

Родителям

Как поверить в себя

Следуйте советам сами и научите этому детей.

Путь к стабильному успеху, особенно в ситуации кризиса, как личного, так и общественного, – самооценка со знаком «плюс». Не со знаком «!», что означает неадекватность, а со спокойным «+».

ПЕРВОЕ. *Мир таков, каков ты сам.*

Всё надо искать в себе. Неприятности и обломы – повод вычислить свои ошибки и не повторять их. Умный тот, кто учится на своих ошибках, гений тот, кто действительно на них учится. (На чужих, к сожалению, не учится никто.)

ВТОРОЕ. *На обиженных воду возят.*

Обиделись, всё про себя высказали и... отпустили и простили. Не будет болеть спина, да и энергия веры в себя сохранится. Не собирайте негатив вокруг себя, он притянет ещё больше негатива. Коллекционируйте, пусть в мелких формах, позитив и любуйтесь им каждый день.

ТРЕТЬЕ.

Избегайте слов и выражений типа «Я так и знала, (знал)», «Так будет всегда», «Ничего не выйдет», «Всё ясно, понятно» и так далее. Откройте уши и ждите чуда. Чудо не терпит обобщений, оно крайне индивидуально и случается там, где его уважают.

ЧЕТВЁРТОЕ. *Поставив перед собой большую цель, двигайтесь к ней маленькими шажками.*

Главное – двигаться... По Р.Брэнсону, становитесь человеком «когда», а не человеком «если». Глаза боятся, а руки делают. Оценивайте успехи по достижениям, пусть даже скромным.

ПЯТОЕ. *Ищите оценку своей деятельности среди единомышленников, а не в чужой среде.*

Не выходите за рамки своего контекста. Делитесь и советуйтесь в своей среде. За её границей можете наткнуться на непонимание...

ШЕСТОЕ. *Если критика, пусть даже выданная в жёсткой форме, справедлива и развивает ваш потенциал, не надо воспринимать её в штыки или обрести комплексы.*

А вот, если критика уничтожает вашу личность и унижает человеческое достоинство, «бейте» наотмашь. Это тот случай, когда риск оправдан.

СЕДЬМОЕ и последнее. *Никому ничего не доказывайте!*

Меньше получите агрессивных нападков и не будете терять время на опустошающие споры. Больше слушайте и коллекционируйте идеи. Быть оптимистом – это искусство не создавать себе на пустом месте лишних врагов. Их и так достаточно.