

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА поступок => привычка => характер => судьба

Анатолий Аристархов

17 принципов успеха.

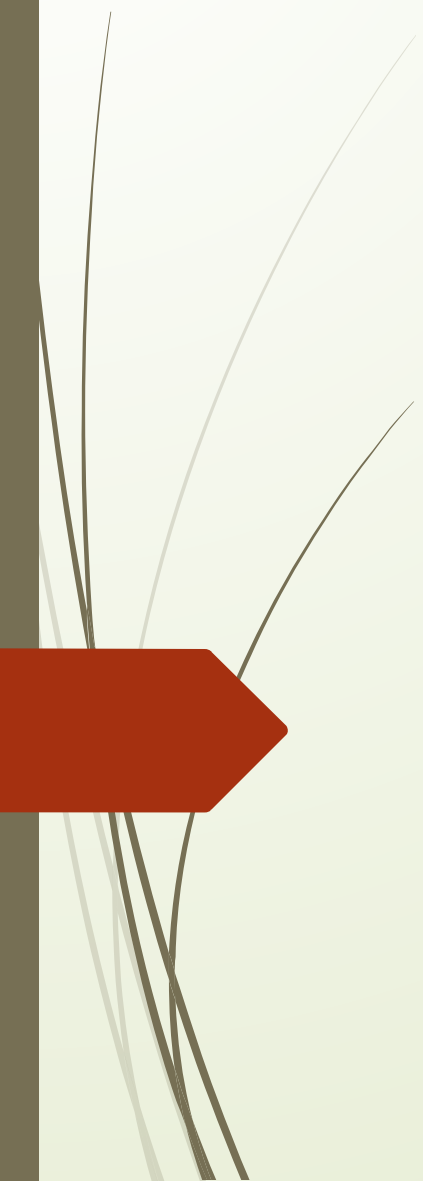
- 1. Положительная психологическая установка.
- 2. Определенность цели.
- 3. Не бояться лишнего шага.
- 4. Тщательное обдумывание.
- 5. Самодисциплина.
- 6. Холодный рассудок.
- 7. Опора на веру.
- 8. Любезность.
- 9. Инициативность.
- 10. Энтузиазм.
- 11. Сосредоточенность внимания.
- 12. Коллективизм.
- 13. Учиться на ошибках.
- 14. Творческое воображение.
- 15. Планирование времени и расходов.
- 16. Здоровый дух и здоровое тело.
- 17. Опора на космическую силу привычек (универсальный закон).

«Посеешь **поступок** – пожнёшь
привычку,
посеешь **привычку** - пожнёшь
характер,
посеешь **характер** – пожнёшь
судьбу».

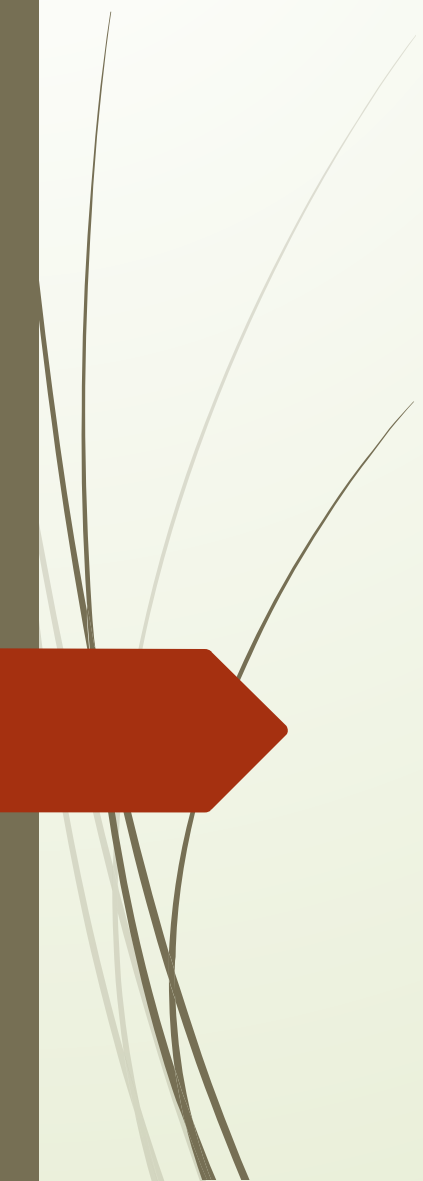


Как часто ты жалуешься **на плохое самочувствие?**

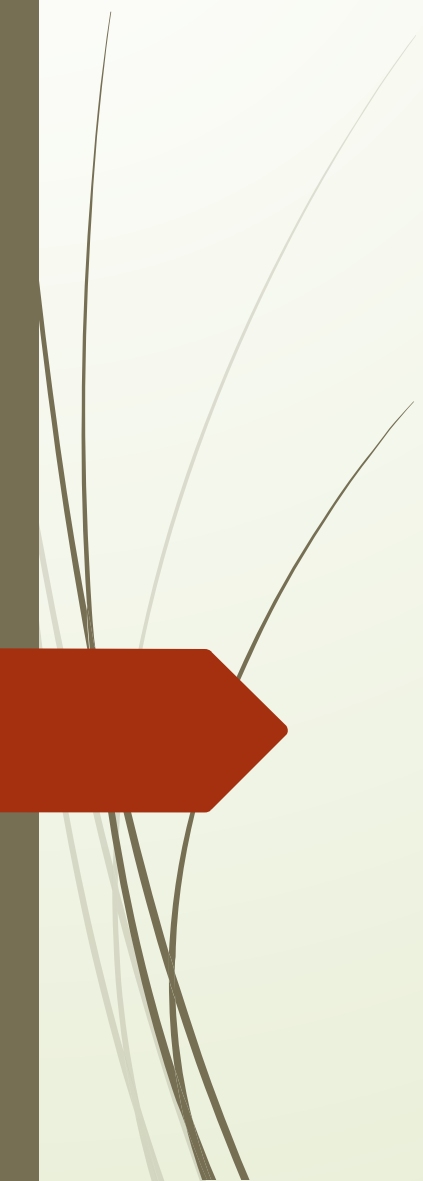
Если это происходит часто, **в чем ПРИЧИНА расстройств?**



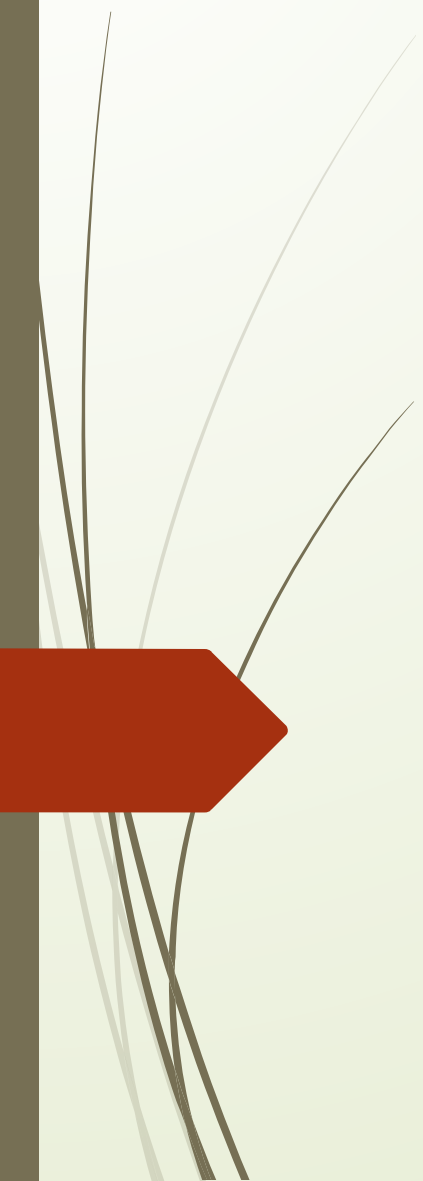
Ищешь ли ты ошибки у других по
малейшему поводу?
Придираешься ли к другим
людям? Насколько часто это
происходит?



Часто ли допускаешь ошибки в
работе?
Если да то почему?



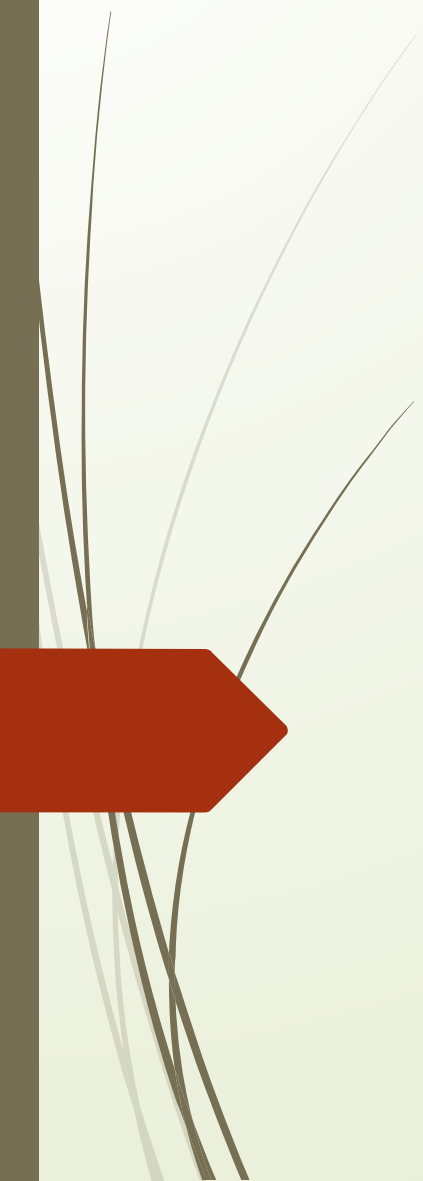
Проявляешь ли ты сарказм или грубость в разговоре? Не упускаешь ли случая вставить шпильку или наступить на больное место?



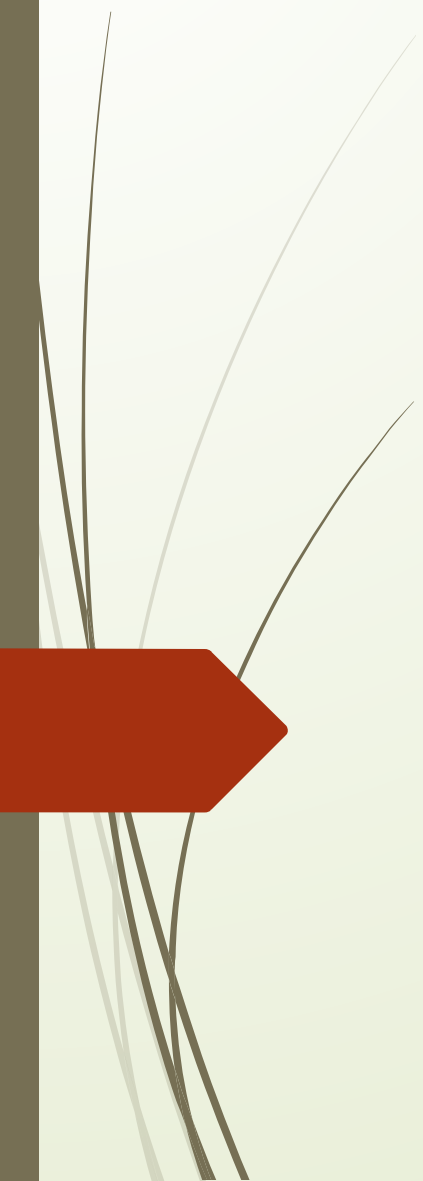
Избегаешь ли общения с кем либо
умышленно? Есть ли люди которых
вы сторонитесь?
Если да, то почему?



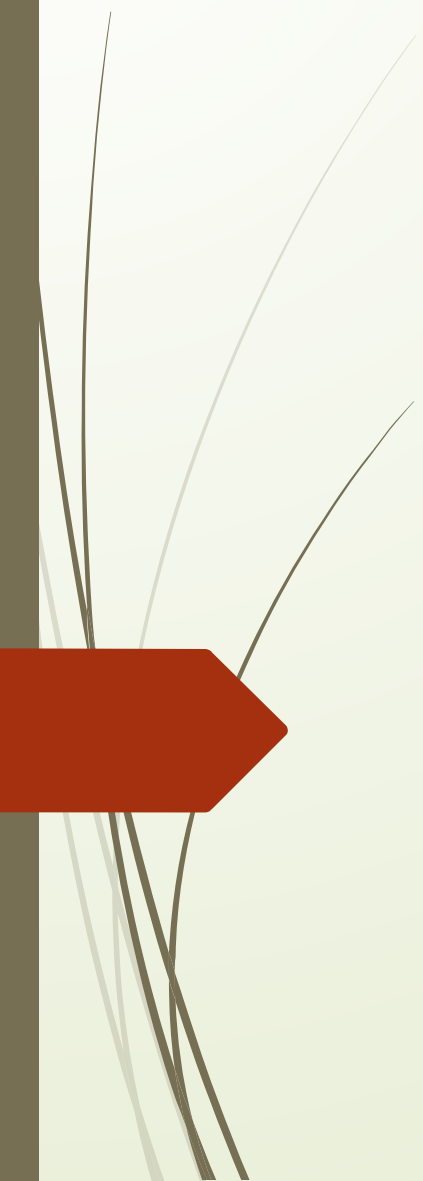
Страдаешь ли ты от желудочных расстройств? Как часто?



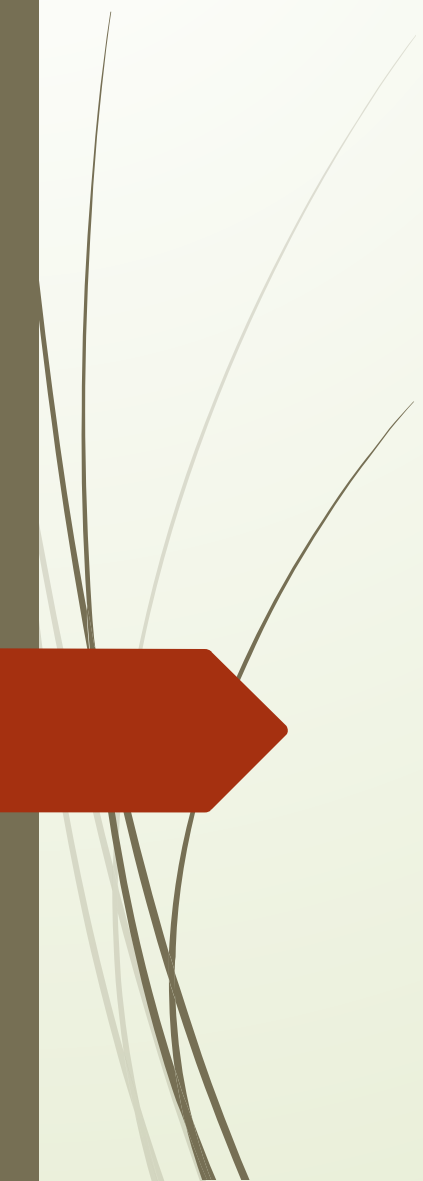
Кажется ли жизнь бессмысленной, бесполезной, а будущее безнадежным? Смотришь в будущее с тоской и обреченностью? Если да, то почему?



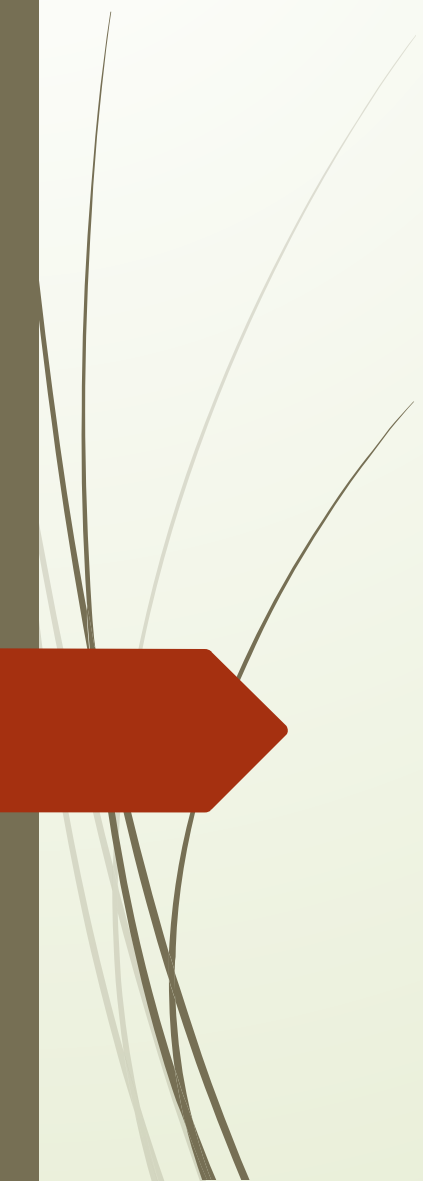
Нравится ли тебе своя профессия?
Если нет, то почему продолжаешь
заниматься этим?



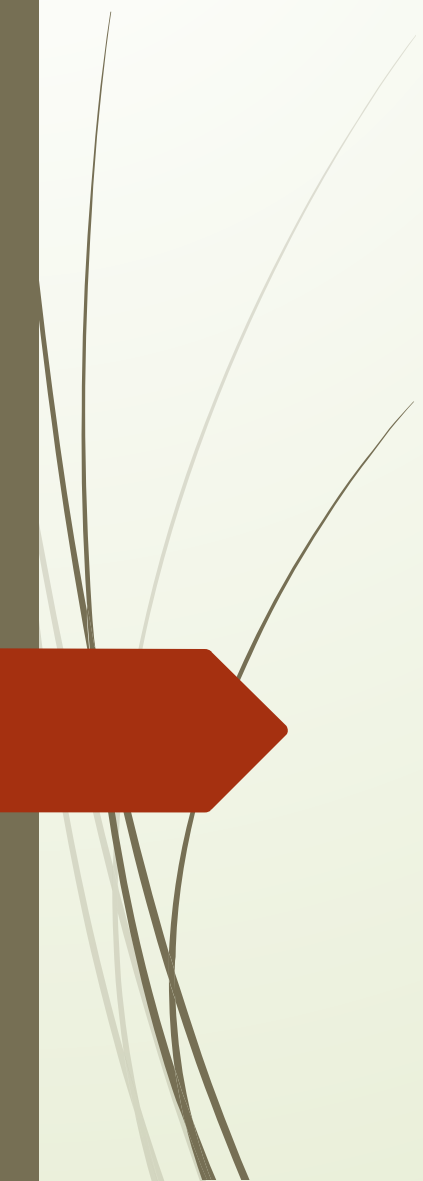
Часто ли ты чувствуешь жалость к себе? Часто ли жалеешь себя? Если да, то почему? Что является поводом для жалости?



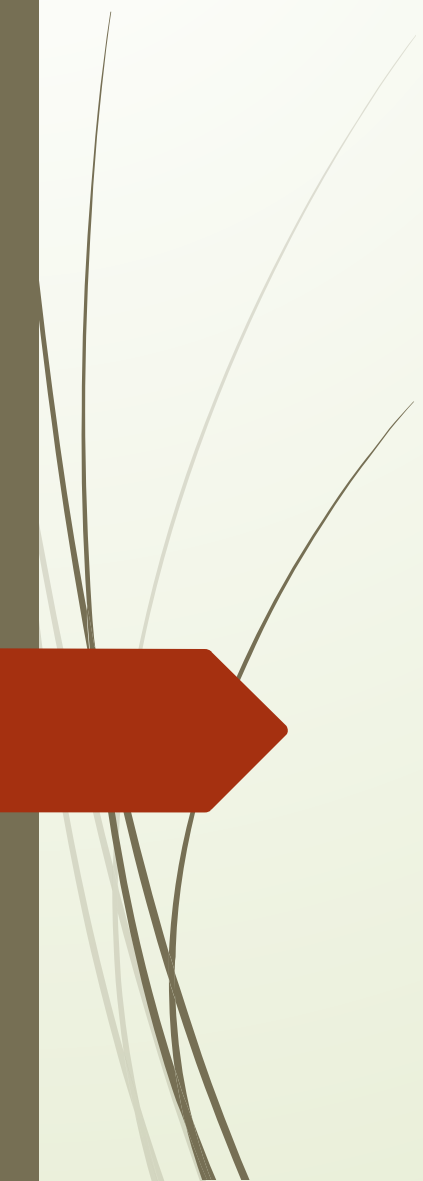
Завидуешь ли тем, кто в чем-либо
превосходит тебя?



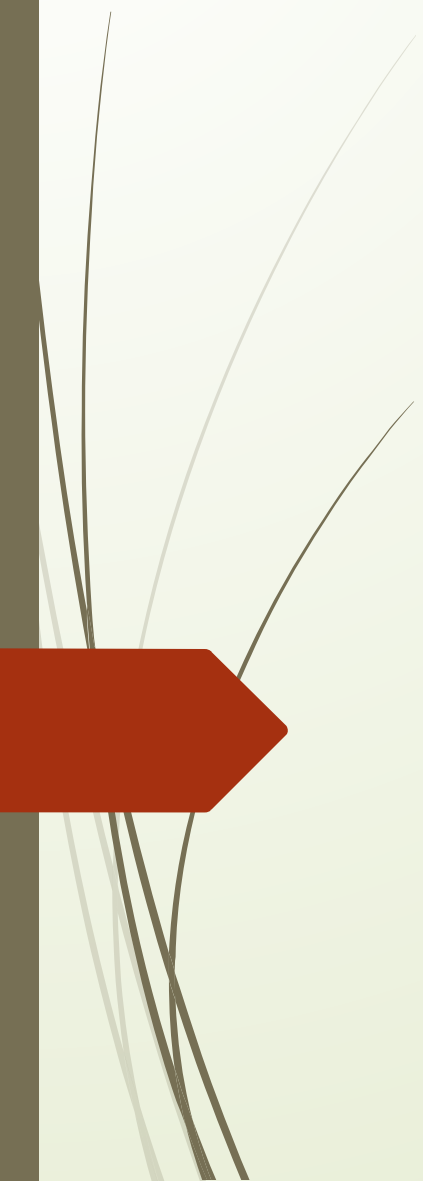
О чем ты думаешь чаще об успехе
или о поражении?



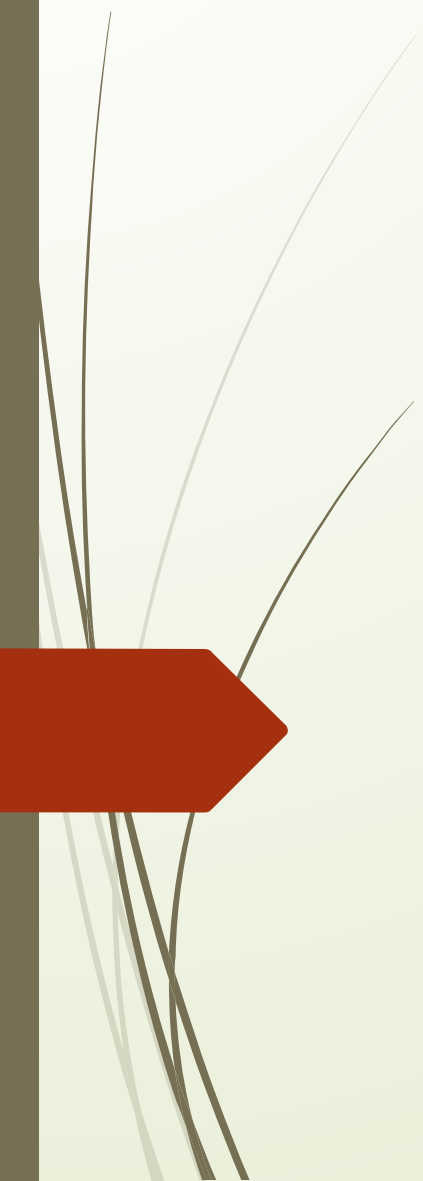
Научился ли ты с годами извлекать уроки из своих неудач?
Усиливается или убывает уверенность в себе по мере взросления?



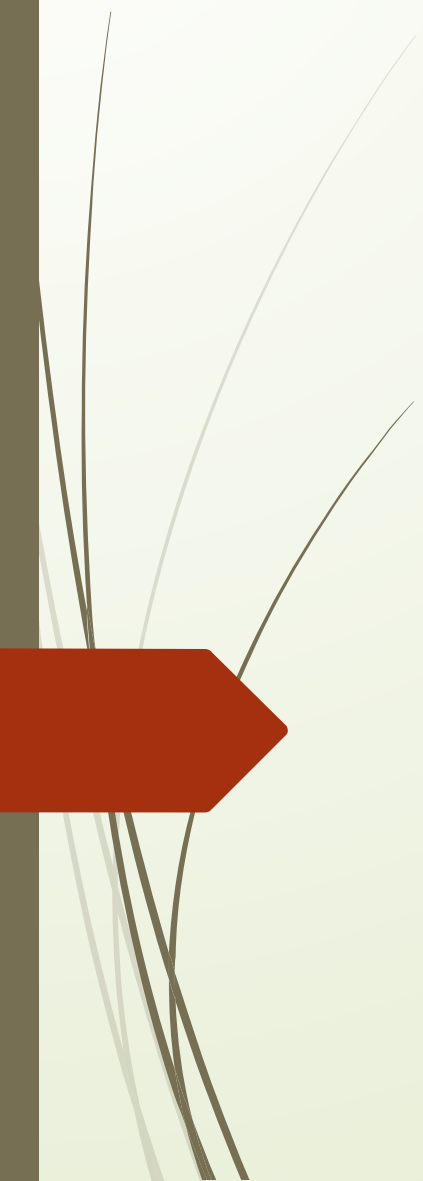
Извлекаешь ли ты какие-либо ценные уроки из своих ошибок? Чувствуешь ли ты, что твои ошибки, неудачи, просчеты и поражения дали тебе бесценный опыт, который пригодится тебе в будущем?



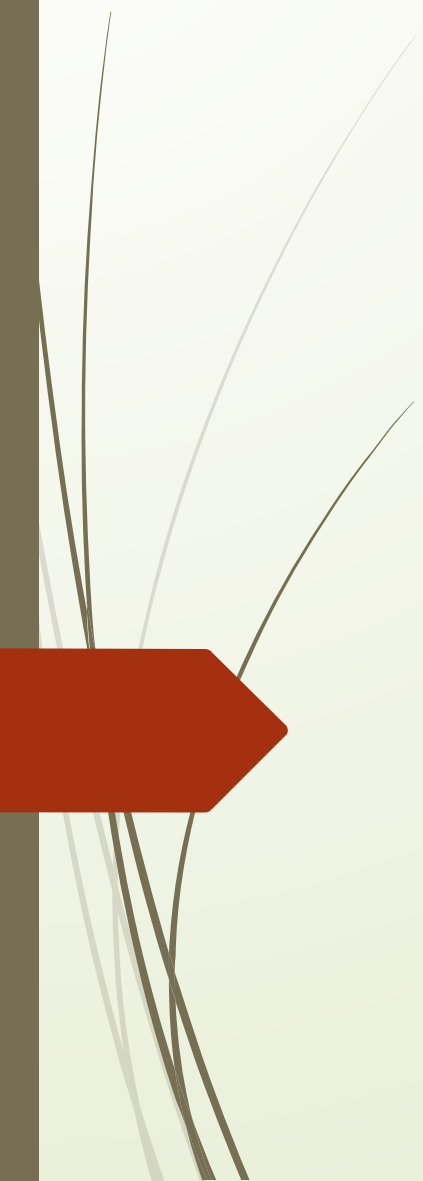
Позволяешь ли ты своим знакомым
или родственникам расстраивать
себя? Если да, то по каким
причинам?



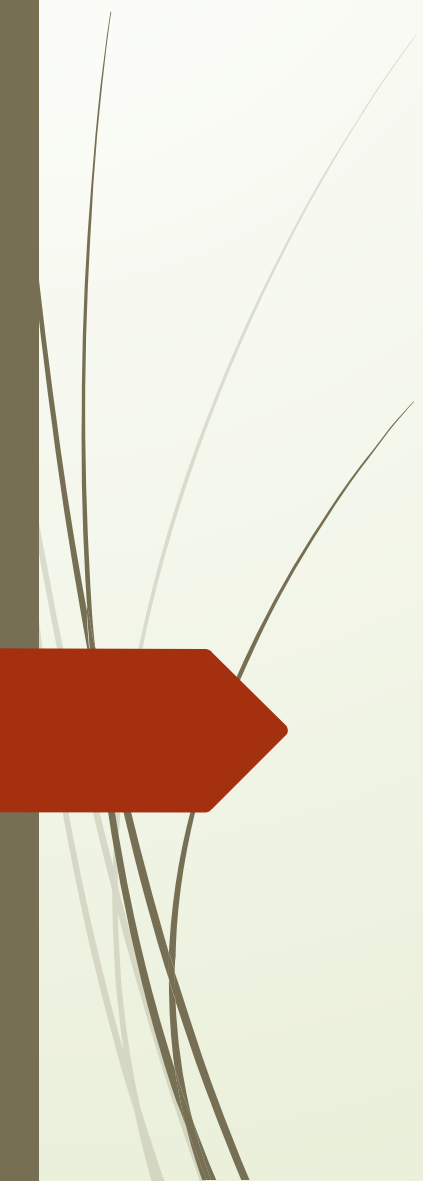
Не витаешь ли ты иногда в облаках
и не испытываешь ли приступы
отчаяния? Если да то, как часто, и в
связи с чем?



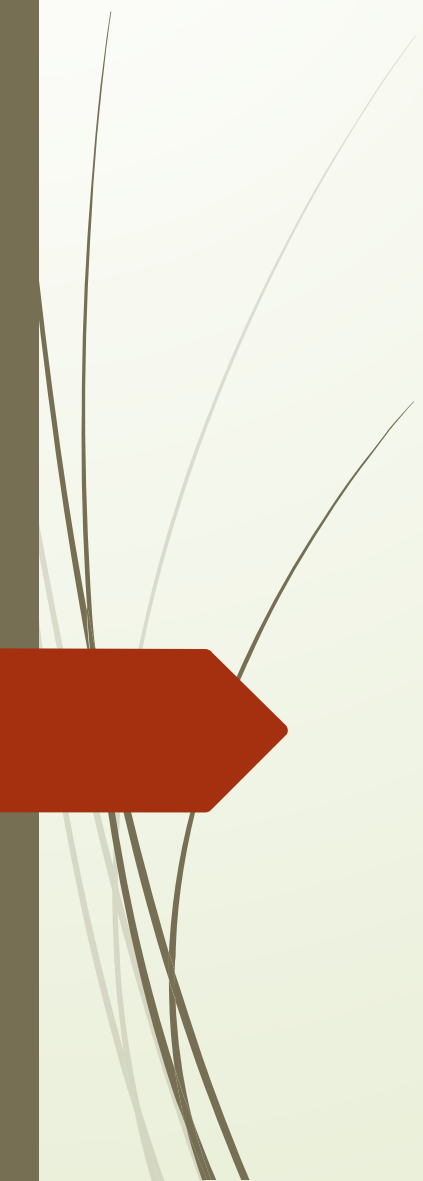
Кто из твоих знакомых влияет и
вдохновляет тебя сильнее всего?
Нравится ли тебе этот человек?
Можешь ли ты определить его как
позитивно настроенного?



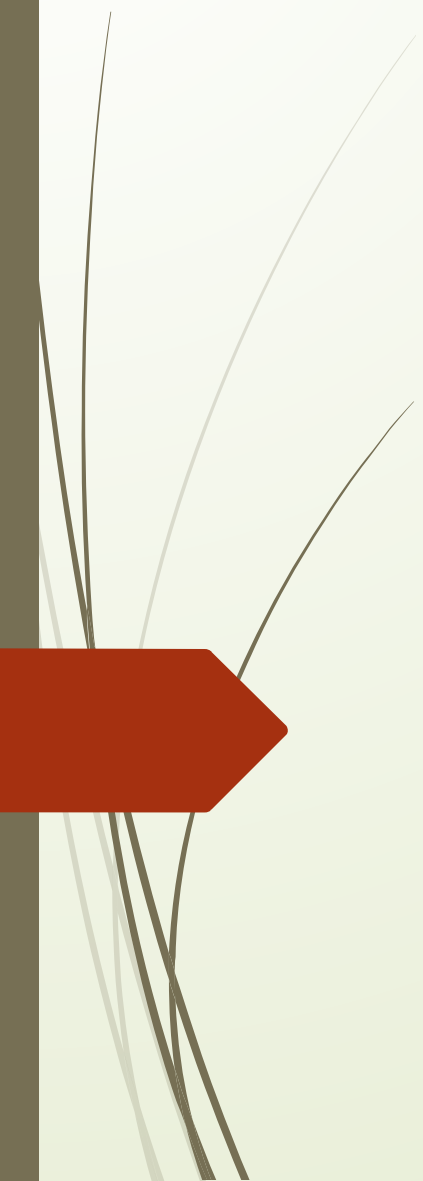
Терпишь ли ты негативные или
расхолаживающее влияние на
свою жизнь, которого можно
избежать?



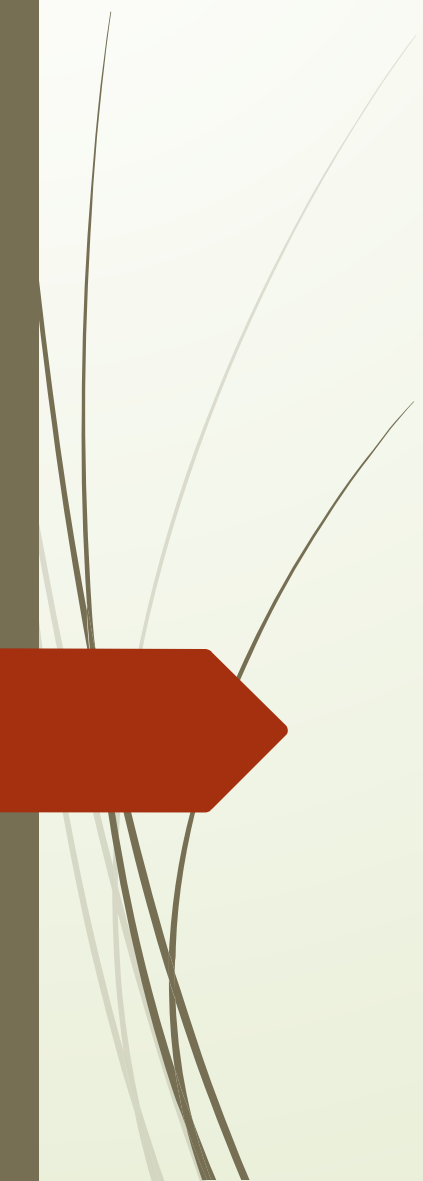
Безразличен ли ты к своей
внешности? Следишь ли ты за
собой? Если нет, то по каким
причинам?



Умеешь ли ты излечивать
депрессию трудом?
То есть быть погруженным в дела
настолько, что попросту некогда
волноваться?



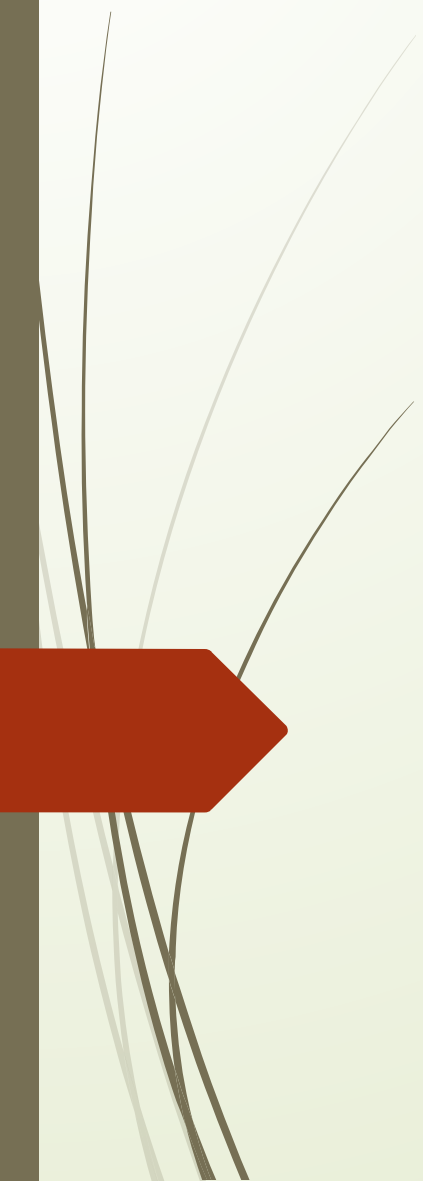
Назвал бы ты себя «бесхребетным
слабаком», если бы позволил
другим думать за себя?



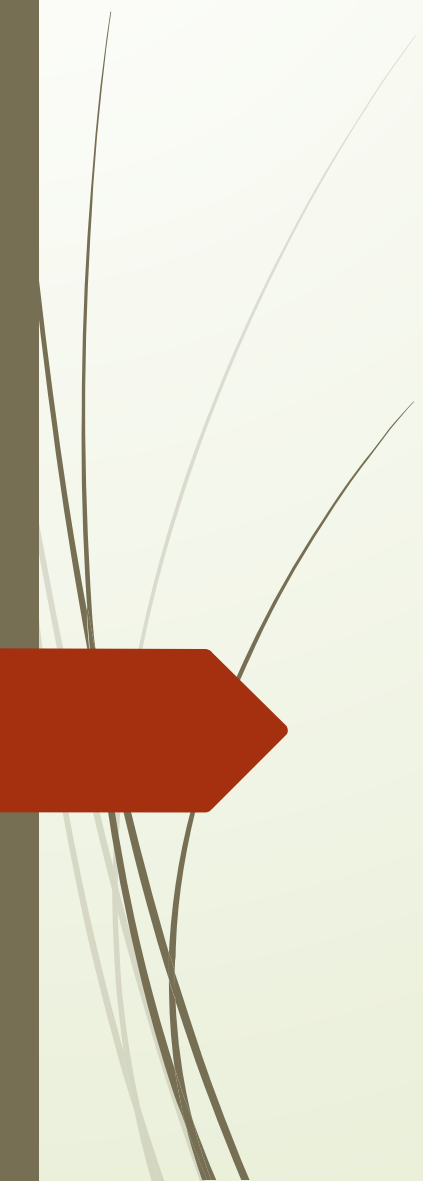
Часто ли тебя называют
бесхребетным слабаком, так как
ты позволяешь кому угодно
помыкать собой?



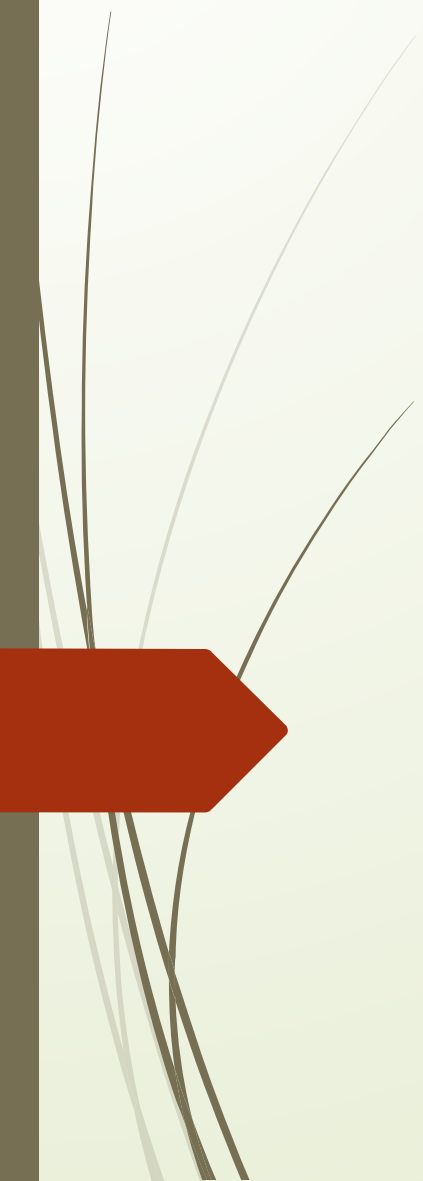
Не пренебрегаешь ли ты гигиеной?



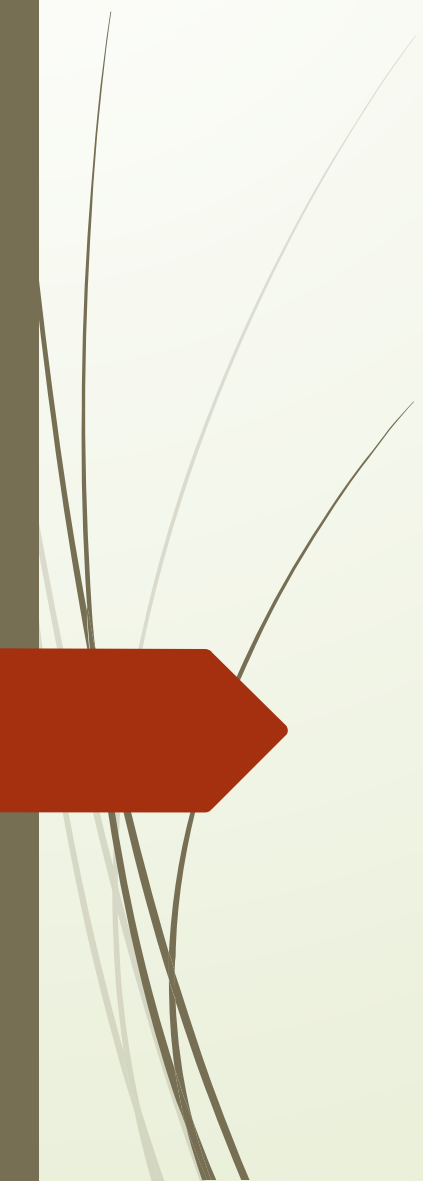
Пренебрегаешь ли ты своей
самооценкой и анализом своих
действий?



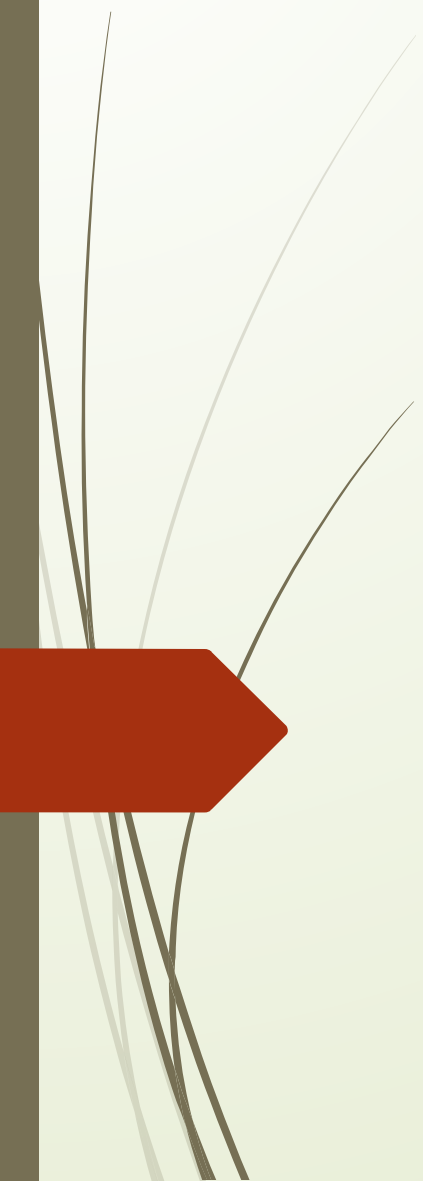
Как часто тревоги, которых можно избежать беспокоят тебя? И почему ты их терпишь?
Почему ты позволяешь себе волноваться по пустякам?



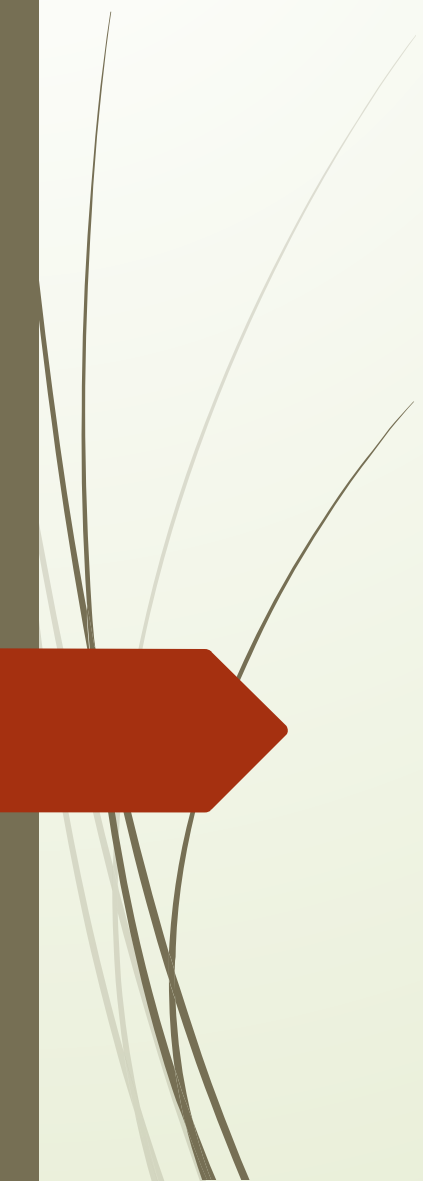
Употребляешь ли ты спиртное (алкоголь), наркотики или сигареты для «успокоения» нервов? Если да, то почему ты не попробовал обратиться к силе воли?



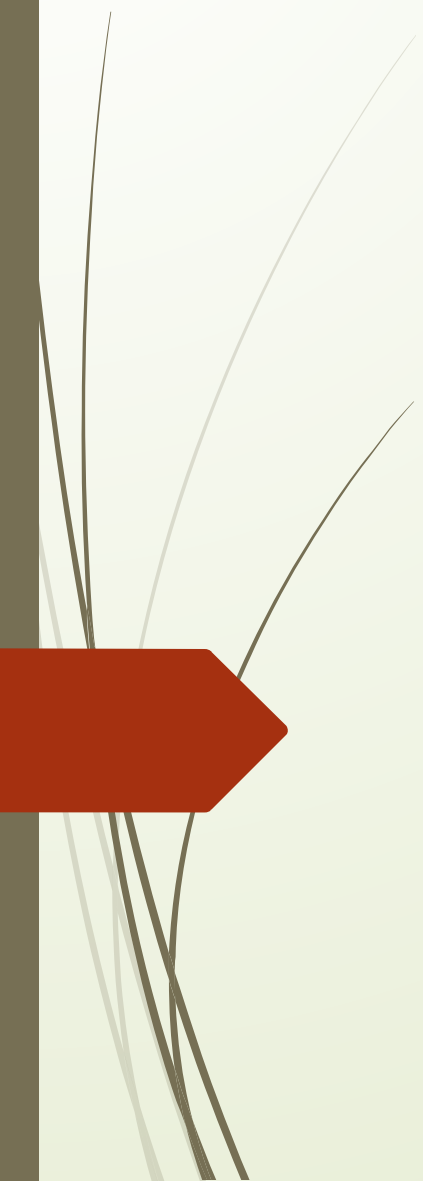
Часто ли тебе делают замечания?
Ругают тебя? Если да, то по какому
поводу?



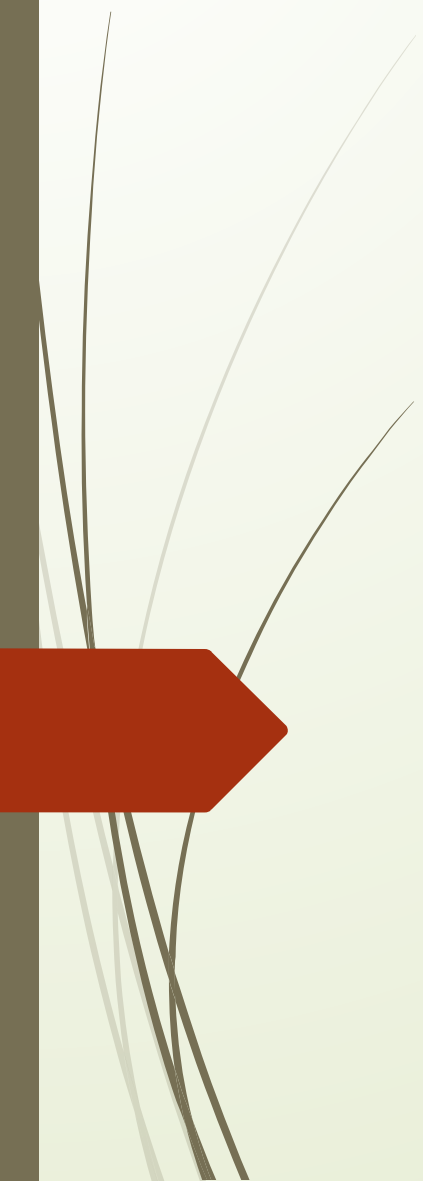
Есть ли у тебя в жизни Определенная
главная цель? Если да, то существует
ли план ее достижения? Следуешь ли
ты этому плану или откладываешь его
выполнение на потом?



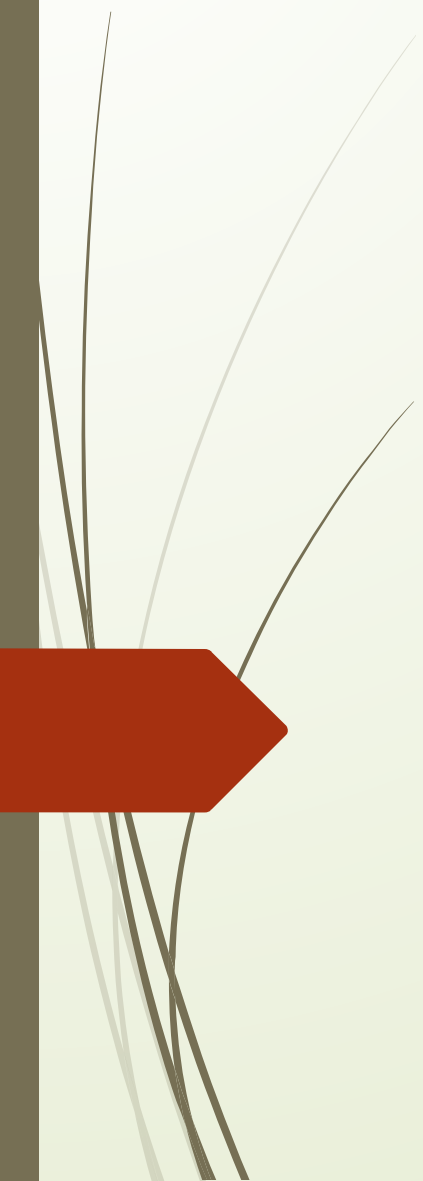
Страдаешь ли ты от одного из
шести основных видов страха? От
каких ИМЕННО?



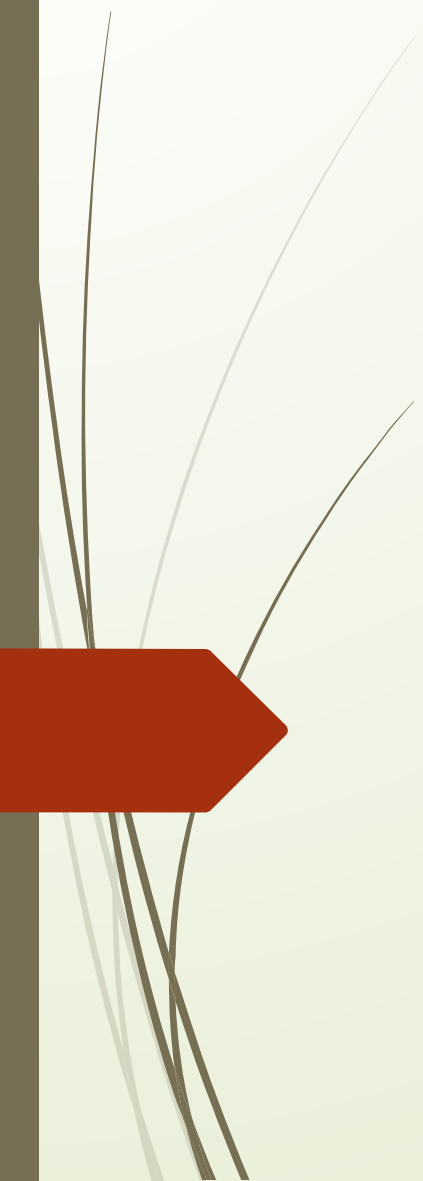
Есть ли у тебя средства защиты от
посторонних негативных влияний от
других людей?



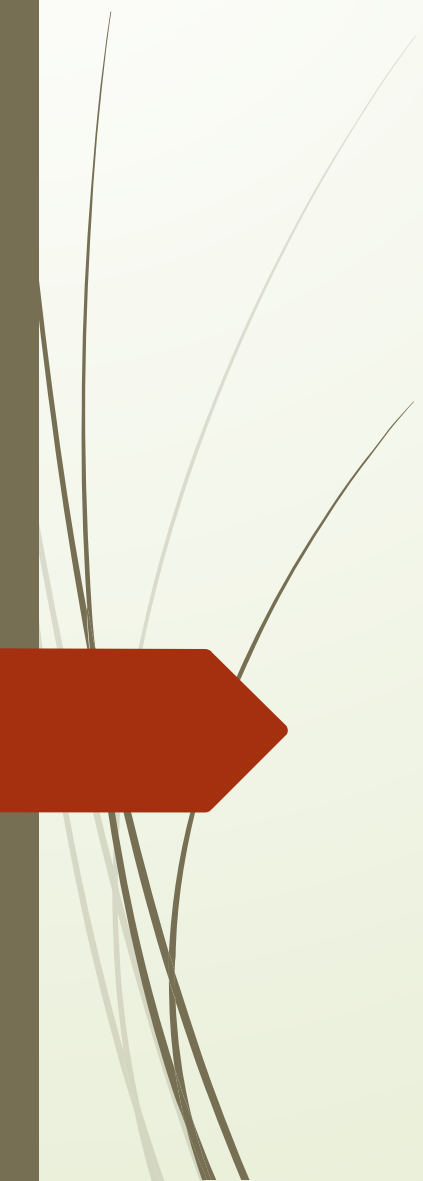
Используй ли ты самовнушение
на постоянной основе, чтобы
настроить свое сознание на
положительный образ мышления?



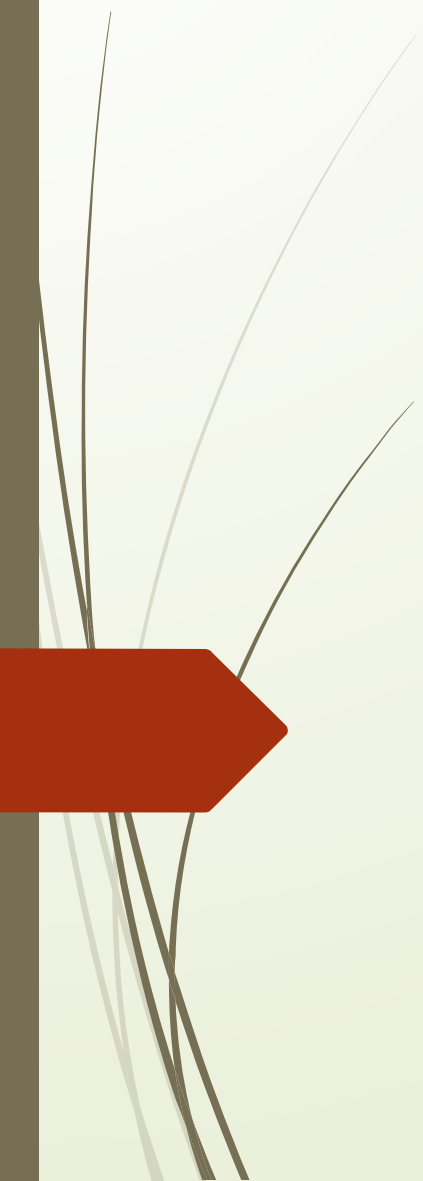
Что ты ценишь выше:
материальные ценности или
возможность контроля своих
мыслей?



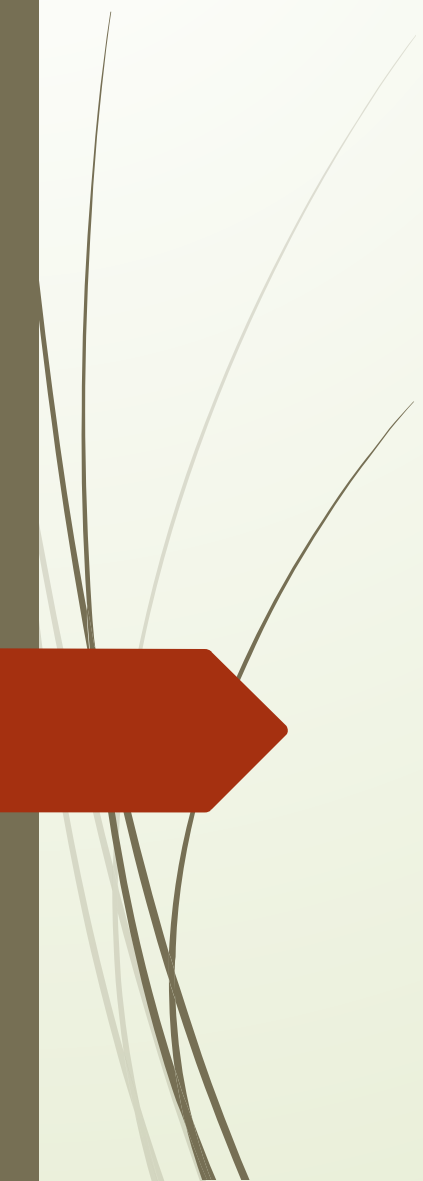
Легко ли ты поддаешься
посторонним влияниям?
Позволяешь ли переубеждать себя
или всегда хватает решимости
настоять на своем?



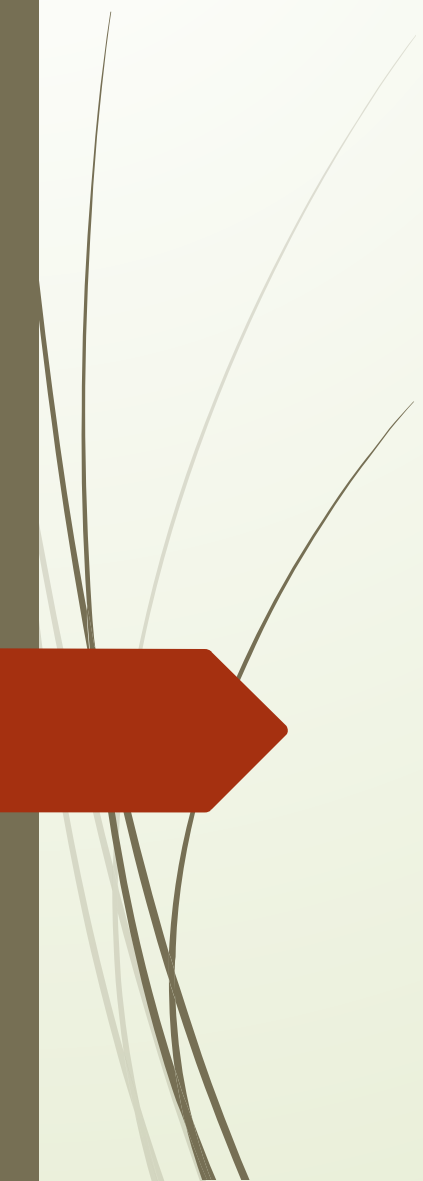
Прибавил ли сегодняшний день
что-либо ценное к твоему знанию
или умонастроению?



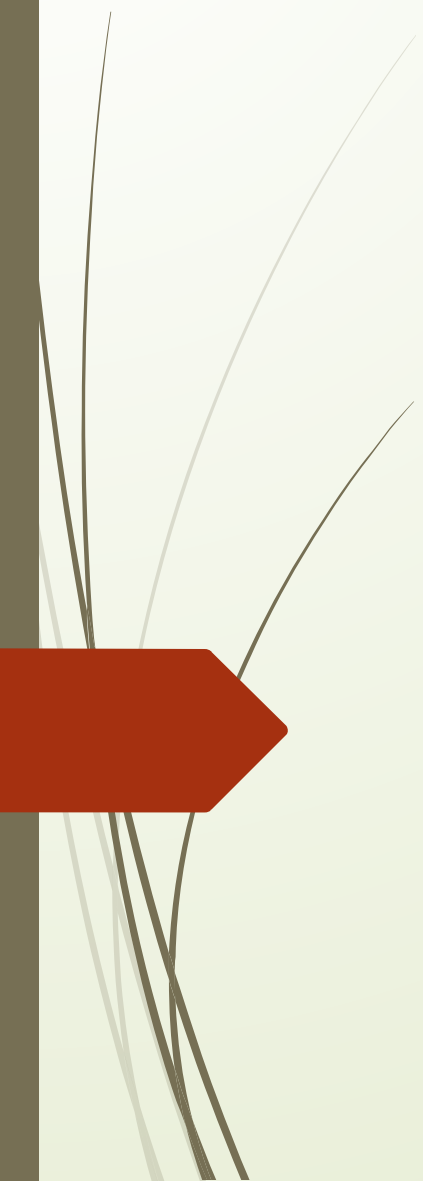
Сдаешься ли ты перед лицом обстоятельств, стараешься ли их преодолеть, или уходишь от ответственности?



Анализируешь ли ты свои ошибки
и неудачи, чтобы извлечь из них
пользу?
Или придерживаешься мнения, что
это не твое дело?

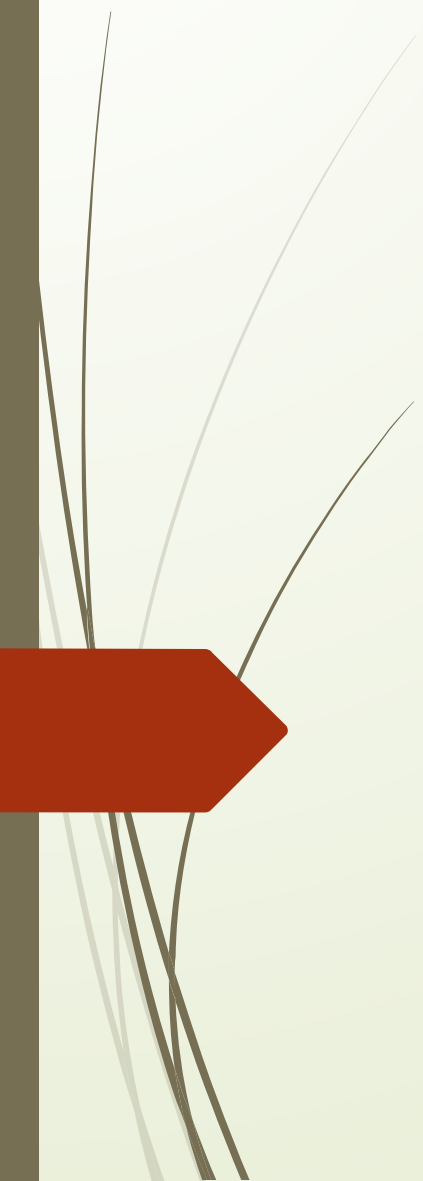


Назови три слабости (черты характера), которые мешают тебе жить, развиваться и двигаться вперед. Что ты делаешь для того, чтобы избавиться от них?



Побуждаешь ли ты других людей
приходить к тебе за СОЧУВСТВИЕМ
со своими проблемами?

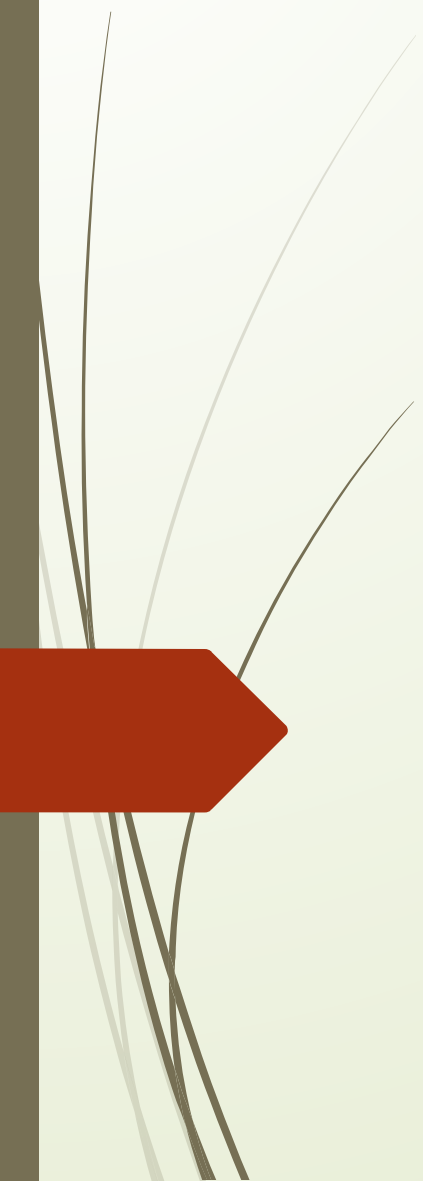




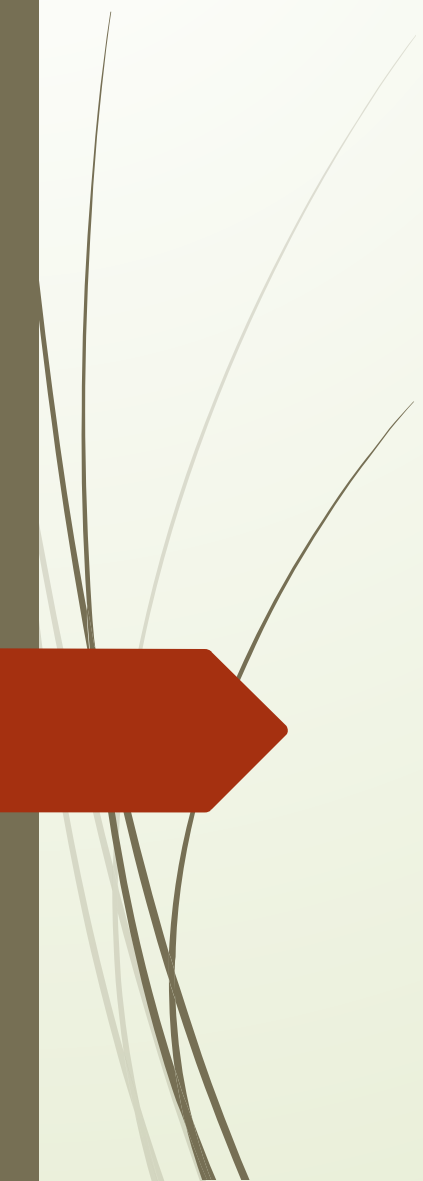
На чьих ОШИБКАХ ты УЧИШЬСЯ?
Извлекаешь ли ты уроки из чужих
промахов или же предпочитаешь
набивать свои собственные
«шишки»?



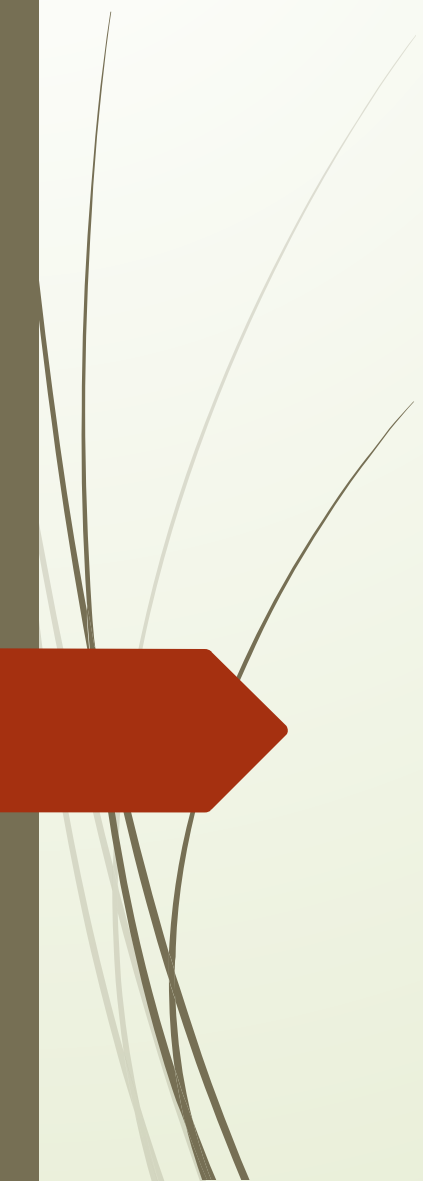
Не оказываешь ли ты негативное
влияние на других людей?



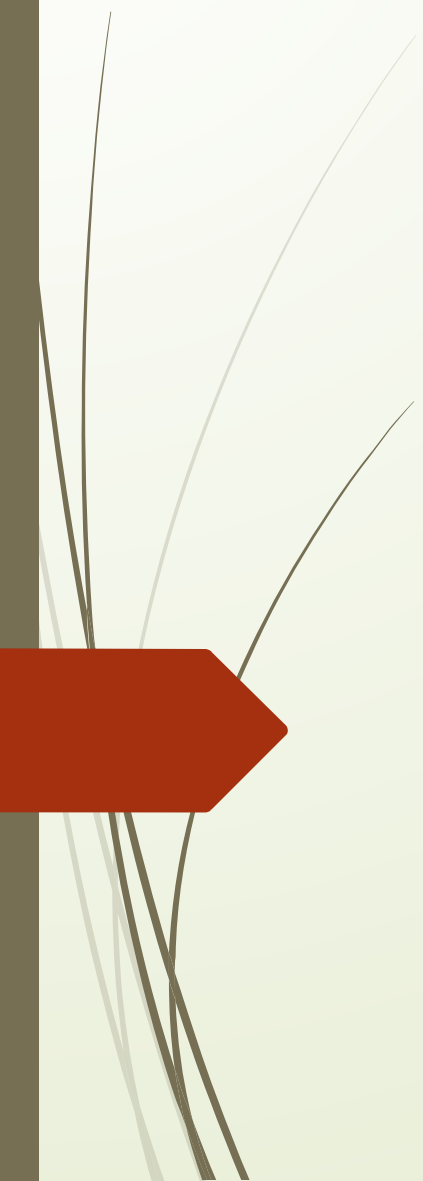
Какие привычки других людей
раздражают тебя больше всего?



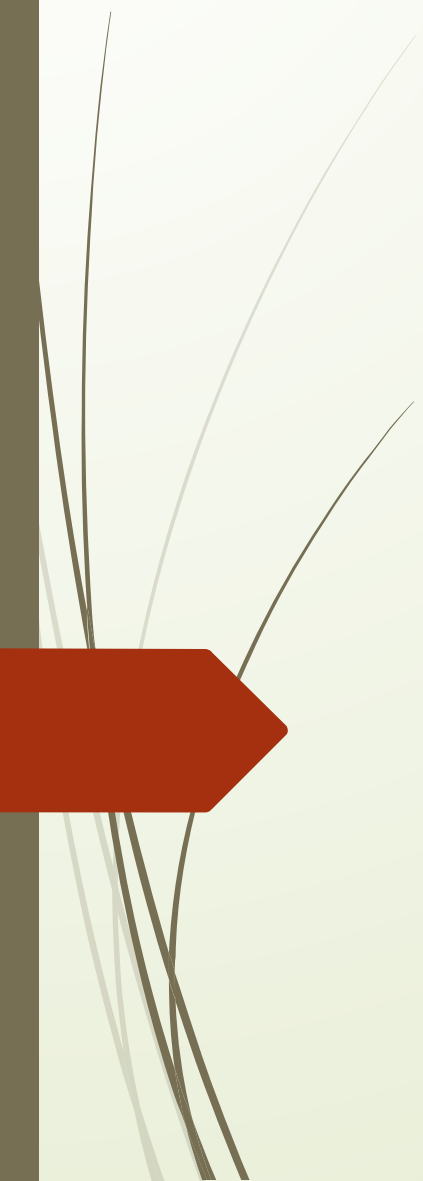
Составляешь ли ты собственное
мнение обо всем или позволяешь
находиться под посторонним
влиянием?



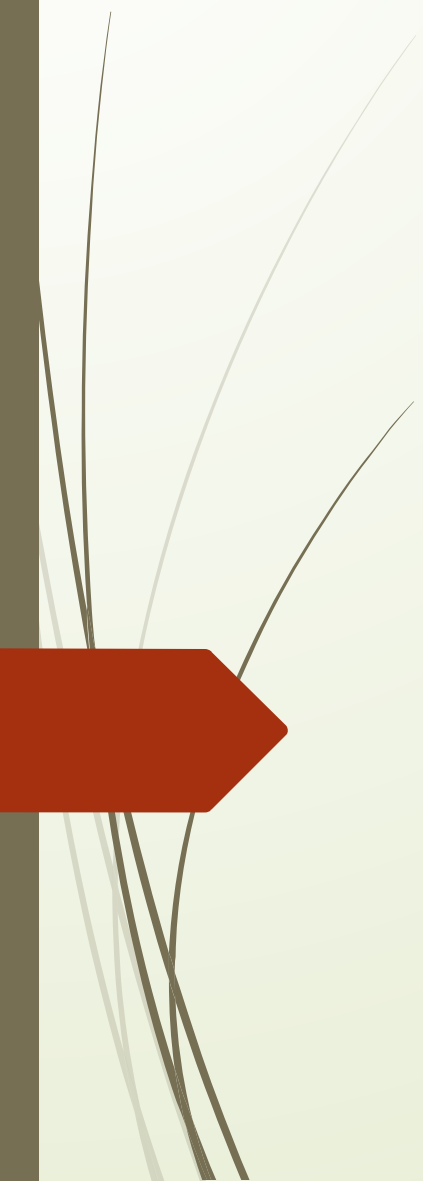
Научился ли ты создавать такое
умонастроение, которое оградило
бы тебя от всех негативных
влияний?



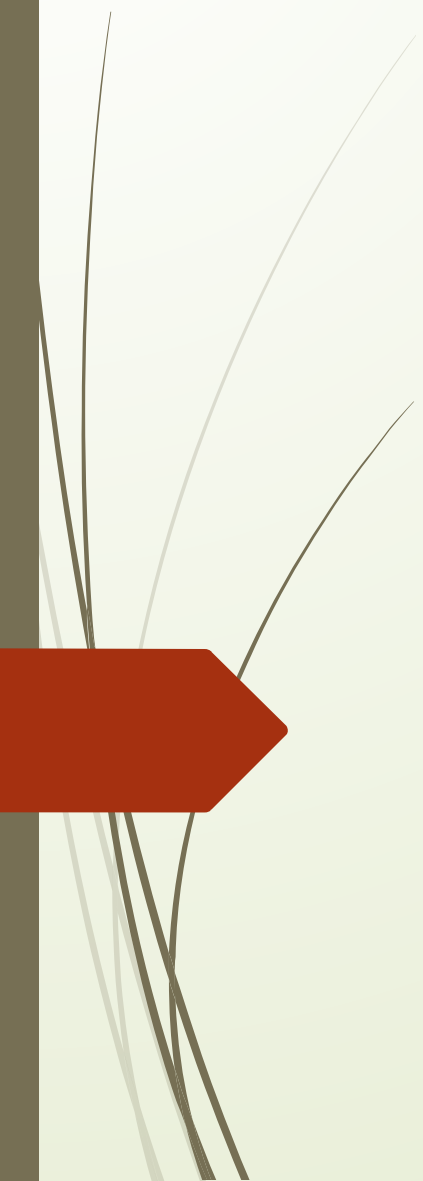
Наполняет ли твое основное
занятие душу верой и надеждой на
будущее?



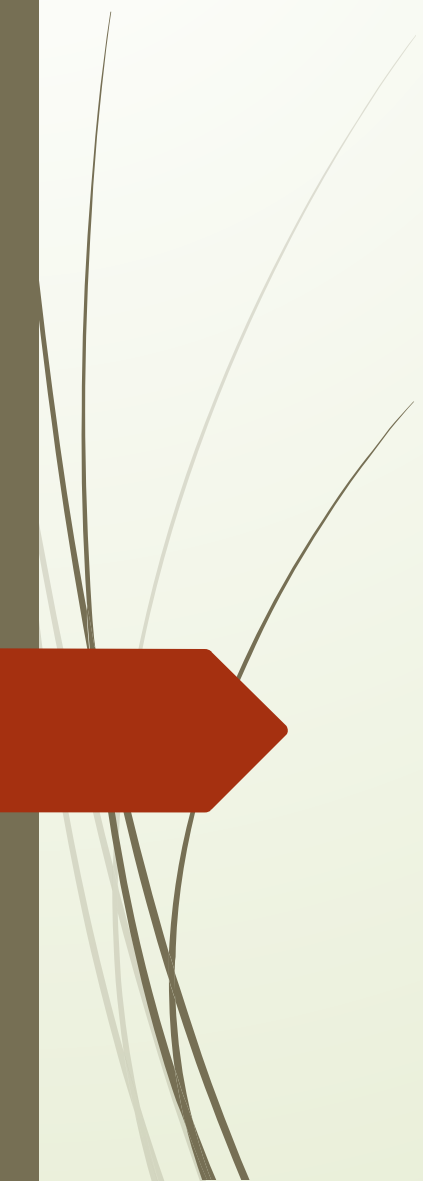
Чувствуешь ли ты в себе духовные силы, которые позволяют тебе справиться с любым страхом?



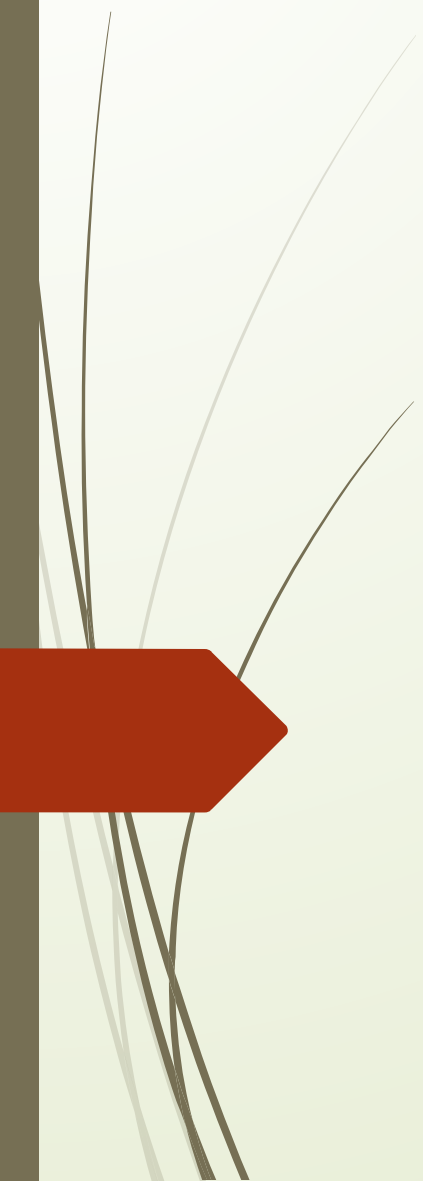
Что помогает тебе поддерживать
позитивное умонастроение? Что
поддерживает твою уверенность в
себе?



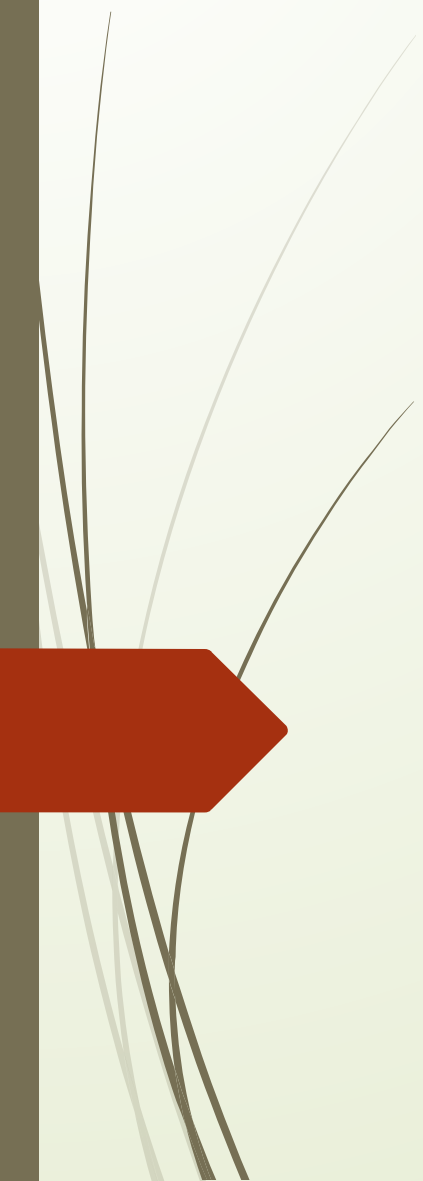
Считаешь ли ты своим долгом
разделять тревоги других людей?
Если да, то почему?



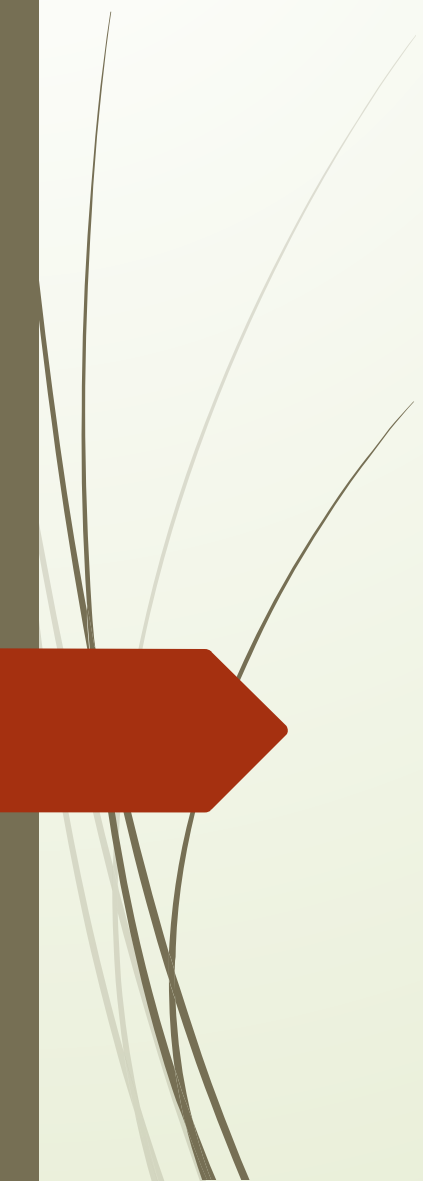
Признаешь ли ты верность
поговорки «Скажи мне кто твой
друг и я скажу кто ты»?
Что ты узнал о себе из наблюдений
за своими друзьями?



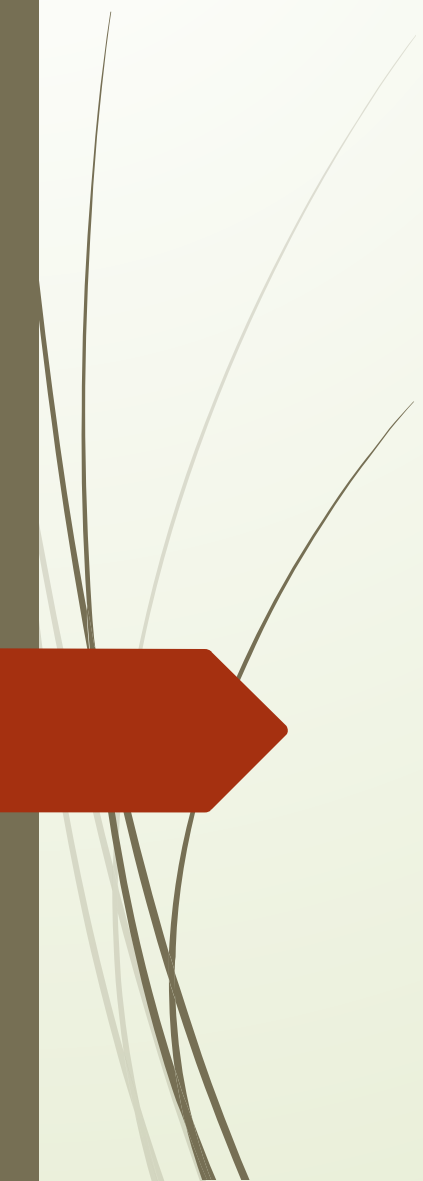
Существует какая-нибудь связь между людьми, которые тебя окружают, и теми событиями, которые с тобой происходят?



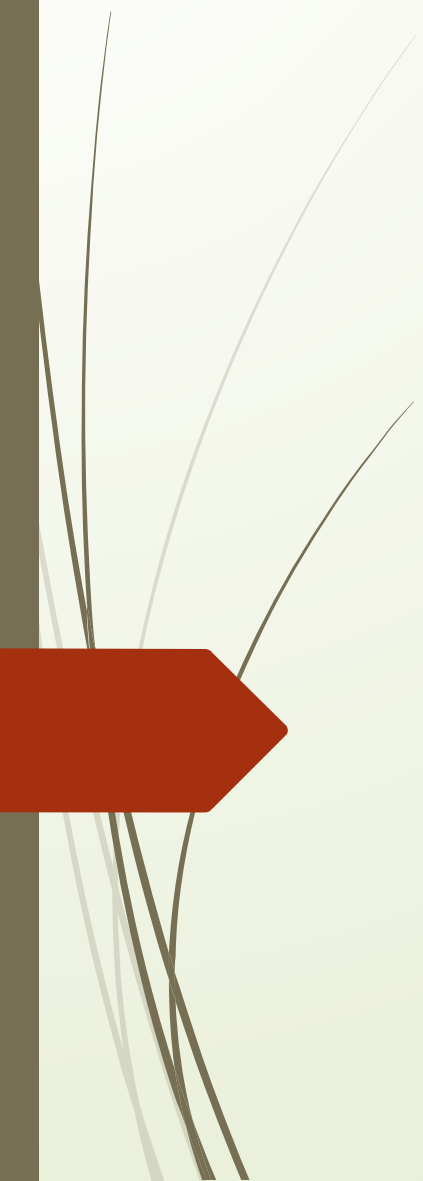
Возможно ли, что человек, которого ты считаешь своим другом, на самом деле является твоим злейшим врагом? Из-за плохого влияния, которое он оказывает на тебя?



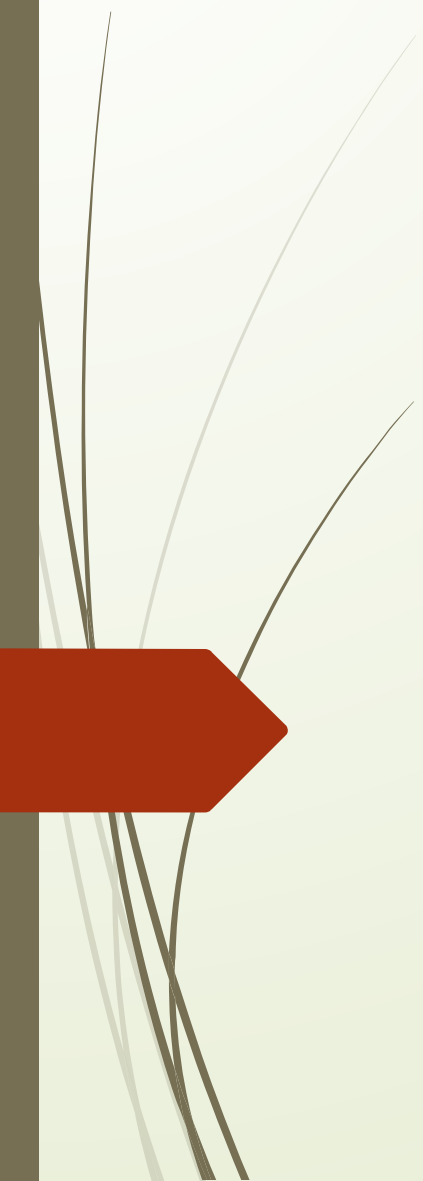
По каким критериям ты определяешь, кто помогает тебе, а кто вредит?



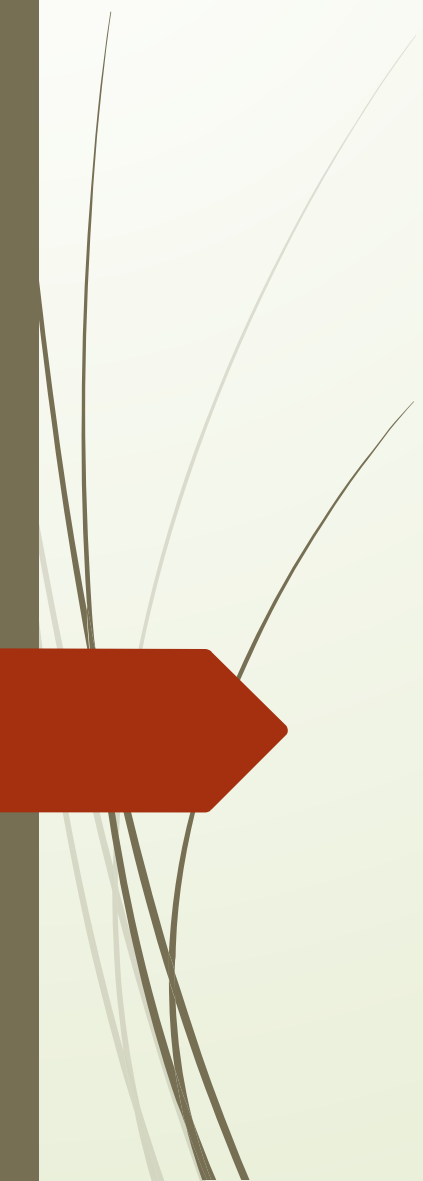
Люди из твоего ближайшего круга
превосходят тебя в
интеллектуальном отношении или
уступают тебе?



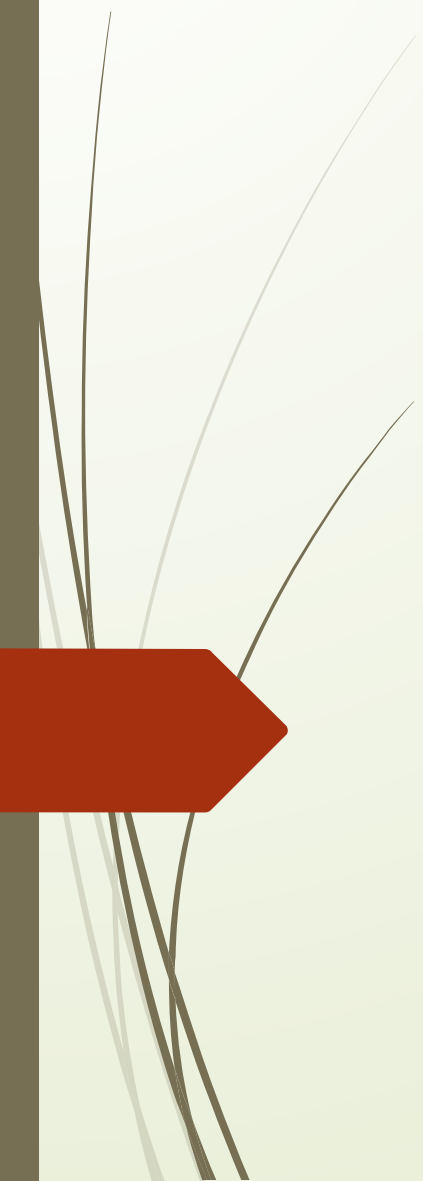
Как бы ты определил интеллектуальный и личностный уровень развития людей из твоего ближайшего окружения? Считаешь ли ты их ниже или выше собственного уровня развития?



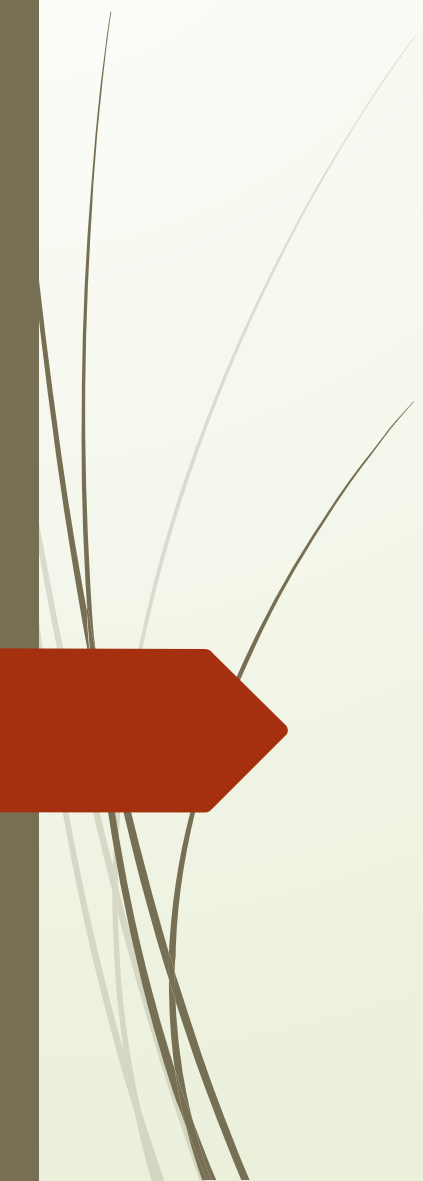
Сколько времени у тебя уходит: на работу, на сон, на развлечение и отдых, на приобретение полезных знаний, бесполезному времяпрепровождению (ничего неделанию)?



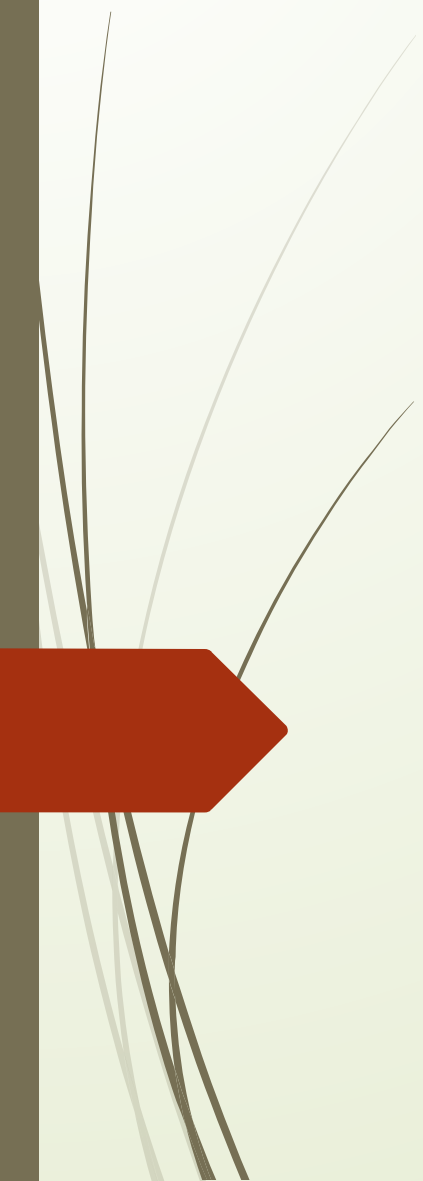
Кто из твоих знакомых: более всего вдохновляет тебя, чаще всего настораживает тебя, чаще всего разочаровывает тебя, больше всего помогает тебе?



Что сильнее всего тревожит тебя?
Почему ты это терпишь?



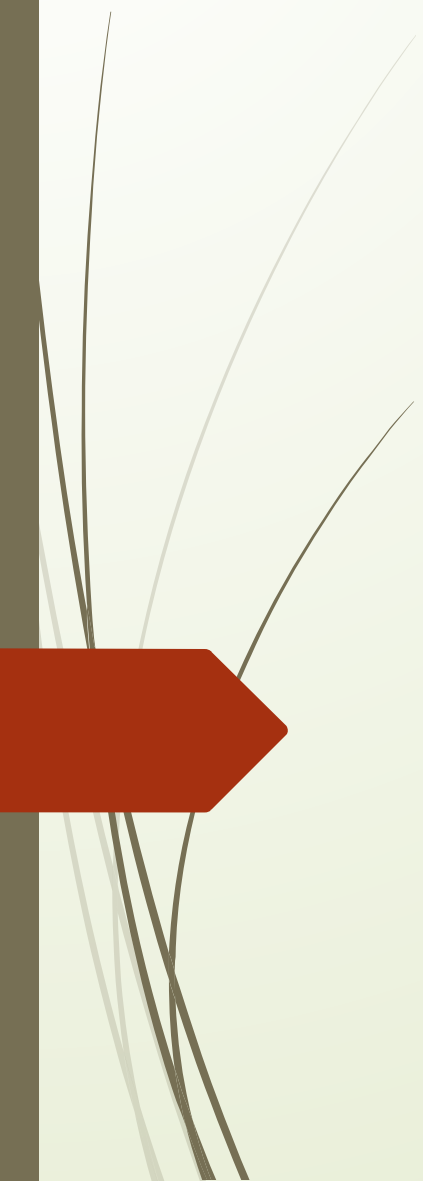
По какому поводу ты испытываешь
наибольшее беспокойство?
Почему ты допускаешь это?



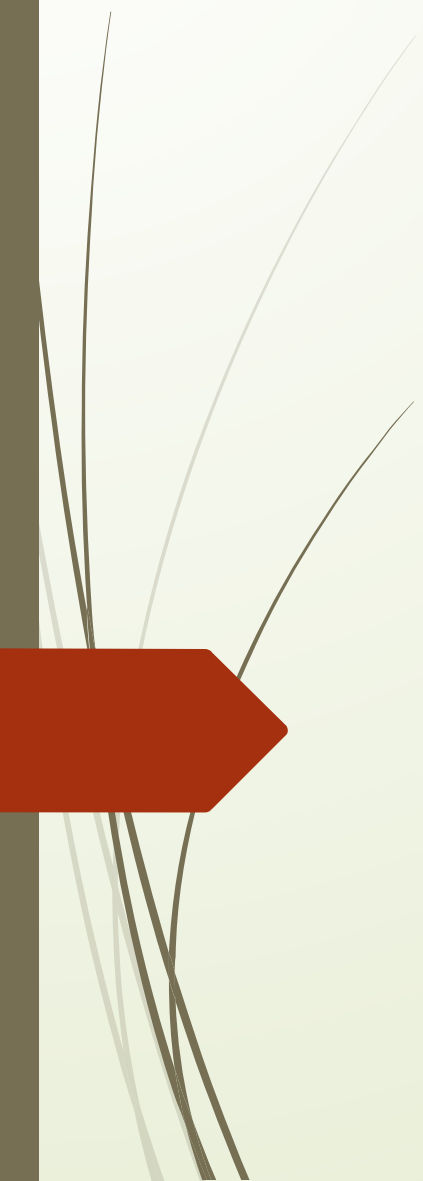
Когда тебе дают непрошенные, но бесплатные советы: ты принимаешь их с благодарностью, ты анализируешь сказанное, затем решаешь как поступить, ты рекомендуешь советчику не соваться не в свое дело. Или анализируешь возможные мотивы советчика.

Чего ты желаешь больше всего? Делаешь ли ты что-нибудь для того, чтобы реализовать свое желание? Сколько времени ежедневно ты посвящаешь достижению своей цели? Следуешь ли ты своему плану?

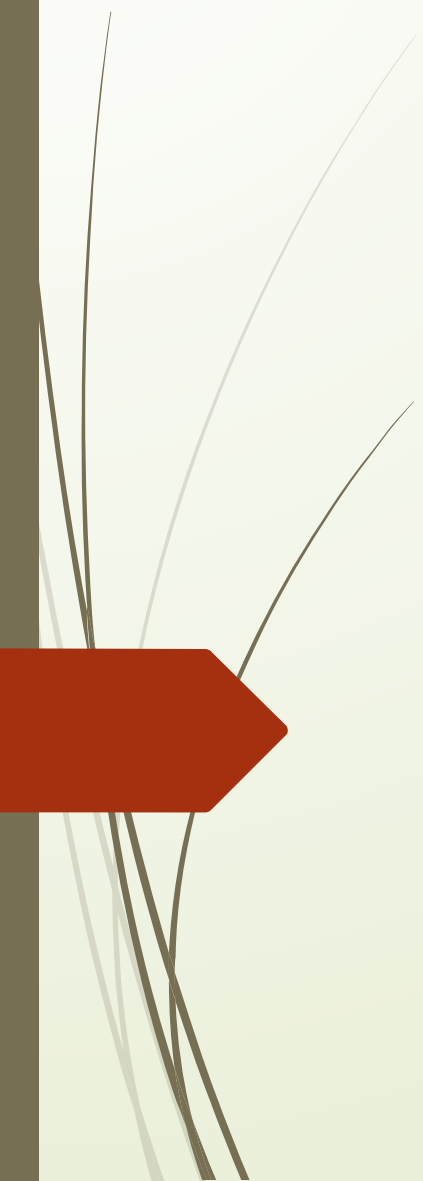




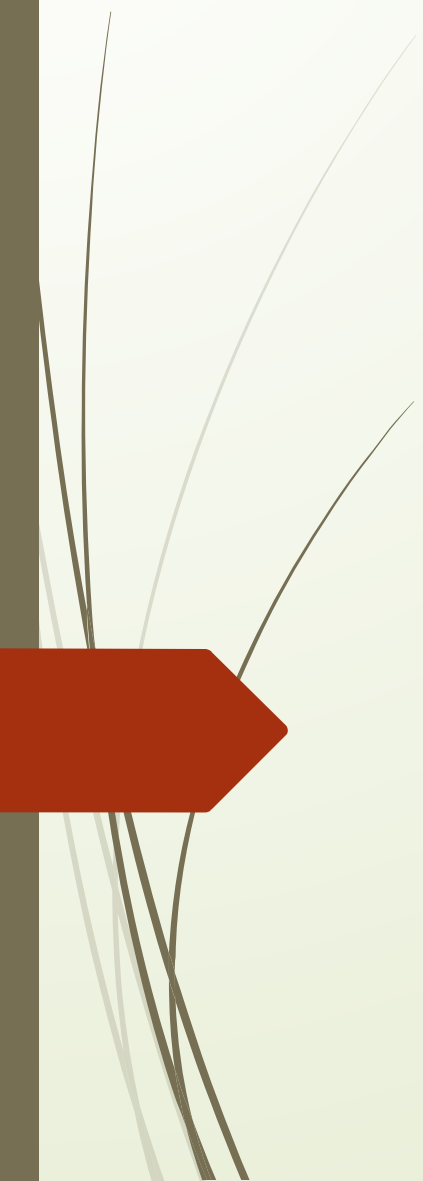
Часто ли ты меняешь свое
мнение? Если да, то почему? По
каким причинам чаще всего?



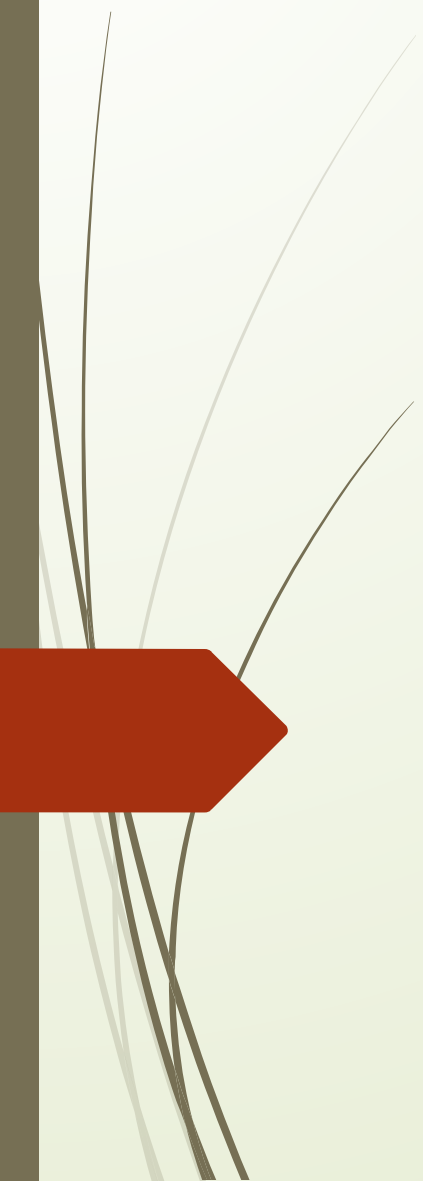
ДОВОДИШЬ ЛИ ТЫ ДО КОНЦА ВСЕ ТО,
ЧТО НАЧИНАЕШЬ ДЕЛАТЬ?



Производят ли на тебя сильное впечатление богатство, статус, титулы и звания других людей?



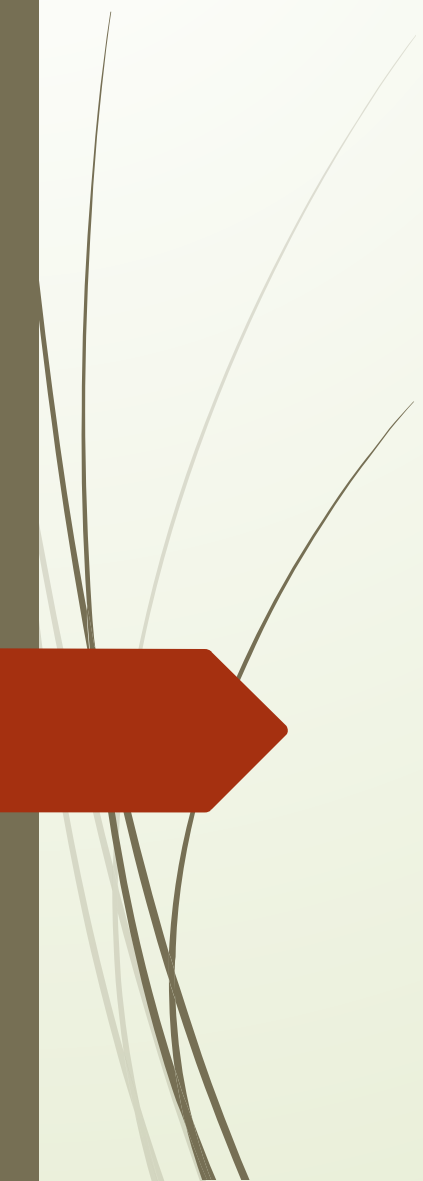
Важно ли для тебя, то что другие
люди думают о тебе?



Стараешься ли ты угождать людям
только из-за их социального или
финансового статуса?

Кого из ныне живущих людей ты считаешь своим героем (или величайшей личностью)?
Стараешься ли ты подражать в чем то этому человеку? В каких отношениях этот человек превосходит тебя?





Сколько времени ты посвятил
изучению всех этих вопросов и
ответам на них?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ Из книги «Думай и Богатей-2»

□ 1. Определенность цели

□ а) Главная жизненная цель определена? __

□ б) Сроки достижения этой цели определены?

□ в) План достижения этой цели разработан?

□ г) Определено, что должно принести достижение этой цели?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

- **2. Положительная психологическая установка**
- а) Знаете, что означает положительная психологическая установка?
- б) Можете контролировать свое настроение?
- в) Знаете одно-единственное средство, дающее полный контроль?
- г) Знаете, как выявить отрицательную психологическую установку у себя и у других?
- д) Знаете, как сделать ППУ привычкой?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

- **3. Готовность "сделать лишний шаг"**
- а) Есть у вас привычка делать немного больше и лучше, чем вам полагается в соответствии с вашей зарплатой?
- б) Знаете, когда служащему полагается прибавка к жалованию?
- в) Вам известен хотя бы один специалист, достигший успеха в своей области, который работал строго «от и до»?
- г) Считаете ли вы, что работник вправе ожидать повышения своей заработной платы, если он делает больше положенного?
- д) Если бы вы были вашим работодателем, были бы довольны выполняемой работой, которую вы выполняете как служащий

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 4. Тщательное обдумывание

- а) Считаете ли вы своим долгом систематически углублять профессиональные знания?
- б) Есть у вас привычка высказывать «мнение» по незнакомым вам вопросам?
- в) Знаете, ГДЕ и КАК добывать НУЖНУЮ информацию?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 5. Самодисциплина

- а) Можете смолчать, когда вас охватывает гнев?
- б) Есть у вас привычка говорить, не подумав?
- в) Легко выходите из себя?
- г) Вы обычно уравновешенны?
- д) Позволяете ли своим эмоциям овладевать рассудком?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 6. Холодный рассудок

- а) Опираетесь на помощь других в достижении своих целей?
- б) Считаете ли возможным добиваться — успеха без посторонней помощи?
- в) Считаете ли возможным с легкостью — добиваться успеха в своем деле при противодействии со стороны жены и других членов семьи?
- г) Видите ли преимущества, когда работник и работодатель трудятся в гармоничном взаимодействии?
- д) Испытываете гордость за успех — коллектива, в котором работаете?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 7. Опора на веру

□ а) Верите в Высший разум?

□ б) Вы цельная натура?

□ в) Верите в способность исполнить — задуманное?

□ г) Считаете ли себя свободным — от семи главных страхов:

1) нищеты;

2) критики;

3) болезней;

4) потери любви;

5) потери свободы;

6) старости;

7) смерти?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 8. Вежливость

- а) Бываете ли грубыми с другими?
- б) Имеете ли привычку использовать — Золотое правило?
- в) Хорошо ли к вам относятся ваши — сотрудники (близкие)?
- г) Вы раздражаете других?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 9. Инициативность

- а) Планируете ли свою работу?
- б) Нуждаетесь в том, чтобы работу для вас планировали другие?
- в) Обладаете ли выдающимися качествами, которых нет у других ваших коллег?
- г) Имеете ли привычку откладывать дела в долгий ящик?
- д) Стараетесь всегда выполнить работу лучше и эффективнее?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 10. Энтузиазм

- а) Вы полны энтузиазма?
- б) Направляете свой энтузиазм на выполнение своего плана?
- в) Ваш энтузиазм выходит из-под контроля?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 11. Сосредоточенность внимания

- а) Концентрируете внимание на том, чем занимаетесь?
- б) Легко поддаетесь убеждению поменять свои планы и решения?
- в) Отказываетесь ли от своих намерений и планов, когда встречаете сопротивление?
- г) Продолжаете ли делать свое дело, когда встречаются помехи в работе?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 12. Работа в коллективе

- а) Находите взаимопонимание и дружбу в рабочем коллективе?
- б) Оказываете услуги так же легко, как просите о них?
- в) Часто вступаете в разногласия с другими?
- г) Находите большие преимущества у дружного рабочего коллектива?
- д) Усматриваете пагубность в отказе работника от сотрудничества внутри рабочего коллектива?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 13. Учиться на ошибках

- а) Опускаете руки от неудачи?
- б) Если первая попытка не удалась, продолжаете попытки?
- в) Означает ли первая неудача поражение для вас?
- г) Учитесь на своих ошибках?
- д) Знаете, как извлечь из поражения пользу, которая приведет к успеху?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

14. Творческое воображение

- а) Используете рационально свое воображение?
- б) Принимаете решения самостоятельно?
- в) Всегда ли человек, следующий указаниям сверху, стоит больше того, кто выходит со встречными идеями?
- г) Вы изобретательны?
- д) Придумываете в своей работе практичные новаторства?
- е) Обращаетесь за советами в случае нужды?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 15. Планирование времени и расходов

- а) Откладываете ли на книжку определенную часть своих доходов?
- б) Тратите ли свои деньги без учета будущего источника доходов?
- в) Достаточно ли спите по ночам?
- г) Читаете регулярно в свободное время поучительную и специальную литературу?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

□ 16. Поддержание своего здоровья

- а) Знаете ли пять главных правил поддержания здоровья?
- б) Знаете ли, с чего начинается физическое здоровье?
- в) Считаете ли, что отдых и крепкое здоровье тесно связаны?
- г) Знаете ли о четырех факторах, влияющих на сохранение здоровья?
- д) Вам знакомы термины «ипохондрия» и «психосоматический недуг»?

АНАЛИЗ КОЭФФИЦИЕНТА УСПЕХА

- 17. Опора в жизни на космическую силу привычек
 - а) У вас есть привычки, не поддающиеся контролю?
 - б) Вы недавно бросили дурную привычку?
 - в) Есть у вас новая хорошая привычка?

При постановке Определённой цели

- 1. Инициативность.
- 2. Самодисциплина.
- 3. Творческое воображение.
- 4. Тщательное обдумывание.
- 5. Сосредоточенность (сконцентрированность).
- 6. Планирование времени и средств.
- 7. Энтузиазм.

- Ясность цели в сочетании с ППУ.
- **Вы сами определяете себе цели.** Когда вы с помощью ППУ ставите перед собой генеральную задачу, вы автоматически следуете семи из 17 принципов успеха.

17 принципов успеха!

- 1. Положительная психологическая установка.
- 2. Определенность цели.
- 3. Не бояться лишнего шага.
- 4. Тщательное обдумывание.
- 5. Самодисциплина.
- 6. Холодный рассудок.
- 7. Опора на веру.
- 8. Любезность.
- 9. Инициативность.
- 10. Энтузиазм.
- 11. Сосредоточенность внимания.
- 12. Коллективизм.
- 13. Учиться на ошибках.
- 14. Творческое воображение.
- 15. Планирование времени и расходов
- 16. Здоровый дух и здоровое тело.
- 17. Опора на космическую силу привычек (универсальный закон).