



**5 вещей, о которых ты  
ПОЖАЛЕЕШЬ перед  
смертью.**

**Презентация, для пьюдей,  
которые умеют учиться  
на чужих ошибках...**

**Выполнил: Курохта А. А.**

# Вступление

Эта информация основана на записках американской медсестры, которая работала в хосписе и

оказывала психологическую помощь

Большинство людей сожалели **ОБ**

**ОДНОМ И ТОМ ЖЕ**

Опираясь на этот материал, вы

сможете прожить свою дальнейшую

жизнь, **НЕ СОВЕРШАЯ ТЕХ**

**ОШИБОК**, о которых жадеют многие

в конце своего пути

Опираясь на этот материал, вы

# ЖИТЬ ТАК, КАК ХОТЕЛИ ОТ МЕНЯ ДРУГИЕ ЛЮДИ

Человек — существо социальное, Он **вынужден** жить, **оглядываясь на**

**других** — представителей.

**Мнение** окружающих указывает на наш **социальный ранг**, а значит

на количество материальных

Именно поэтому оно для

нас так важно. **Именно** окружающих

# Жил так, как хотели от меня ДРУГИЕ ЛЮДИ

## ГЛАВНАЯ ОШИБКА

погоне за общественным мнением **бросил** то, что

по-настоящему **тяготело** на нем

- ❖ Близкие **выбирали** за него
- ❖ Бросил увлечения;
- ❖ Выбрал профессию, тебе не нравится;
- ❖ Шел на поводу толпы

❖ Всю жизнь ломал себя, оправдывал и придумывал объяснения, почему **НЕ**

**ДЕЛАЛ ТО ЧЕГО ХОТЕЛ**

❖ Лишь перед смертью осознал, что прожил свою жизнь, так и **НЕ ИСПЫТАВ**

настоящего **СЧАСТЬЯ**

❖ **НЕ ИСПЫТАВ** осознал, что прожил свою жизнь, так и **НЕ ИСПЫТАВ**

❖ Шел на поводу толпы



# Отдавал ВСЕГО себя РАБОТЕ



Мы живем в  
**МАТЕРИАЛЬНОМ** мире, а  
это значит, что для того,

чтобы жить, нам нужно  
**РАБОТАТЬ**  
в **МАТЕРИАЛЬНОМ**  
МИРЕ ЖИВЕМ В

КОМФОРТУ ДЕНЕГ И НЕ

**ПОЧЕМУ ТАК**

**ПРОИСХОДИТ? ТАК**

# Отдавал ВСЕГО себя РАБОТЕ

Мы живем не просто в  
материальном мире, а в

мире **РАНГОВОГО**

Успешный человек начинает  
стремиться **БЫТЬ ЛУЧШЕ**

**ПЕРВЫМ**

«Сгорая на работе», в  
попытках доказать  
успешность окружающим, он

попадает **В ЛОВУШКУ**, в  
погоне за еще большими  
деньгами.  
«Сгорая на работе», в

# Отдавал ВСЕГО себя РАБОТЕ

Другая ситуация – человек вынужден **РАБОТАТЬ**

**МНОГО**

Причина – боится или не может **РАБОТАТЬ**

- ❖ Стремился доказать успех окружающим;
- ❖ Работал много, но неэффективно;
- ❖ Боялся пробовать другие сферы деятельности;
- ❖ Ломал себя, чтобы делать работу, которая неинтересна.

# МАЛО времени уделял ДРУЗЬЯМ

В погоне за высоким статусом или доходом мы вынуждены **ЭКОНОМИТЬ**

**ВРЕМЯ** за счет наших

- ❖ От просьб друзей закрывался проблемами;
- ❖ Отказывался провести время вместе;
- ❖ Не интересовался их жизнью.
- ❖ Отказывался проводить время вместе.
- ❖ Редко общался.
- ❖ Закрывался проблемами.
- ❖ От просьб друзей





# МАЛО времени уделяя ДРУЗЬЯМ

**ДРУЗЬЯ** наполняют вашу жизнь **ПОЗИТИВОМ**, Те, кто готовы пожертвовать

своими интересами **РАДИ**

Лишая себя встреч с ними, вы лишаете себя

составляющей **ВАС**

**СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ.**



# Не выражал свои ЧУВСТВА и ЭМОЦИИ

Всю жизнь мы надеваем разные **МАСКИ**. Каждая из них меняется в зависимости

Ситуации и людей, которые  
Всё по тем же причинам. Мы не можем делать всё, что захотим без оглядки на

**ОБЩЕСТВЕННОЕ МНЕНИЕ**  
39XO1N1M QE3 O11Y1K1 H3  
HE MOЖEM ДEЛATP BCE' ЧTO  
BCE ПO TEM ЖE ПPИЧИНАM. MЫ



# Не выражал свои ЧУВСТВА и ЭМОЦИИ



Страх проявить эмоции, не сравнится со страхом **БЕЗЫСХОДНОСТИ**, когда

уже ничего нельзя поменять, связаться со старыми друзьями проявить эмоции, не

сдерживал гнев;

- ❖ Боялся подойти и сообщить гнев.
- ❖ Познакомиться: всю жизнь проносился и промолчал, когда хотел сказать много.
- ❖ Проявил свои эмоции от

# Не позволил себе быть СЧАСТЛИВЫМ

Вся наша жизнь лишь на 10% состоит из **СОБЫТИЙ**, которые происходят, и на

90% из того, как мы их

Каждый человек может воспринимать одну и ту же

ситуацию **ПО-РАЗНОМУ**.

Мозг — уникальный инструмент. Он позволяет вам быть кем угодно, верить

во **что** угодно, **быть СЧАСТЛИВЫМ** или **НЕ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ**.



# Заключение

Самое страшное – это чувство **НЕОБРАТИМОСТИ** ситуации. Когда невозможно досказать, попрощаться или

сделать что-то важное. Не доводите свою жизнь до **БЕЗЫСХОДНОСТИ**.

Самое страшное – это чувство

# Заключение

- ❖  Не подчиняйтесь общественному мнению. **ПРИСЛУШИВАЙТЕСЬ**, делайте выводы и
- ❖ Правильно инвестируйте своё **ВРЕМЯ**. Не бойтесь менять сферу работы, которая **ВАМ НЕ ЦЕЛОВАТЯ** и не посвящайте свою
- ❖ Не экономьте время на близких **ДРУЗЬЯХ**;
- ❖ Не молчите, когда хотите многое сказать.
- ❖ **НЕ МОЛЧИТЕ**, КОГДА ХОТИТЕ МНОГОЕ СКАЗАТЬ



*Будьте счастливы.*

# НЕГАЦИЯ

- ❖ **Не верю, что можно стать счастливым без большого количества денег.**



# РЕТРОСПЕКЦ ИЯ

- ❖ Почему я не задумывался об этом раньше?

# ПРОСПЕКЦИ Я

- ❖ **Как думаете, возможно ли, соблюдая все перечисленные рекомендации, ни о чем не жалеть в конце жизни?**

# **СПРАВОЧНЫЙ ВОПРОС / ИНФОРМАТИВНЫЙ ОТВЕТ**

**-Что, лично для Вас, является  
самой распространённой  
ошибкой?**

**-Мало времени уделяю близким.**

# **ВОПРОС-ПРОСЬБА / ПРАГМАТИЧНЫЙ ОТВЕТ**

**-Скажите, Вы когда-нибудь  
меняли сферу работы?**

**-Да. Я занялся тем, что мне  
нравится.**

# **СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ВОПРОС / СУБСТАНЦИАЛЬНЫЙ ОТВЕТ**

**-Как же в старости не стать  
несчастливым?**

**-Учиться на ошибках старших, и  
начинать работать над собой уже  
сегодня.**

# **ЛЮБЕЗНЫЙ ВОПРОС / ЛЮБЕЗНЫЙ ОТВЕТ**

- Как ваш настрой на дальнейшую счастливую жизнь?**
- Настроен решительно, спасибо.**

# ГОЛОСЛОВНОЕ УТВЕРЖДЕНИЕ

- ❖ **Человек может не обращать внимание на мнение окружающих.**

# БЕЗМОТИВНОЕ ОТКЛОНЕНИЕ

- ❖ Я не буду менять сферу работы.



# ПОСПЕШНОЕ ОБОБЩЕНИЕ

- ❖ Ни один человек не сможет стать счастливым, не имея больших денег.

# **ВЫПЯЧИВАНИЕ СОБСТВЕННЫХ ИНТЕРЕСОВ**

- ◆ **Скажите, каким образом мне находить время для друзей, если я постоянно сижу на работе?**