

Як перетворювати труднощі в можливості?

"Твої проблеми – це твій шлях" (Стародавня мудрість)

У кожного свій шлях до успіху, але дорога до справжнього щастя буває з випробуваннями. Життя зводить нас з потрібними людьми та розводить з непотрібними для нас. Часто ми ставимо собі запитання: чому так багато проблем виникає в житті? Що я сьогодні роблю не так? Що маю зробити?

Насправді, тільки завдяки життєвим труднощам ми стаємо, як дерево, ми отримуємо безцінний життєвий досвід, ми шукаємо способи вирішення проблемної ситуації, ми розвиваємося. Головне, не переносити свій набутий досвід у своє світле майбутнє та контролювати, щоб він негативно не впливав на наше щастя.

Проблеми в житті виникають в той момент, коли життя хоче, нас чомусь навчити, щось допомогти нам усвідомити. Часто саме проблеми приводять нас до колосального успіху в житті! Випробування для того, щоб зробити із нас "алмазів".

Коли людина постійно знаходиться лише в сприятливих умовах, то в більшості випадках її особистий та професійний розвиток зупиняться, мозок починає працювати зовсім по іншому. Людина "не напругається", як досягнути поставлених цілей. Але, потрібно завжди пам'ятати, що важливо завжди бути кращими, ніж ми були вчора. Більшість відомих та успішних людей досягнули великого успіху після подолання своїх невдач, просто вони в один чудовий день, сказали собі: «я це можу досягнути і я досягну». Вони довели собі та усьому Всесвіту, що обставини не управляють їхнім життям, а вони управляють їми.

У кожного з нас існує своя зона комфорту – це територія, де нам майже все відомо, це знання та досвід якими ми на сьогодні володіємо. Дозвольте собі думати по-різному, працюйте над своїм світоглядом, краще рішення існує за межами наших знань та нашого досвіду. Як, сказав золоті слова, відомий всім Альберт Ейнштейн «ти ніколи не вирішиш проблему, якщо будеш думати так само, як ті, хто її створив». Іноді із-за цього, нам важко змінити свої переконання, вийти на інший рівень вирішення проблемної ситуації, подивитися на неї зі сторони, піти у невідомість.

Невідомість – це територія нових можливостей та відкриттів! Ми боїмося часто невідомості. Ми звикаємо до своєї «зони комфорту», де звичайно кожного дня, все відбувається за одним сценарієм. Усі рамки та обмеження існують лише в нашій голові. Наші страхи гальмують нас пізнавати нове...

Довіряйте Всесвіту, беріть відповідальність за свої дії, не змінюйте своїм мріям і зона невідомості відкриє для вас новий світ для власної реалізації.

Як перетворювати складності в можливості?

1. Вмійте переключатися та не живіть однією проблемою.
2. Вирішуючи свою проблему усвідомте, що отримуєте життєвий урок, досвід, стаєте кращими.
3. Вирішуючи проблему, відкривайте для себе нові можливості. Наприклад: якщо у вас проблемі зі здоров'ям, почніть правильно харчуватися, займатися активним способом життя, спортом.
4. Не давайте можливості своїм страхам та проблемам управляти вашим життям.
5. Дозвольте собі виходити зі своєї «зони комфорту».
6. Зрозумійте, що усі проблеми та складності створюють вашу власну історію успіху.
7. Якщо не можете змінити ситуацію змініть відношення до неї.
8. Вивчайте свою проблему. Якщо проблеми у взаємовідносинах, тоді вивчайте психологію стосунків, комунікацію, конфліктологію інше.
9. Пам'ятайте, що іноді проблеми виникають для того, щоб ви змогли піднятися ще вище, досягнули більше цілей.
10. Зрозумійте, що за вашими проблемами стоять ваші можливості, ваш новий особистий та професійний розвиток, ваші мрії.

"Роблячи усвідомлений вибір, ви стаєте автором свого життя"

Меггі Макнил