



**Позитивное мышление**

# тест «Женщина»

1. Когда задумываетесь над прожитой жизнью, к какому выводу приходите?
  - а). все было скорее плохо, чем хорошо;
  - б). все было скорее хорошо, чем плохо;
  - в) все было отлично.
2. В конце дня обыкновенно:
  - а). вы недовольны собой;
  - б). считаете, что день мог бы быть лучше;
  - в). засыпаете с чувством удовлетворения.
3. Когда просыпаетесь утром:
  - а). ни о чем не хочется думать,
  - б). взвешиваете «Что день грядущий нам готовит»
  - в) довольны, что начался новый день.
4. Сравнивая себя с другими, находите, что;
  - а). меня не дооценивают;
  - б). я не хуже остальных
  - в). меня очень уважают.
5. Если у вас плохое настроение;
  - а). клянете судьбу;
  - б). знаете, что плохое настроение пройдет;
  - в). стараетесь развлечься.

# Результаты; а -0, б -1, в-2.

- от 0 до 3 . вам живется непросто. считаете. что вам не везет в жизни. Это мешает вам воспринимать светлые стороны жизни, радоваться тем мелочам, которые иногда происходят.
- от 4 до 5. ваше настроение постоянно колеблется., вы очень ранимы и чувствительны., склонны реагировать на события эмоционально. забывая, что восприятие событий и их ход зависит от вас. Старайтесь чаще бывать в гостях. приглашать подруг к себе.
- от 6 до 10 Вы оптимист! Умеете преодолевать трудности. У вас трезвый склад ума и легкий характер.



# Все мы родом из детства...



Я красив, счастлив и доволен  
потому что я так думаю!

У меня нет всего, что я хочу, но я люблю все, что у меня есть. (Л.Н.



# События вашей жизни – результат настроения.



Улыбка – это моё лицо.  
Смех – это мой  
характер.



- Радость – это  
МОЯ ЖИЗНЬ!



Большинство людей  
счастливы настолько, насколько

они решили быть счастливыми.



# Радости фиксируйте на камнях, а обиды на песке.

- Жалобы удваивают результат.
- Только тот счастлив, кто способен распространять счастье.
- Запрограммируйте себя на хороший результат.



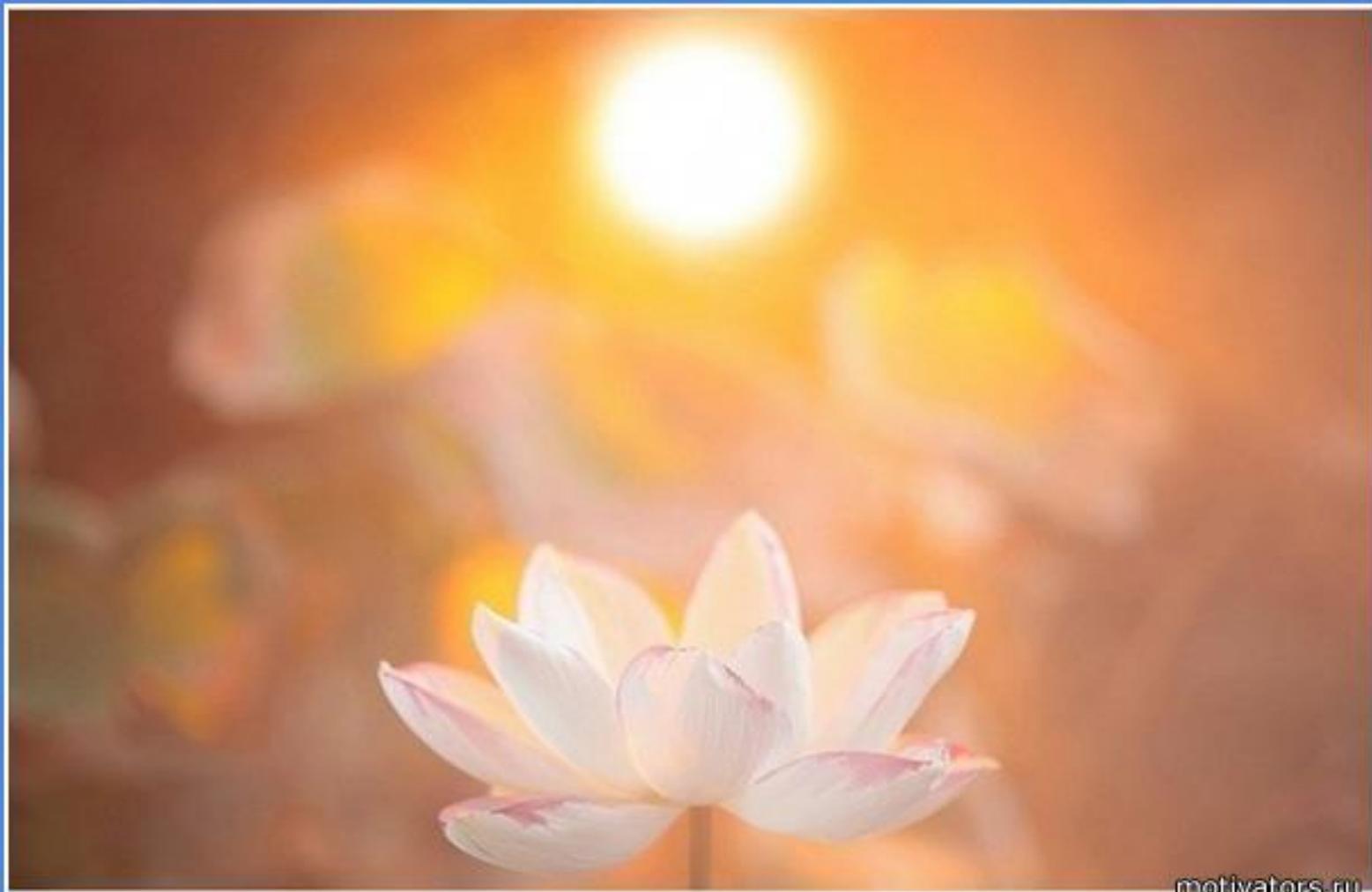
# Наши обиды

- Черная полоса жизни
- На кого мы обижаемся?
- Реакции на обиды
- Обидчивые – злопамятны!
- Обидчивые люди часто одиноки!
- А как избежать обиды?

# Как избавиться от обиды?

«Меня никто не может обидеть!» А.Линкольн

- 6 км пешком или бегом и никаких обид.
- Физический труд
- Сместите с пьедестала.
- Сублимация. (замещение)
- Боксерская груша. (подушка)
- Простить.
- Обсудить с психологом. Анализ.
- Релаксация и медитация. Аутотренинг.



[motivators.ru](http://motivators.ru)

**Когда вам озвучивают мнение о**

Вас, оставайтесь ровными. Собеседник озвучивает состояние ума.

Сегодня я счастлива просто так. А  
почему... сама не знаю.



# Смысловая воронка



# ЛЮДИ С ПОЗИТИВНЫМ МЫШЛЕНИЕМ

«ЦЕНТР ЗДОРОВОЙ МОЛОДЁЖИ»

Ежедневно читают



Постоянно учатся



Прощают других



Проявляют любезность, уважение



Берут ответственность за собственные ошибки



Желают успеха другим



Разделяют победу с другими



Обсуждают идеи



Излучают радость



Делятся информацией и событиями



Ставят цели и планируют их достижение



Рассматривают разные точки зрения



Принимают перемены



Ведут список дел, дневник



Радуются за успех других



Имеют чувство благодарности



www.czm.com.ua

# ЛЮДИ С НЕГАТИВНЫМ МЫШЛЕНИЕМ

Критикуют



Держат обиду



Проявляют гнев



Обвиняют других в своих провалах



Считают, что всё знают



Обсуждают м



«Просиживают» штаны



Никогда не ставят цели



Присваивают все победы



Говорят, что ведут дневник, хотя не ведет



Не знают, хотя ст



Хвалятся своими победами



Боятся пер



В тайне надеется, что у других ничего не получится



Скрывают события и информацию

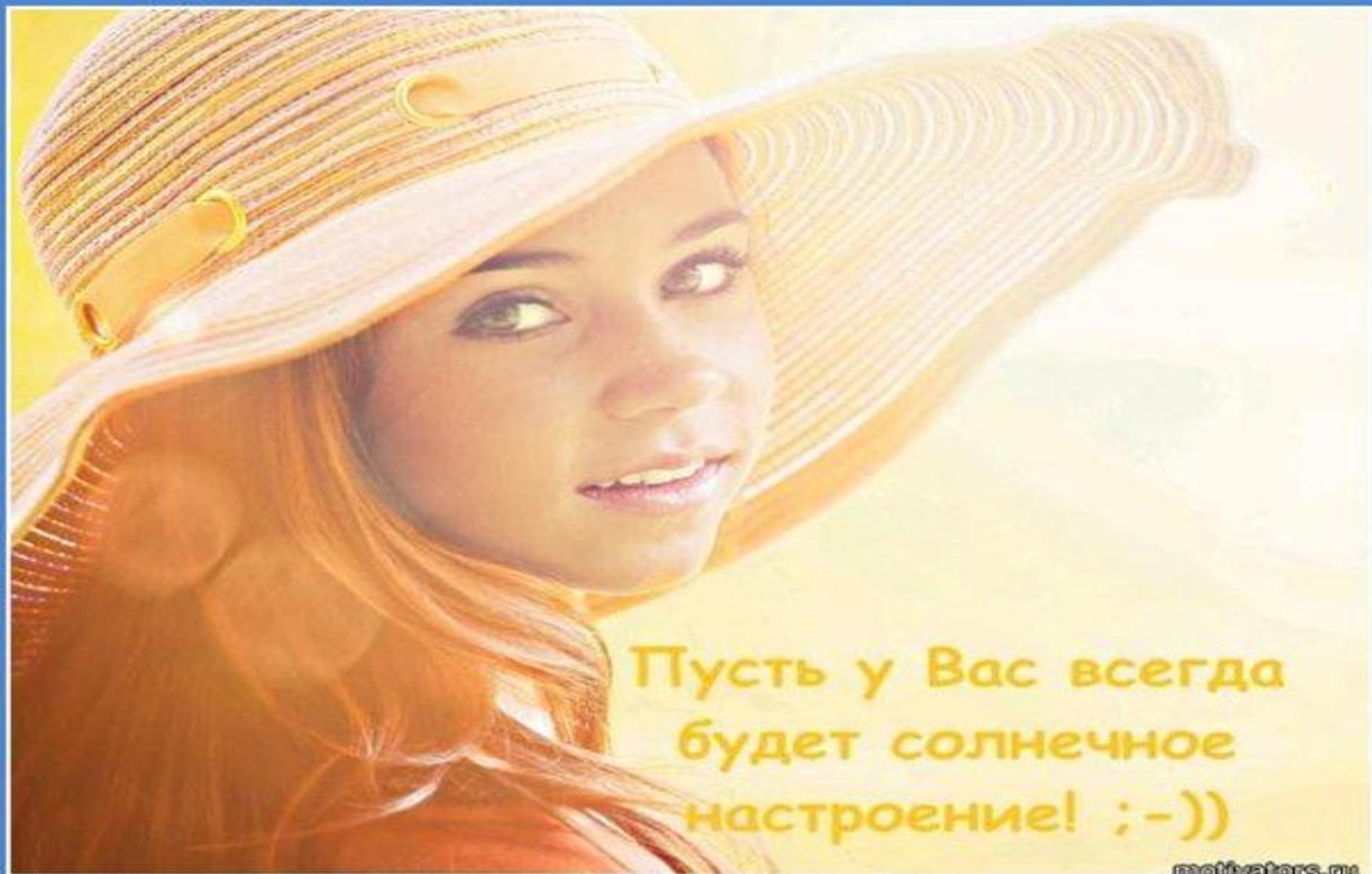


Думают вме того, чтобы д



Смотрят постоянно телевизор и играют





Пусть у Вас всегда  
будет солнечное  
настроение! ;-))

[motivators.ru](http://motivators.ru)

**Счастливей жизни нет**  
Есть только СЧАСТЛИВЫЕ ЛЮДИ! :-)

**С ПОЗИТИВНЫМ МЫШЛЕНИЕМ ЖИВУТ  
ДОЛЬШЕ И СЧАСТЛИВЕЕ.**





ЦЕЛЬ -ВИЖУ,  
В СЕБЯ ВЕРЮ..

Любой цели достигнет тот,  
у кого руки, мысли и слова идутны!

www.mysite.ru

Очастье кто заказывал...? Я здесь!!





У нас есть только два пути:

Развитие и Деградация. Если мы не развиваемся—мы деградируем



motivators.ru

Когда идёшь по жизни один или  
вдвоём смотри всегда на бублик, а не на дырку в нём!)))



motivators.ru

Сколько времени вы думаете о  
хорошем? Вот именно столько "хорошего" вы и получите:))

A close-up photograph of a large, brown dog lying down. A small, tabby kitten is curled up and tucked into the dog's ear, appearing to be sleeping. The dog's face is partially visible, showing its eye and ear.

А ты расстраивался, что тебе медведь  
на ухо наступил...

Зато мне так удобно твоим ухом  
укрываться!



**Неприятности давят на плечи?**

Попробуй встать на голову. Они сами отпадут :)

## С позитивным мышлением

- Проявляют любезность, уважение.
- Обсуждает идеи.
- Хвалится своими победами.
- Обвиняет других в своих проблемах.
- Принимает перемены.
- Боится перемен.
- Имеет чувство благодарности.
- Обсуждает людей.
- Считает, что все знают.
- Проявляет гнев.
- Прощает других..
- Никогда не ставит цели.
- Ставит цели и планируют их достижения.
- В тайне надеется, что у других не получится

## Человек с негативным мышлением

# Все в твоих руках!

