



саморазвитие

Саморазвиваться – значит, постоянно работать над собой, самосовершенствоваться и вырабатывать личные качества. В процессе саморазвития человек концентрируется на своих собственных желаниях и целях и постоянно добывает все новые и новые знания для их достижения. Этот процесс является основным для достижения жизненного успеха.

- ☐ читай каждый день
- ☐ попробуй провести день без гаджетов
- ☐ измени режим, ложись в 22:00, вставай в 7:00
- ☐ займись спортом
- ☐ проведи день на природе
- ☐ начни делать то, что давно откладывал
- ☐ сформируй главную цель в жизни

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?