



Hone Your Habits

Living The Good
And Booting The Bad

Termes et conditions

MENTION LÉGALE

L'éditeur a tenté d'être aussi précis et complet que possible dans la création de ce rapport, en dépit du fait qu'il ne garantit ni représenter à tout moment que le contenu à l'intérieur sont exacts en raison de l'évolution rapide de l'Internet.

Alors que toutes les tentatives ont été faites pour vérifier les renseignements fournis dans la présente publication, l'éditeur décline toute responsabilité pour les erreurs, d'omissions ou interprétation contraire de l'objet des présentes. Toute perception de certaines personnes, les peuples ou les organisations ne sont pas intentionnelles.

Dans les livres de conseils pratiques, comme toute autre chose dans la vie, il n'y a aucune garantie de revenu en. Les lecteurs sont priés de répondre à leur propre jugement sur leur situation individuelle d'agir en conséquence.

Ce livre ne vise pas à être utilisé comme source de droit, des affaires, de la comptabilité ou des conseils financiers. Tous les lecteurs sont invités à consulter les services de professionnels compétents dans les domaines juridique, commercial, comptabilité et finances.

Nous vous invitons à imprimer ce livre pour faciliter la lecture.

Table des matières

avant-propos

Chapitre 1:

Notions de base d'enseignement de bonnes habitudes

Chapitre 2:

Un exemple

Chapitre 3:

Les attentes mise en page

Chapitre 4:

Utiliser des histoires sur les bonnes habitudes

Chapitre 5:

EMPORTER Ensemble Behaviors

Chapitre 6:

L'importance de la répétition

Emballer

avant-propos

Pour pouvoir vivre, il y a harmonieusement et avec succès quelques idéaux qui devraient être suivies avec soin, dont une est de bonnes habitudes. De bonnes habitudes peuvent prendre un individu par de bons et mauvais moments sans laisser trop de cicatrices au pire. Vous découvrez comment ici.



Aigüisez vos habitudes

Vivre The Good The Bad And Amorçage

Chapitre 1:

Notions de base d'enseignement de bonnes habitudes

Synopsis

Développer de bonnes habitudes est quelque chose qui peut être fait à tout âge et il est jamais trop tard pour se intéresser à ce sujet très instructif et bénéfique.

Une routine qui consiste à créer de bonnes habitudes l'état d'esprit nécessaire pour les activités d'une meilleure gestion de jour et contribue également à un grand nombre des éléments positifs autour qui contribue généralement à des ondes positives.



Les bases

Les bonnes habitudes qui suivent peuvent être des outils qui encouragent individu à des regards sur quoi que ce soit et tout sera une meilleure perspective pour que la plénitude de vivre peut être apprécié.

Une liste de bonnes habitudes peut comprendre les éléments suivants:

- Le maintien d'un bon programme - cela peut demander à tout le monde et tout le monde. Ces horaires peuvent également appliquer à différents délais et des scénarios.
- Manger une alimentation saine - cela aussi est applicable à tout le monde. Il est un fait avéré que le corps humain et les fonctions mentales mieux quand la santé générale d'un individu est à son optimum. Bien sûr, cela dépend en grande partie sur les types et la fréquence des aliments consommés; formant donc de bonnes habitudes alimentaires vaut bien l'effort à la fois dans le présent et pour l'avenir.
- L'exercice - l'importance d'incorporer une certaine forme d'exercice dans son mode de vie ne peut pas être assez souligné, car non seulement une bonne habitude, mais contribue également à leur inculquer la discipline.
- La pratique de reconnaissance - c'est une autre habitude merveilleusement bon d'apprendre parce que quand un individu apprend gratefulness, ils sont plus disposés à accepter des lacunes être et sont en général les gens plus heureux. Les gens heureux sont un plaisir à être autour.

Chapitre 2:

Un exemple

Synopsis

Il est difficile d'être pris au sérieux tant dans la vie personnelle ainsi que la vie professionnelle si l'on ne représente pas un mode de vie vaut le respect, prenant donc la peine de bons exemples toujours fixés que l'on peut attendre d'autres à suivre est un pas dans la bonne direction .



Montre le chemin

Certaines zones que l'on peut se concentrer sur lors de l'examen du scénario exemple de réglage doit être le suivant:

- pratiquer Consciemment être une personne sympathique et positive autour d'autres encouragera d'autres à être plus ouvert et agréable. La plupart des gens répondent bien à une atmosphère positive et état d'esprit. En effet, l'humeur générale et l'atmosphère a tendance à être plus léger.
- Adopter un comportement amical encore mature est également encouragée. Cela aussi est un exemple plupart des gens respectent et admirent. Où est l'admiration, est là un certain niveau de vouloir suivre l'ensemble exemple.
- Toujours essayer d'être ou de faire le meilleur est capable de est également un autre bon exemple pour définir et qui recueilleront certaine émulation de ceux qui l'entourent.
- Être un bon ami en particulier en cas de besoin est un exemple à mettre surtout si l'on attend le même traitement est revenu. Cet exemple décrit non seulement de bonnes valeurs humaines, mais aussi le respect et l'admiration recueille et peut-être même un encouragement pour les autres à suivre.

- Garder une attitude détendue et non menaçante est recommandée lorsque l'on tente de donner un bon exemple. les effaroucher en étant trop rigide et le contrôle est quelque chose qui doit être évité.
- Reconnaisant ses lacunes et défauts aide souvent ceux autour des problèmes analogues se rapportent mieux et donc finalement plus confortable. Réglage cet exemple permet aussi aux gens d'être à l'aise dans tendre la main et se sentir généralement détendue.
- Une personne accueillant est souvent une personne qui ne manque jamais d'amis, à cause de l'exemple d'être accueillant et non de jugement.



Chapitre 3:

Les attentes mise en page

Synopsis

La pose des attentes très tôt dans une relation ou toute autre entreprise aide à certains égards, à des limites toutes les implications négatives futures. Si ces attentes sont clairement définies et exprimées tous ceux qui sont liés ou participer à l'effort sera averti de ce qu'il faut attendre et ainsi ajuster en conséquence si nécessaire.



Préciser

L'exercice de pose toutes les attentes est bénéfique à bien des égards que beaucoup de choses peuvent être bien comprises et décrites donnant ainsi toutes les parties concernées la marge de manœuvre soit travailler dans les périmètres autorisés ou opter pour refuser de s'impliquer en premier lieu.

Ceci est particulièrement important lorsque l'entreprise implique du temps et des fonds qui ne peuvent pas être utilisées à mauvais escient ou gaspillés sur les processus et les personnes qui ne veulent pas se conformer à une configuration qui a été souvenirs de pré.

Lorsque les attentes sont clairement exposées, il y a aussi l'avantage de savoir exactement à quoi vous attendre et contribuer à assurer le succès de l'entreprise. Cela permet alors aussi pour un meilleur pourcentage de réussite à déguster.

En établissant des attentes claires, toutes les personnes impliquées ou ayant l'intention d'être impliqués peuvent avoir une sorte d'outil de mesure pour évaluer par rapport aux résultats escomptés. Le travail produit peut être conçu pour être à la hauteur, éliminant ainsi la nécessité pour les dirigeants et les participants à surveiller en permanence le fonctionnement de l'entreprise.

Le temps et les efforts peuvent être mieux ciblés et les gaspillages peuvent être éliminés. Cela peut aussi aider à créer un sentiment sur l'unité lorsque toutes les parties concernées travaillent à la réalisation générale d'un objectif commun en raison des attentes claires dépeints.

Avec des attentes claires décrites, il donne également tous ceux qui envisagent de participer une idée de l'état d'esprit ou les compétences nécessaires pour assumer les tâches. Cela peut inclure la nécessité d'avoir des participants qui prennent des risques, créatif, penseurs critiques, et peut de décision d'autres qualités applicables.



Chapitre 4:

Utiliser des histoires sur les bonnes habitudes

Synopsis

Bien que de bonnes habitudes peuvent être nourries par des exemples, pouvoir réellement voir ou entendre la preuve documentée de ces habitudes produits portant des fruits est plus percutante et susceptible de produire une affirmation positive chez une personne ayant l'intention de poursuivre sérieusement ce style d'intégrer de bonnes habitudes dans son mode de vie.



Dis le

Les histoires dépeignant de bonnes habitudes ne sont souvent pas trop intéressantes, mais plutôt édifiantes. Ce style d'encourager la formation ou l'adaptation de bonnes habitudes est particulièrement bénéfique pour atteindre les enfants.

Il existe plusieurs catégories différentes où les bonnes habitudes peuvent être encouragées à travers des histoires, dont certaines sont le courage, la charité, l'engagement, la créativité, le fair-play, l'humilité, l'obéissance, le respect, la patience, le partage, la sincérité, le travail d'équipe, que la liste est longue.

Bien qu'il puisse sembler que cela est plus applicable au monde des enfants, aborder les questions de travail par « peinture » scénarios de succès de la vie réelle à travers des histoires a été connu pour être très efficace.

Ceci est probablement dû au fait que les histoires de succès réels sont très motivantes et donne à l'auditeur un sentiment d'être en mesure de relier les luttes et les défis avec l'objectif final avec succès à l'esprit.

Lorsque ceux dans l'environnement de travail sont confrontés à des scénarios similaires, les histoires peuvent aider à inspirer de céder la place à des idées créatives que l'individu peut adopter afin d'atteindre l'objectif visé, même s'il y avait un revers temporaire.

Pour ceux qui envisagent de se lancer dans de nouvelles initiatives que ce soit d'affaires ou des études, des histoires d'audition des luttes et les succès passés peuvent les aider

d'établir des normes et être plus disciplinés en vue d'atteindre les contours fixés. Ces histoires sont souvent les habitudes adoptées par des personnages qui aident éventuellement à surmonter les revers et tous pour atteindre le succès.

Les histoires peuvent aussi aider à montrer que tout est pas aussi facile d'abord perçu, mais avec la pratique de bonnes habitudes tout est réalisable.



Chapitre 5:

EMPORTER Ensemble Behaviors

Synopsis

Lors de la réalisation de divers exercices pour optimiser les résultats positifs pour toute entreprise proposée, il existe plusieurs méthodes sûres et fiables qui peuvent être appliquées. L'une de ces méthodes consiste à évaluer les modèles de comportement que l'on souhaite et les faire correspondre aux participants potentiels pour obtenir des résultats optimisés.



Démontrer

A noté comme étant un moyen très fiable de prédire les comportements, les hypothèses sont basées sur les habitudes des potentiels individus participants. Cela peut ensuite contribuer à la mise en place de l'équipe qui peut être conçue autour de la mise en correspondance des évaluations de modèle de comportement similaires.

Lorsque les évaluations sont faites les membres de l'équipe peuvent être individuels brochant mission complétant ainsi les premières étapes de toute entreprise. comportements similaires classés lors avec l'aide des habitudes rend l'environnement ont suivi de travail final plus favorable et le résultat entraîné. Ceci est notamment dû au fait que toutes les parties concernées sont généralement de la même « longueur d'onde ».

Certaines connexions peuvent être relier les habitudes aux comportements dans les habitudes du groupe qui deviennent plus évidents quand elle est pratiquée ensemble. Quelques exemples sont les suivants:

- Les habitudes sont des comportements appris, mimant souvent des idées et des actions de groupe.
- Les habitudes sont aussi des réactions assez prévisibles à un scénario donné se fait ensemble, comme les groupes réactions peuvent non seulement être convaincant, il peut aussi être difficile de s'y opposer.

- Les actions qui sont faites en tant que groupe de façon cohérente sont souvent des habitudes qui sont difficiles à briser en raison de la « sécurité » sentir dans la force du groupe.
- Dans certains cas, forts des comportements similaires ou les habitudes peuvent être encouragés à être mis en évidence dans le cadre d'un groupe, fournissant ainsi le point focal ou les conseils nécessaires pour diriger ledit groupe à succès.

efforts couronnés de succès encouragent généralement des comportements collectifs qui sont semblables dans la nature à favoriser un environnement meilleur travail. Il est certainement plus facile de mener à bien une entreprise lorsque la majorité des participants sont prêts à se conformer aux attentes de comportement similaires.



Chapitre 6:

L'importance de la répétition

Synopsis

Il y a beaucoup de points positifs qui peuvent être appréciés et améliorés par la méthode de la répétition. Le dicton - « pratique rend parfait » a vraiment ses mérites.

La répétition de quelque chose jusqu'à ce que la perfection soit atteinte est une bonne habitude pour former que ses avantages éventuels attesteront. Il faut éviter de penser que la répétition est tout simplement comme perte de temps et d'efforts. Souvent considéré comme un bon outil d'apprentissage, la répétition rend rappel ou d'agir sur quelque chose devenue une seconde nature par rapport aux prises avec elle.



Encore et encore

Bien que certains milieux peuvent considérer l'importance de la répétition avec une certaine quantité de dédain, comme ils soutiennent la réaction initiale à un objet ou une situation particulière se fait sans y penser, il y a d'autres qui se sentent ce type de réponse est non seulement nécessaire, mais aussi encouragée pour ses avantages d'économie de temps et d'énergie. Cela est particulièrement avantages quand il y a un besoin de réponses rapides et uniformes. La répétition est parfois un exercice nécessaire pour inculquer des réponses essentielles à un scénario particulier alors l'élément de surprise si agréable ou désagréable si minime ou complètement éliminé.

Un autre avantage positif de la répétition est le temps de réponse nécessaire à toute action ou réaction ait lieu qui est comparativement beaucoup plus courte que si avoir à vivre quelque chose pour la première fois. Les équipes qui réussissent ou des groupes de travail sur des projets particuliers très bien fonctionner lorsque les « fonctionnement » général dans le cadre est d'une manière répétitive. Cela porte à nouveau la question du temps et des économies d'énergie en jeu. La répétition crée également la possibilité de perfectionner sa compétence ou une connaissance satisfaisante.

Beaucoup de tâches simples et quotidiennes sont souvent exécutées en douceur et sans pensée en raison de la nature répétitive de la tâche. Cela permet de libérer l'esprit de se concentrer sur d'autres choses qui pourraient nécessiter plus d'attention et de temps. Ceci est souvent appelé comme travail sur le « pilote automatique ».

Emballer

Au lieu de règles entasser dans la gorge, utilisez la louange positive quand vous attrapez des gens ou vous faire quelque chose que vous aimez.

Ne pas utiliser un comportement indésirable de la personne comme un exemple de la façon de ne pas agir. Au lieu de cela, rediriger l'attention à quelqu'un qui remplit de bonnes habitudes et des tâches.

