



## Саморазвитие

Путь к саморазвитию начинается с осознания потребностей

- мотивы
- желание выделиться из толпы
- определение смысла жизни
- потребность в пользе обществу
- Управлять эмоциями — своими и окружающих Научитесь понимать чужие эмоции и влиять на них, справляться со стрессом и выгоранием
- Эффектно выступать на публике Сможете выступать перед аудиторией с презентациями
- Приспособление к окружающим обстоятельствам и условиям
- Формирование образа «идеального Я»
- Сравнение

- Планирование Вы хотите выучить иностранный язык? Или вы хотите начать рисовать? Независимо от вашего выбора, расставьте приоритеты и планируйте рост

Если саморазвитие занимает важное место в вашей жизни, никогда не сдавайтесь и продолжайте добиваться все большего и большего

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

как это убрать?