка акций, вложения в недвижимость ― все это лишь малый перечень того, как можно приумножить свое состояние.

**27. Чаще улыбаться**

Улыбка располагает к себе. Она ― ваш инструмент в достижении желаемого. Угрюмые и необщительные люди не вызывают у партнеров и собеседников приятных эмоций, а вот улыбчивые и светлые, наоборот. Причем, очень важно, чтобы улыбка действительно шла от души, а не была натянутой. И, как ни странно, ее можно даже выработать у себя, если взять за правило ежедневно улыбаться хотя бы три-четыре раза. Попробуйте, может, это именно то, чего вам не хватает?

**28. «Собрать» свой цельный образ**

****

Вы получили хорошее образование. Вы научились подбирать свой индивидуальный стиль в одежде. Вы привели в порядок внешность. Вы постоянно развиваетесь. Так объедините все это в единый образ успешного человека: трудолюбивого интеллектуала, который знает цену своему времени или веселого пробивного товарища, который умеет под другим углом смотреть на обыденные вещи. Ваш образ ― это еще одно ваше лицо, которое многое скажет о вас обществу, конкурентам, партнерам.

**29. Не бояться идти на риск**

Открытие собственного дела, успехи в карьере ― это не те вещи, которые всегда идут по четко продуманному плану. Иногда приходится рисковать и выбирать путь наибольшего сопротивления. И вам не стоит этого бояться. Вернее, люди ведь боятся не самого риска, а неудачи, которая может за ним последовать. Да, это возможно, но порой куда хуже оставаться на месте и не пытаться вырваться вперед.

**30. Мотивировать себя**

Не забывайте о том, что именно вы ― свой главный мотиватор. Даже в пасмурные дни, когда кажется, будто ничего не выходит и хочется сдаться, именно ваш внутренний голос может заставить подняться с кровати и вспомнить, для чего вообще вы стремились стать успешным человеком. Вам предстоит долгий и упорный путь, во время которого часто придется напоминать себе для чего все делается, так что будьте готовы на каждом этапе уныния замотивировать себя на движение вперед.

*Американский тренер Винс Ломбарди заявлял, что куда важнее победы постоянное желание побеждать.*

## Примеры успешных людей в разных сферах

Гораздо больше веришь в собственный успех, когда есть примеры людей, добившихся признания собственным трудом. И поверьте, таких в мировой и современной истории наберется немало. Вот всего несколько из них.

**Опыт: Леонардо Дель Веккио ― основатель компании по производству оправ и солнцезащитных очков Luxottica Group**

Этот человек вырос в детском доме, так как в свое время мать отказалась от него и других своих детей, не сумев их содержать. Позже он работал на фабрике, изготавливающей детали для автомобилей, и даже потерял там часть пальца. Но именно опыт, полученный на фабрике, позволил этому человеку в будущем начать свой бизнес. Сегодня его капитал оценивается более чем в 22 миллиардов долларов.



*Джоан Роулинг*

**Упорство: Джоан Роулинг ― автор книг о «Гарри Поттере»**

Прежде чем впервые выпустить в мир историю о мальчике, который выжил, Роулинг получила отказ от издательств 14 раз. Если бы она сдалась хотя бы после одной из этих попыток, возможно, мы бы никогда не узнали эту прекрасную книгу, не увидели бы успех актеров, что снимались в кино с самого детства и росли буквально на глазах у многомиллионной публики. На 2021 год состояние писательницы оценивают примерно в 1,1 миллиард долларов.

**Удача: Харрисон Форд ― актер**

Этот человек пришел в мир кино в возрасте 29 лет. Менее успешные актеры к этому моменту уже завершают свою карьеру. Форд был плотником, который пытался заработать на жизнь для семьи. Когда он собирал шкаф для продюсера Джорджа Лукаса, тот неожиданно предложил ему роль второго плана в драме «Американские граффити», а уже спустя 6 лет мы узнали любимого Хана Соло, а затем и Индиану Джонса. Капитал актера оценивается приблизительно в 230 миллионов.

**Опрос**

**Вопрос:** Как вы считаете, что важнее для успеха ― удача или упорный труд?

**Варианты ответов:**

1. Конечно же, удача, ведь многим везет даже без лишних усилий.
2. Конечно же, упорный труд, без него никакая удача не принесет пользы.
3. Их комбинация: долгий и упорный труд, приправленный щепоткой удачи, точно приведет к успеху.
4. Формула успеха состоит из многих элементов, и собственный труд вместе с удачей стоят далеко не на самых последних местах.

## Законы и ценности богатых людей

## 

Любой бизнес живет по своим законам. Но есть же и что-то общее? Да, и это ― финансовое мышление, с которым можно родиться, а можно и приучить себя к нему самостоятельно.

Вот несколько примеров такого мышления, к которым стоит присмотреться и прислушаться.

* Закон подсознания ― как бы сильно мы не управляли своим сознанием, в первую очередь всегда работает подсознание, и именно его необходимо направить в нужное русло. Самонастройки, к которым мы себя приучаем, определяют нашу дальнейшую жизнь. Вам достаточно зарплаты в 40 тысяч? Вы не хотите даже стараться ее повысить? Вы и не повысите. Это «достаточно» и закладывается в вашем подсознании, которое уверено, что вот он ― ваш лимит счастливой жизни. Расширьте этот лимит, и тогда ваши шансы на зарплату в 100, 200, 300 и больше тысяч станут возможными.
* Закон желаний на все 100 ― если вы хотите чего-то, желайте этого на максимуме своих возможностей. Делайте все возможное, чтобы добиться цели, так как страстно и жгуче желаете обладать. Не довольствуйтесь малым.
* Закон планирования ― человек, который считается успешным в обществе, живет сегодняшним днем, но уже знает свои планы на неделю вперед. Не оставляйте все на волю случая, а сами берите бразды правления собственной жизнью.
* Закон знаний ― потому что это сила. Не скупитесь на то, чтобы повысить и расширить их в профессиональном и общеобразовательном плане. Будьте всегда потратить лишнюю копейку на дополнительные курсы или программы.
* Закон финансовой грамотности ― зарабатывайте больше, чем вы тратите. А когда тратите, делайте это с умом. Это позволит накапливать капитал больше, чем растрачивать его, что и сделает вас, возможно, богатым.

Многие известные и богатые люди следуют этим законам. Последуйте и вы, чтобы стать с ними в один ряд и гордо явить миру свой успех! Готовы? Тогда расскажите нам в комментариях, с чего планируете начать.

## Выводы по теме

* Секрет успеха заключается в том, что никакого секрета нет!
* Развивайте в себе внутренние качества. Они не просто покажут, как достичь успеха. Они сделают путь к намеченным целям более лёгким, полезным и интересным.
* Искореняйте в себе вредные привычки.
* Прислушивайтесь к полезным советам успешных людей.
* Не отделяйте успех в профессиональной сфере от успеха в личной жизни.