

Как стать успешным

(Занятие для старшеклассников)

Что такое "успех" в жизни человека? Каких людей можно назвать успешными? Каким образом личные качества отдельной личности могут помочь достичь успеха? Как достичь определённого успеха, благодаря собственным усилиям? Какие условия способствуют достижению успеха?

Успех и его достижение – одна из популярнейших тем в современной психологии. Написано множество книг на тему «Как достичь успеха», а глянецовые журналы навязывают нам однотипные образы успешных людей. Но что такое успех на самом деле? И действительно ли успех соответствует стандартам общества: престижная высокооплачиваемая работа, автомобиль дорогой марки, одежда от известных дизайнеров?

Успех — это то, что человек завоевывает, добивается, потому он немислим без активности. В зависимости от той области, в которой человек задается самосовершенствованием и развитием, выделяют личностную, социальную, профессиональную, которые в совокупности образуют жизненную успешность.

Для человека важна не только внешняя оценка его успешности («он достиг своей цели, он успешен»), но и его внутренняя («я достиг, чего хотел, я успешен»).

Успеху способствует следующие особенности личности:

1. Упорное утверждение своей личности. Эта психологическая особенность обычно проявляется очень рано, но совсем не обязательно в высоких оценках за учебу. Скорее, она выражается в стремлении не подстраиваться под окружающих, а идти к собственной цели, не пасуя перед преградами.

2. Способность контактировать с окружающими. Основа этой способности — умение понять психологические особенности сотрудников и соперников и правильно использовать эти знания в жизни.

3. Физическая выносливость. Психологическая гармония обеспечивает хорошее здоровье, которое тоже относится к важному элементу успеха.

4. Способность точно предвидеть, как будут развиваться события. Развитая интуиция

5. Особая гибкость. Человек, рожденный для удачи, точно понимает, когда надо признать свое поражение, или пойти на разумный компромисс. Он умеет при необходимости быть и очень упорным, но не делает личной трагедии и из отступления, поскольку уверен в успехе.

6. Незаурядная способность убеждать других.

7. Творческая активность — это одно из самых важных качеств людей, демонстрирующих высокую успешность, которое проявляется в самых широких областях.

Среди отдельных качеств личности, определяющих творческую активность, можно выделить стремление к новому; критичность мышления; способность к преобразованиям; стремление к творчеству.

Стремление к новому характеризуется следующими показателями: способностью к фантазии; творческим воображением; способностью создавать новые образы (в том числе неправдоподобные, фантастические, нестандартные); способностью обнаруживать новые связи между элементами творческого задания по сходству, смежности и контрасту.

Критичность мышления раскрывается следующими показателями: независимость суждений; способность пользоваться объективными критериями; умение находить причины своих ошибок и неудач; самооценка творческой деятельности; способность формулировать свои оценочные суждения.

Способность к преобразованиям характеризуется умением анализировать, сравнивать, выделять главное и второстепенное; описывать и давать определения, объяснять, доказывать, обосновывать; систематизировать и классифицировать; способностью генерировать идеи, выдвигать гипотезы, видеть противоречия; способностью осуществлять перенос знаний и умений.

Стремление к творчеству включает следующие основные показатели: интерес к профессиональному творчеству; стремление к лидерству и получению высокой оценки со стороны коллег; чувство долга.

На пути роста могут возникать различные барьеры: внешние, внутренние, психологические и имеющие другую этимологию

Перечень психологических качеств, препятствующих успеху, может быть очень широким. Выделим основные из них:

1) боязнь новых ситуаций (новых сотрудников, новых руководителей и законов, ревизоров и т.д.), неизвестного, нежелание рисковать. Люди часто предпочитают безопасность и удобства риску и новизне;

2) боязнь уязвимости. Люди стараются избегать ситуаций, которые могут причинить им боль или испугать;

3) неуверенность в себе. Отсутствие стремления к инновациям часто вызвано страхом ошибки, неверие в свои способности делать что-то новое.

4) незнание самого себя, недостаточное представление о себе;

5) недостаточные умения и навыки, слабый потенциал, недостаток поддержки, отсутствие нужных навыков. Иногда людям не хватает новых идей или навыков, необходимых для изменения себя. Особенно это касается тех людей, которые долгое время работают в одних и тех же условиях;

6) отсутствие поддержки со стороны руководителей.

Какие же **нравственные ценности** выбрать, на какие опираться в жизни? Ведь от выбора ценностей зависит стиль жизни человека, его взаимоотношения с людьми. Каждый человек должен определиться при выборе ценностей на жизненном пути.

К. Д. Ушинский (русский педагог, создал серьезную педагогическую теорию, где нравственности уделяется большое внимание), разработал **следующие правила:**

1. Спокойствие совершенное, по крайней мере, внешнее.
2. Прямота в словах и поступках.
3. Обдуманность действий.
4. Решительность.
5. Не говорить без нужды ни единого слова.
6. Не проводить времени бессознательно: делай то, что хочешь (намечаешь), а не то, что случится.
7. Ни разу не хвастать ни тем, что есть, ни тем, что будет.
8. Каждый вечер добросовестно давать отчет в своих поступках (самому себе).

Формула успеха.

Нужно четко представлять то, что хочешь. Это – цель.

Нужно знать, что есть для того, чтобы добиться цели. Это – ресурсы.

Нужно незамедлительно начинать действовать. Это – действия.

Вы получите то, что хотели. Это – результат.

В одном из интервью Павел Буре сказал: «Мне импонируют люди, умеющие преодолевать трудности, нытик не может добиться успеха в жизни, испытать чувства удовлетворения от нее. Я во всем стараюсь найти положительную сторону. Можно забросить три шайбы и жалеть, что не забил пять. Можно выиграть Олимпиаду и отыскать повод для печали». И таких примеров можно приводить много.

Психологический ключ к успеху, конечно, не единственный, а один из ряда других. Но именно психологический настрой и подготовка обеспечивают значительную долю вероятности успеха. Психологически успех предполагает стремление к положительному результату, удачному завершению задуманного. Для этого приходится развивать сильные стороны и работать над слабыми для создания благоприятных возможностей для своего личностного роста.

Десять черт успешного человека, которые, может быть, и для вас станут привлекательными и рабочими понятиями:

1. Тело здоровое и энергичное.

2. Радостное восприятие жизни.

3. Чувство другого. Всегда вижу, слышу и чувствую людей рядом с собой, стараюсь понимать их так же хорошо, как чувствую себя.

4. Заботливость. Я помню и забочусь о людях вокруг меня, помогаю тем, кто в моей заботе нуждается.

5. Всегда в осмысленной работе. Дорожу каждой минутой, не занимаюсь пустыми развлечениями, всегда в деле.

6. Нацеленность на результат. Постановка цели, планирование, ответственное исполнение, точная корректировка. Цель поставлена — цель будет достигнута.

7. Позиция цивилизованного лидера. Я не жду и отвечаю кому-то, а формирую и делаю сам. Я становлюсь лидером, чтобы больше сделать и помочь людям.

8. Установка на сотрудничество. Вместе можно сделать больше, чем одному. Лучший выигрыш — когда выигрывают все. Я рад, когда мы сотрудничаем и делаем дело вместе.

9. Порядочность. Я не подвожу людей, держу слово, выполняю договоренности, с уважением отношусь к коллегам, не мщу, не злословлю за спиной, не решаю свои проблемы за чужой счет. Что бы я ни делал, количество добра в мире должно увеличиваться.

10. Всегда в развитии. Никогда не стою на месте, меняюсь быстро и с удовольствием.

Материалы сайта www.e.psihologsh.ru)