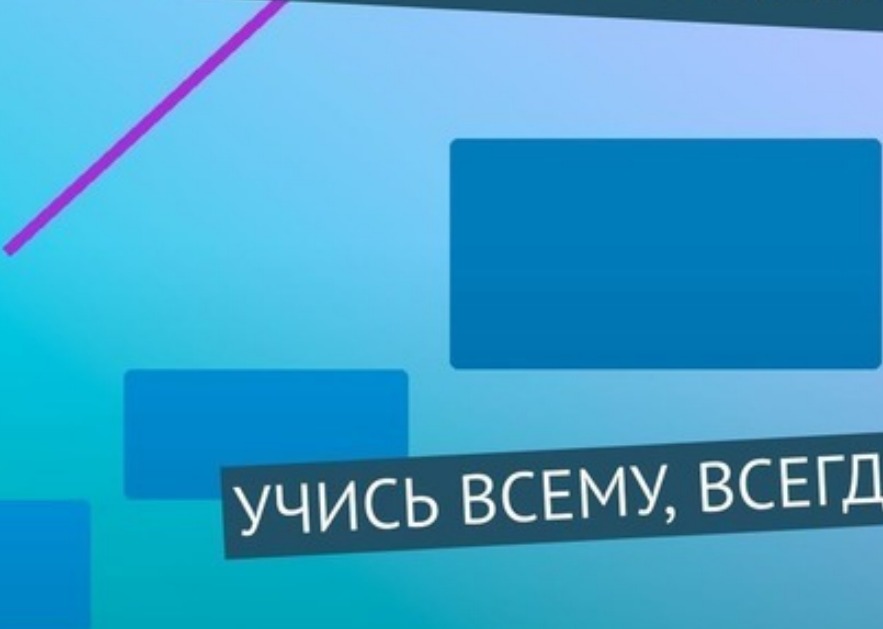


Радмила Шарифьянова

САМООБРАЗОВАНИЕ —
НАВЫК
СОВРЕМЕННОГО
ЧЕЛОВЕКА



УЧИТЬСЯ ВСЕМУ, ВСЕГДА И ВЕЗДЕ

Радмила Шарифьянова

**Самообразование – навык
современного человека.
Учись всему, всегда и везде**

«Издательские решения»

Шарифьянова Р.

Самообразование – навык современного человека. Учись всему,
всегда и везде / Р. Шарифьянова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-515833-8

В книге даются практические советы по организации самостоятельного обучения. Читатели узнают о возможностях дистанционного образования в лучших университетах мира, попробуют свои силы в международных конкурсах, олимпиадах, конференциях.

ISBN 978-5-00-515833-8

© Шарифьянова Р.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Не находи себе оправданий	7
Что объединяет успешных людей?	8
Джим Керри	9
Джоан Роулинг	10
Стивен Кинг	11
Как перестать беспокоиться о том, что другие думают о тебе?	12
Как принимать критику?	13
Как справиться с давлением со стороны завистников?	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Самообразование – навык современного человека Учись всему, всегда и везде

Радмила Шарифьянова

© Радмила Шарифьянова, 2020

ISBN 978-5-0051-5833-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Самообразование – стиль жизни

Многие полагают, что наиболее важные знания каждый из нас приобретает в школе, университете, с помощью преподавателей или репетиторов. В школе мы получаем фундаментальные знания, в университете – специальные, но это не значит, что полученными знаниями можно ограничиться. В современном мире постоянно все меняется, поэтому для того, чтобы оставаться образованным человеком, следует постоянно заниматься саморазвитием, следить за современными технологиями, расширять свои знания в различных областях.

Неважно на каком жизненном этапе ты находишься на данный момент. Ты можешь быть образованным человеком, с большим багажом знаний в определенной сфере деятельности. Мы живем в удивительное время: для того, чтобы получить знания в какой-либо отрасли достаточно лишь иметь доступ в интернет.

Все зависит только от тебя. Важно понимать, что саморазвитие – это регулярная работа над собой, поиск информации и самостоятельная оценка выполненной работы. Ни один человек не сможет дать тебе знания, если ты сам этого не захочешь. Можно постоянно посещать различные курсы, заниматься с преподавателями, но настоящего успеха в определенной отрасли ты достигнешь только после того, как начнешь брать на себя ответственность за проделанную работу, осознанно подходить к выбору изучаемого направления.

Стоит отметить, что образованный человек – это человек, расширяющий свои знания в различных отраслях. У тебя могут быть определенные специальные знания, но это не значит, что это единственное направление, в котором ты разбираешься и показываешь высокие результаты.

Тебе необходимо осознать, что с сегодняшнего дня ты готов совершенствовать свои навыки, получать новые знания, работать над собой, следовать поставленным целям. Стремление к саморазвитию – это полезная привычка, которую необходимо выработать в повседневной жизни. Человек, который занимается самосовершенствованием, делает это по собственному желанию, следует своим предпочтениям и интересам, умеет нести ответственность за результат проделанной работы.

Не находи себе оправданий

Помни, что такие оправдания, как «у меня нет времени», «у меня нет денег оплачивать курсы» или «я не могу справиться нагрузкой» уже неактуальны. Если ты ищешь оправдания своим действиям, значит ты еще не готов изменить свой стиль жизни. Важно понимать, что твой успех зависит только от того, насколько усердно ты работаешь над достижением своих целей. Намного эффективнее искать новые возможности, а не очередные оправдания.

Если ты начал заниматься каким-либо новым делом, развивать способности к чему-либо, расширять свои знания, то не бросай стремиться к достижению цели. Несмотря на преграды и трудности, тебе необходимо понять, что не бывает идеальных путей к достижению успеха в какой-либо сфере. Умение не сдаться, не потерять энтузиазм, «встать на ноги» после совершенной ошибки – важнейший навык любого человека. Не говори: «у меня ничего не получается», скажи себе: «я справлюсь с любыми трудностями».

Рассмотрим наиболее распространенные фразы, употребляемые людьми, желающими доказать свою неспособность к действию. В первую очередь, подобные словосочетания используются для того, чтобы успокоить самих себя, но на практике они мешают двигаться вперед и достигать желаемых целей.

Если бы я мог...

Если бы у меня было время...

Если бы у меня был талант...

Если бы я не совершил ошибку...

Если бы я родился...

Если бы я был...

Придумывая оправдания, ты признаешься самому себе в неспособности изменить нынешнюю ситуацию, что приводит к чувству безысходности.

Измени свое мышление. Замени формулировку «Если бы...» на «Я могу на данный момент...». Если нынешняя ситуация не позволяет тебе достичь поставленной цели, то цель необходимо разделить на небольшие пункты, что поможет тебе ответить на вопрос: «А что я могу сделать уже сейчас для того, чтобы достичь своей цели в будущем?».

Привычка находить оправдания вместо того, чтобы искать пути решения проблемы не приведет тебя к успешному результату.

Поверь в себя. Многие упускают новые возможности из-за неуверенности в том, что они смогут выполнить необходимые шаги к достижению цели. Один из способов не бояться пробовать что-то новое – повысить самооценку. Тебе необходимо осознать, что ты достоин того, чтобы твоя мечта сбылась.

Что объединяет успешных людей?

Мы часто слышим такие фразы, как «ему просто повезло» или «у него богатые родители». Некоторые заявляют о том, что самостоятельно достичь успеха невозможно. Почему люди до сих пор так считают? Ответ таков: людям намного проще обесценить чужой труд, чем признать успех другого человека. Обесценивая чужие заслуги, некоторые находят себе оправдания в том, почему у них не получается достичь поставленных целей.

Чаще всего мы видим лишь конечный результат долгой работы успешной личности, но не все задумываются о том, сколько труда, времени, сил и энергии вложил тот или иной человек для того, чтобы его мечта сбылась.

Успешные люди не ищут себе оправданий, они действуют. Не завидуй успеху других людей, ведь нет какого-либо смысла тратить свое время и энергию на негативные мысли. Сконцентрируйся на том, чего ты действительно желаешь достичь, перенимай опыт успешных людей, мотивируй себя на новые свершения.

Подумай о том, сколько неудач и провалов было у людей, которые являются для тебя примером сейчас. Если бы они сказали себе: «Это не мое» или «Я не достигну успеха в этом направлении», то мир потерял бы огромное количество величайших людей. Что если ты один из тех, кто просто боится идти к достижению своей цели из-за неудач?

Умение преодолевать трудности, появившиеся на пути к мечте – навык успешного человека.

Джим Керри

Джим Керри – один из самых высокооплачиваемых комиков США и мира, актер кино и телевидения, сценарист, художник и продюсер. Стоит отметить то, что он с ранних лет был трудолюбивым человеком. Джиму приходилось работать уборщиком на фабрике «Титановые колеса», а его семья жила в микроавтобусе.

Джим Керри с детства понимал, к чему он стремится. В возрасте одиннадцати лет он отправил 80 пародий на шоу Кэрол Барнет, но не получил положительного ответа. В пятнадцать лет Джим впервые выступал на публике, но зрители закидали его тухлыми яйцами. Только спустя два года, Керри решил выступить повторно в том же клубе, но на этот раз его номер оказался успешным.

Вскоре Джим проходил различные кастинги на ТВ программы и фильмы, но многие попытки были безуспешны. Ему удавалось играть второстепенные роли на телевидении, и только благодаря усердной работе и стремлению достичь поставленной цели, к Джиму пришла популярность.

Джоан Роулинг

Джоан Роулинг – британская писательница, автор самой продаваемой серии книг в истории, автор романов о Гарри Поттере, сценаристка, кинопродюсер, одна из самых богатых женщин Великобритании.

В юном возрасте Роулинг писала фантастические рассказы, читала их сестре. У нее было трудное детство: мать была тяжело больна, а с отцом были сложные отношения. Роулинг не взяли на обучение в Оксфордский университет, но она смогла поступить в Эксетерский университет.

Джоан отправляла рукопись романа «Гарри Поттер и философский камень» в двенадцать издательств, но все отвергли ее работу. Только спустя год ей удалось выпустить свой первый роман, но ей советовали найти другую работу, так как шансов заработать на детских книгах было мало.

Стивен Кинг

Стивен Кинг – популярный американский писатель, опубликовавший более шестидесяти романов, сценарист, телепродюсер, режиссер, журналист.

Стивен писал рассказы с детства: в 14 лет мальчик адаптировал фильм «Колодец и маятник» в повествовательную форму. Кинг принес копии своей рукописи в школу, начал продавать свои работы. Вскоре Стивена отстранили от учебы в этой школе – такое решение принял директор.

Позже мальчик окончил Даремскую среднюю школу, продолжил обучение в Лисбон-Хай. Получав отказ за отказом на публикацию своих произведений, Стивену удалось опубликовать рассказ в журнале. Вскоре Кинг стал главным редактором школьной газеты.

Во взрослой жизни Кинг продолжал публиковать рассказы в журналах, получая небольшие гонорары. Семья Стивена испытывала финансовые трудности, Кингу пришлось работать в прачечной. Затем Стивен начал преподавать английский язык в школе.

Писатель недооценивал свои работы: его жена нашла черновик романа «Кэрри» в мусорном ведре, но смогла настоять на том, чтобы Стивен продолжил работать над книгой. Прежде чем его работы начали принимать издательства, Кингу пришлось более шестидесяти отказов.

Как перестать беспокоиться о том, что другие думают о тебе?

Если ты боишься сделать шаг навстречу своей мечте, изучать интересующие тебя предметы, двигаться в определенном направлении из-за того, что окружающие могут тебя осуждать, обсуждать, оценивать твои работы, то тебе необходимо перестать думать о том, какое мнение сложится у других людей о тебе.

Чужое мнение – чужая проблема. Если кому-то не нравится то, чем ты занимаешься, в каком направлении ты двигаешься, то это не твоя проблема. Тебе не нужно тратить время, энергию и силы на то, чтобы переживать о том, что о тебе подумают, тем более, доказывать окружающим их неправоту.

Важно уметь отличать конструктивную критику от неконструктивной. Конструктивную критику чаще всего могут предложить близкие люди, которые будут только рады твоему успеху. Неконструктивная критика может содержать фразы, которые заставят тебя бросить начатое дело. Тебе необходимо научиться не поддаваться давлению со стороны общества. Фразы такие, как «У тебя ничего не получится!» или «Хватит заниматься ерундой» произносят завистники, которые боятся того, что ты достигнешь успеха в будущем. Такие люди будут отговаривать тебя от любых начинаний, делая вид будто они заботятся о тебе.

Будь уверенным в себе человеком. Не бойся думать о том, что именно ты сможешь достичь успеха в определенной сфере деятельности.

Люди могут говорить все, что угодно, но решение принимаешь ты. Есть те, кто любит поговорить на различные темы и раздать советы. Если же ты спрашиваешь мнение у окружающих, будь готов к разногласиям, но это не значит, что другие люди могут изменить твой выбор. Только ты принимаешь осознанные решения в своей жизни.

Если же при принятии решения ты будешь учитывать только мнение окружающих, то вскоре ты можешь осознать, что твоя деятельность – это совсем не то, чего ты желаешь, а твое ценное время было потрачено на исполнение желаний других людей.

Как принимать критику?

В первую очередь, если ты столкнулся с критикой в свой адрес, то необходимо определить критика это или нет. Забавно то, что за критику многие из нас воспринимают нетактичные замечания, не имеющие какой-либо смысловой нагрузки, и даже оскорбления, показывающие неуважительное отношение собеседника.

Конструктивная критика – это важнейшая составляющая совершенствования. Если ты обращаешься с просьбой к профессионалам своего дела оценить твою работу, спрашиваешь совета у близких людей, поддерживающих твою деятельность, то вероятность получить конструктивную критику высока. Тем не менее, неконструктивная критика не должна вызывать у тебя негативных эмоций и желания прекратить двигаться к поставленной цели.

Если ты действительно совершенствуешь какой-либо навык, то конструктивная критика поможет тебе узнать мнение окружающих о твоей работе, взаимодействовать с людьми, продемонстрировать единомышленникам свои умения и знания, перенять опыт.

Критика, в отличие от оскорблений, не должна быть резкой. Если тебе указывают на конкретные ошибки, неумения, то отнесись к таким высказываниям с благодарностью. Только представь: другой человек сэкономил твое ценное время, предоставил тебе информацию о том, какие неточности ты допускаешь в своей работе. Следовательно, ты сможешь заняться самоанализом, понять, почему ты совершаешь какие-либо ошибки, определить материал, который тебе необходимо изучить. Более того, критика от профессионалов поможет тебе не только улучшить навыки, но и понять критерии оценивания работ людьми, которые уже достигли успеха в какой-либо сфере деятельности.

Важно определить, почему тот или иной человек высказывает свое мнение о твоей работе. Подумай, с какой целью была высказана критика, имеет ли для тебя значение этот человек и его деятельность, является ли он экспертом в данной области, может ли он быть для тебя конкурентом. Если ты осознаешь, что деятельность этой персоны тебя впечатляет, этот человек является для тебя примером для подражания или он вдохновляет тебя на новые свершения, то прими полученную информацию, не стесняйся уточнить неточности выполненной работы более детально, задай интересующие тебя вопросы.

Если же критика, высказанная другим человеком, вызывает у тебя чувство обиды, то необходимо понять, почему ты так относишься к высказываниям окружающих. Возможно, ты полагаешь, что твою работу оценили несправедливо, не поняли главную идею твоей деятельности, не обратили внимания на все твои умения и навыки. В таком случае следует сделать небольшой отдых, избавиться от негативных эмоций, а затем приступить к самоанализу. Рассмотрим критику с разных сторон, представь, что работа была проделана другим человеком, а не тобой. Принимать критику или проигнорировать замечания другого человека – это твой осознанный выбор.

Если ты еще не уверен в том, что конструктивная критика окружающих соответствует оценке твоих навыков, то выпиши основные замечания в ежедневник или записную книжку, чтобы ты смог просмотреть записи через некоторое время, и возможно, принять данную информацию к сведению.

В любом случае, тебе не стоит категорично отстаивать свою позицию людям, которые критикуют твою деятельность. Важно понимать, что у каждого человека свое представление о совершенстве, соответственно, найдутся люди, которым твоя работа понравится, но будут и те, кто не оценит твои умения. Так или иначе, важно, чтобы тебе самому нравилось то, чем ты занимаешься.

Как справиться с давлением со стороны завистников?

Завистники – это люди, которые высказывают свое негативное мнение о работе постоянного человека, дают «советы», пытаются унижить и обесценить чужой труд.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.