**5 рекомендаций, которые способствуют саморазвитию**

**1**. Проводите свой досуг только с приятными для вас людьми

Отдых приносит удовольствие, истинное наслаждение лишь тогда, когда рядом находятся люди, которые вас искренне любят, уважают и готовы всегда помочь в трудную минуту. Лишь приятное окружение вернет вас к жизни, «заставит» вас почувствовать вкус каждого нового дня. Постарайтесь, чтобы рядом с вами были личности, при которых вы всегда будете сами собой. Это первый этап в создании новой странички в вашей жизни.

2. Не бойтесь проблем, встречайте их с поднятой головой

Как известно, о человеке говорят не только сами проблемы, но и то, как этот человек реагирует на них. В нашем мире проблемы будут всегда (никто не живет идеальной жизнью), поэтому вы должны научиться достойно выходить с любой сложившейся ситуации. Всегда помните о том, что любая жизненная ситуация имеет (как минимум) два пути решения. Ищите альтернативы, умейте анализировать и принимать быстрые, но эффективные решения. А самое главное – чаще напоминайте себе, что за каждый шаг, за каждый поступок отвечать будете вы (подобные мысли смогут уберечь вас от некоторых ошибок, поскольку вы, находясь перед каким-то выбором, обязательно дважды подумаете).

3. Всегда будьте собой и гордитесь этим

Нынешняя молодежь стремится подражать знаменитостям или кому-то из своего окружения, но это грубейшая ошибка. Каждый человек – это неповторимая личность. Умейте беречь то, что заложено в вас природой. Пусть другие подражают вам, а вы к этому не опускайтесь.

4. Цените жизненные уроки, допущенные ошибки

Нет безупречных людей. Все мы совершаем ошибки. Разница лишь в том, что одни люди достойно преодолевают трудности и делают правильные выводы, а другие люди «опускают руки» и считают, что жизнь не удалась. Запомните, жизненные преграды и маленькие испытания делают вас сильнее. Иногда рискуйте, падая, поднимайтесь и снова пытайтесь. Старайтесь находиться в постоянном движении, учитесь чему-то новому, растите и совершенствуйтесь.

5. Слушайте свой внутренний голос

Иногда очень полезно руководствоваться своими чувствами, мыслями. Не бойтесь делать то, что вам подсказывает сердце. Многие успешные люди признаются, что интуиция – это лучший помощник в достижении поставленных целей. Проявите оригинальность, креативность, удивите своей идеей или предложением. Сейчас многие действуют по плану, руководствуясь известной теорией, а ваша задача — выйти за пределы правил (только не забывайте о золотой середине, не следует перегибать палку). Всегда думайте о том, что вы должны ценить каждую минуту, каждый прожитый день, ведь жизнь настолько коротка, что нет смысла чего-то бояться или ждать «подходящего момента».



