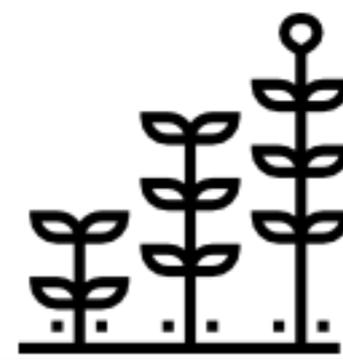


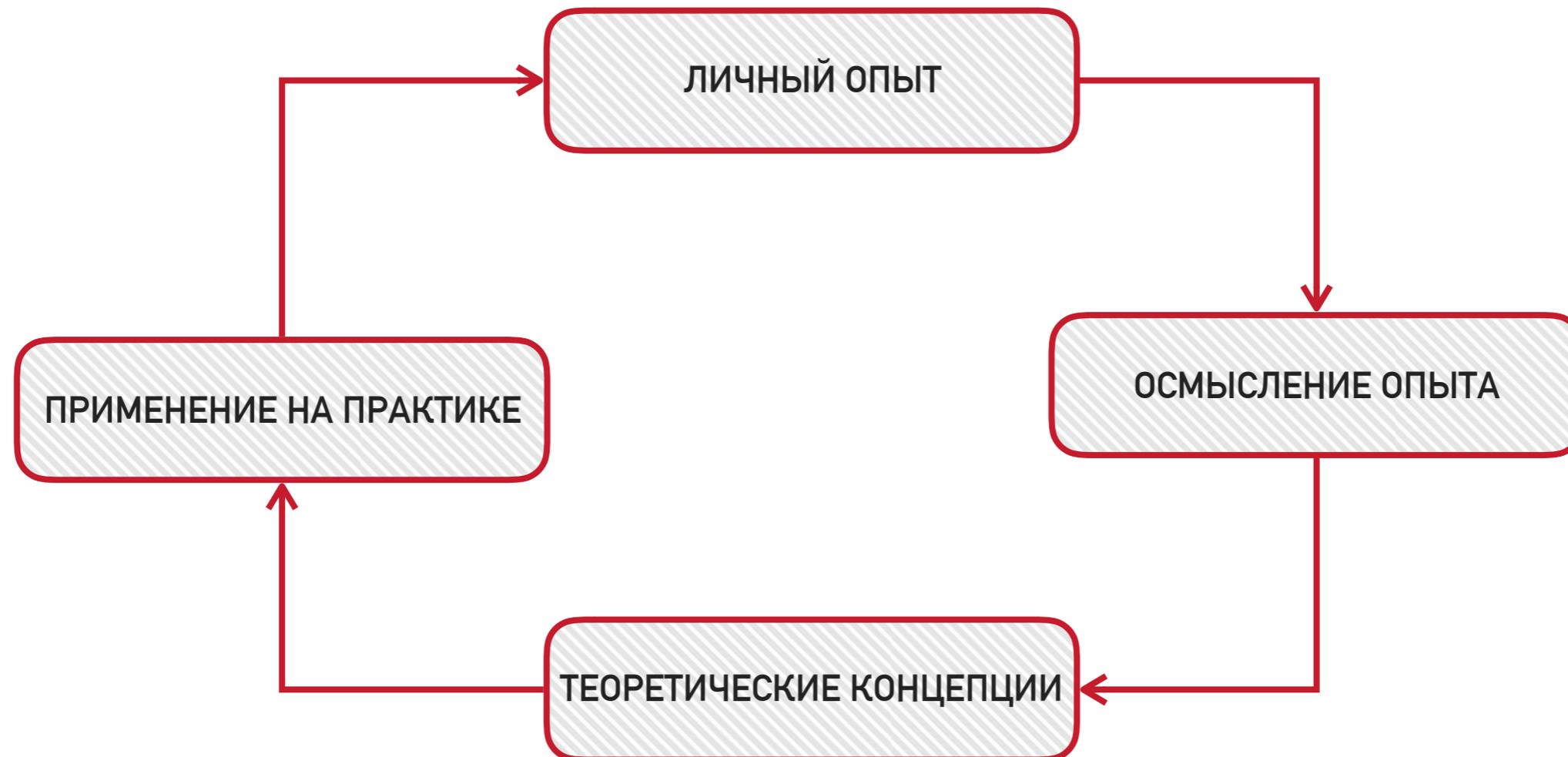
PERFECTDAYNOW.COM



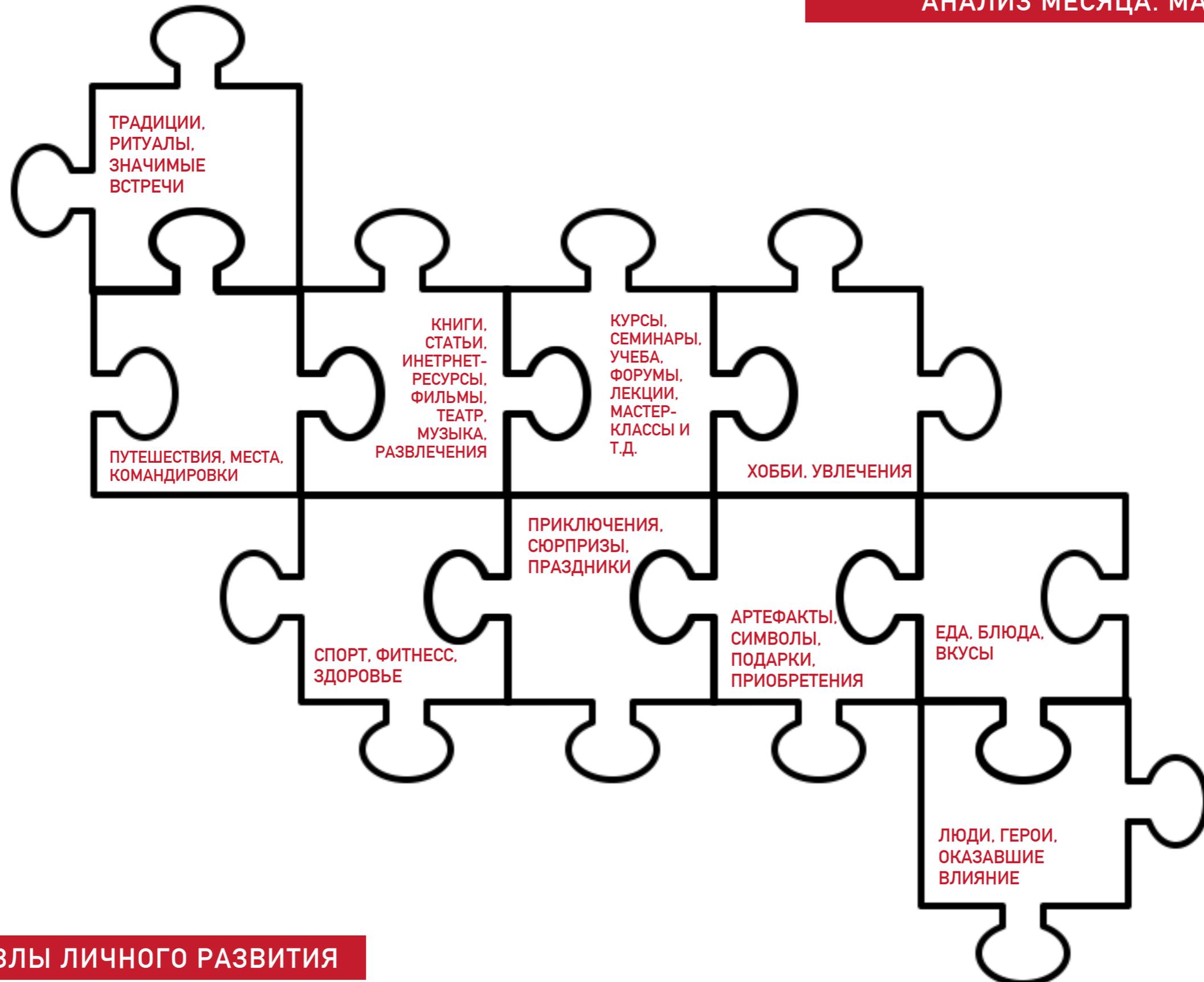
АНАЛИЗ МЕСЯЦА. МАЙ

„ОДНАЖДЫ, ПОЛУЧИВ НОВЫЙ ОПЫТ, УМ
НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ В СВОЮ
СТАРУЮ НОРУ”

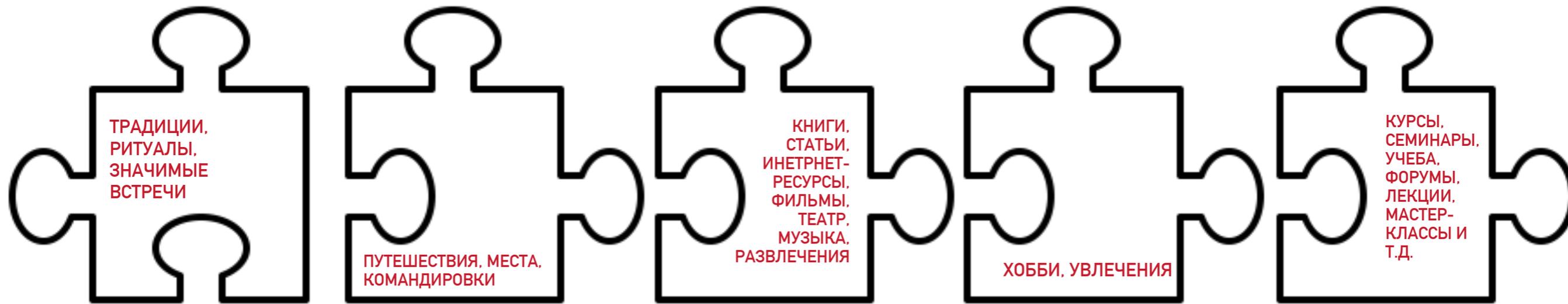
ДИРКЕ ДЕ ВИЛЬДЕРА



ОСНОВНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧЕНИЯ ЧЕРЕЗ ОПЫТ – ОБУЧАЕМЫЙ СЧИТАЕТСЯ НЕ ОБЪЕКТОМ ОБУЧЕНИЯ ИЛИ ИНСТРУКТИРОВАНИЯ, А СУБЪЕКТОМ ОБУЧЕНИЯ, Т. Е. ОБУЧЕНИЕ НЕ ВОСПРИНИМАЕТСЯ КАК ПОМОЩЬ ЗНАЮЩЕГО НЕЗНАЮЩЕМУ. ОБУЧЕНИЕ ЧЕРЕЗ ОПЫТ ВОСПРИНИМАЕТСЯ КАК СОТРУДНИЧЕСТВО МЕЖДУ УЧИТЕЛЕМ И УЧЕНИКОМ, С ЦЕЛЮЮ ПООЩРЯТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ, ЛИЧНЫЕ ВЫВОДЫ И ОТКРОВЕНИЯ.



АНАЛИЗ МЕСЯЦА. МАЙ



1

1

1

1

1

2

2

2

2

2

3

3

3

3

3

4

4

4

4

4

5

5

5

5

5

АНАЛИЗ МЕСЯЦА. МАЙ



1

1

1

1

1

2

2

2

2

2

3

3

3

3

3

4

4

4

4

4

5

5

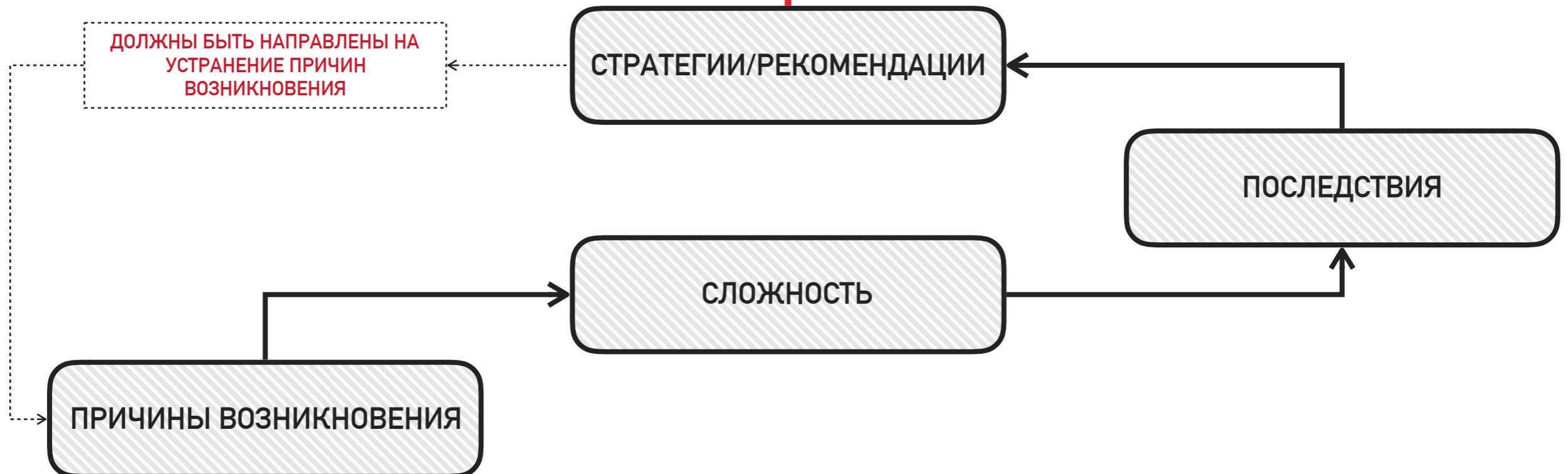
5

5

5



ОБЯЗАТЕЛЬНО ВНЕДРЕНИЕ/
ПРИМЕНЕНИЕ В ЕЖЕДНЕВНУЮ
ПРАКТИКУ!



СЛОЖНОСТЬ/ПРОБЛЕМА/ ВЫЗОВ	ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	ПОСЛЕДСТВИЯ	ВЫВОДЫ/ РЕКОМЕНДАЦИИ
ЧТО?	ПОЧЕМУ?	ЧТО В ИТОГЕ?	ЧТО ДАЛЬШЕ?

СЛОЖНОСТЬ/ПРОБЛЕМА/ ВЫЗОВ	ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	ПОСЛЕДСТВИЯ	ВЫВОДЫ/ РЕКОМЕНДАЦИИ
ЧТО?	ПОЧЕМУ?	ЧТО В ИТОГЕ?	ЧТО ДАЛЬШЕ?

УРОВЕНЬ ЭМОЦИЙ И ЧУВСТВ



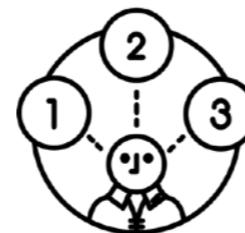
УРОВЕНЬ ДЕЙСТВИЙ



УРОВЕНЬ ВЫВОДОВ



УРОВЕНЬ ПЕРСПЕКТИВ





УРОВЕНЬ ДЕЙСТВИЙ

ЧТО БЫЛО ОСНОВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ В ЭТОМ МЕСЯЦЕ? ЧТО ДЕЛАЛИ НОВОГО? ЧТО ДАВАЛОСЬ ВАМ С ТРУДОМ? КАКИЕ СТРАТЕГИИ ПРИМЕНЯЛИ В РАБОТЕ, В ЛИЧНО РАЗВИТИИ? КАКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПОЛУЧИЛИ? ЧТО СТАЛО ДЛЯ ВАС НОВЫМ, НЕПРИВЫЧНЫМ, ОСОБЕННЫМ? ЧТО ДЕЛАЛИ ПРИВЫЧНОГО? КАКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ БЫЛИ В ЭТОЙ ЧАСТИ? КАКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ВАШИХ ДЕЙСТВИЙ ВЫ ИМЕЕТЕ НА ДАННЫЙ МОМЕНТ В КОНЦЕ МЕСЯЦА? НА СКОЛЬКО ТО, ЧТО ВЫ ДЕЛАЛИ ПРОДВИГАЕТ ВАС ВПЕРЕД, ПОМОГАЕТ ВАМ В РАЗВИТИИ? ИЛИ ЕСТЬ ДЕЙСТВИЯ, КОТОРЫЕ ТОРМОЗЯТ ЭТИ ПРОЦЕССЫ? ЕСЛИ ДА, ТО КАКИЕ И ПОЧЕМУ, НА ВАШ ВЗГЛЯД? ЧТО ВАМ МЕШАЕТ БЫТЬ ПРОДУКТИВНЕЕ И ЭФФЕКТИВНЕЕ? ЧТО ПОМОГАЕТ?

Area with horizontal dotted lines for writing.

КАКИЕ ВЫВОДЫ ВЫ МОЖЕТЕ ДЛЯ СЕБЯ СДЕЛАТЬ ПО ИТОГАМ МЕСЯЦА? ЧТО СТАЛО ДЛЯ ВАС ОТКРЫТИЯМИ? КАКИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ У ВАС ПОЯВИЛИСЬ ПО ИТОГАМ МЕСЯЦА? КАКИЕ ИДЕИ ПО УЛУЧШЕНИЮ ТЕХ ИЛИ ИНЫХ АСПЕКТОВ ВАШЕЙ ЖИЗНИ У ВАС ЕСТЬ НА ДАННЫЙ МОМЕНТ? ЧТО ТРЕБУЕТ ПЕРЕСМОТРА И ВАШЕГО БОЛЕЕ ПРИСТАЛЬНОГО ВНИМАНИЯ? ЧТО НЕОБХОДИМО ЗАКРЕПИТЬ КАК «ЛУЧШУЮ ПРАКТИКУ» И ИСПОЛЬЗОВАТЬ В ДАЛЬНЕЙШЕМ? КАКИЕ ЗОНЫ РОСТА ДЛЯ СЕБЯ ОПРЕДЕЛИЛИ? КАК ВЫ ИХ МОЖЕТЕ РАЗВИВАТЬ? КАКИЕ СТРАТЕГИИ МОГУТ ВАМ ПОМОЧЬ ДВИГАТЬСЯ ВПЕРЕД? ЧТО ВАЖНО ПОПРОБОВАТЬ ДЕЛАТЬ ПО-НОВОМУ?

УРОВЕНЬ ВЫВОДОВ

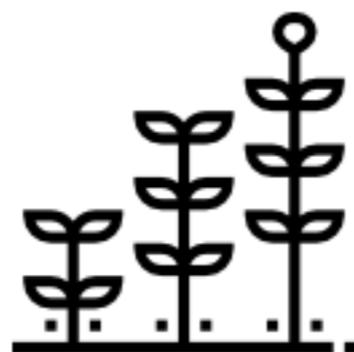




СОСТАВЬТЕ ДЛЯ СЕБЯ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ, НА ОСНОВЕ ПЕРВЫХ ТРЕХ УРОВНЕЙ АНАЛИЗА. ЗАПИШИТЕ ТО, ЧТО ПОМОЖЕТ ВАМ ДВИГАТЬСЯ ВПЕРЕД, ЧТО ПОЗВОЛИТ ПОЛУЧАТЬ БОЛЬШЕ УДОВОЛЬСТВИЯ ОТ ЖИЗНИ В ЦЕЛОМ. ГЛАВНЫЙ МОМЕНТ ЭТОГО ПУНКТА - ИНСТРУКЦИЯМ НУЖНО СЛЕДОВАТЬ В ИЮНЕ, ХОТЯ БЫ. ЭТО ВАЖНО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПРОВЕРИТЬ НА СКОЛЬКО ВАШИ ТЕОРИИ И РЕКОМЕНДАЦИИ РАБОТАЮТ И ПРИНОСЯТ ДОЛГОЖДАННЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.

УРОВЕНЬ ПЕРСПЕКТИВ

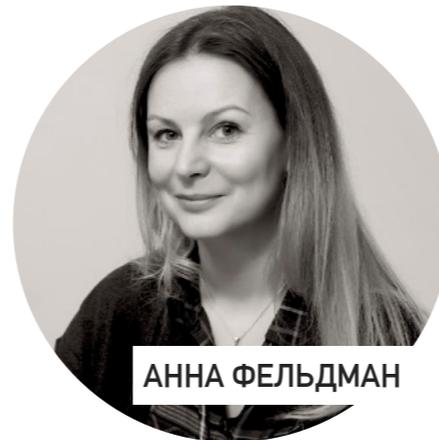
Area with horizontal dotted lines for writing.



ПРОЙДЯ ЧЕРЕЗ МНОЖЕСТВО ИСПЫТАНИЙ, Я ПОНЯЛ ОДНУ ИСТИНУ: ЕСЛИ МЫ НЕУКЛОННО СЛЕДУЕМ СВОИМ СВЯЩЕННЫМ ИДЕАЛАМ, НЕ ПОЗВОЛЯЯ УСПЕХАМ ИЛИ НЕУДАЧАМ СБИТЬ НАС С ПУТИ, ТО МОЖЕМ ПОЧУВСТВОВАТЬ УДИВИТЕЛЬНУЮ СИЛУ, КОТОРАЯ, БУДУЧИ НЕИЗМЕРИМО МОГУЩЕСТВЕННЕЕ НАС САМИХ, ПРОВЕРЯЕТ НАС, ЗАЩИЩАЕТ И НАДЕЛЯЕТ СПОСОБНОСТЬЮ СДЕЛАТЬ ЧТО-ТО ХОРОШЕЕ.

РАДХАНАТХ СВАМИ. ПУТЕШЕСТВИЕ ДОМОЙ

ЖИТЬ ИНТЕРЕСНО!



СОВЕРШЕННОГО ВАМ ДНЯ!

ИСКРЕННЕ ВАША.

АННА ФЕЛЬДМАН,

МУЗА ЛИЧНОГО РАЗВИТИЯ

PERFECTDAYNOW.COM

PERFECTDAYNOW@GMAIL.COM