

**11 правил поведінки позитивної людини**

***1. Будьте собою. Не намагайтеся змінити те, ким ви є.***

Не намагайтеся відповідати стандартам і вписуватися в рамки, які вам не підходять. Бути собою — дуже важливо. Навколишні вас так ніколи і не зрозуміють, якщо будете постійно приховувати те, ким є насправді.

***2. Забудьте про злість.***

Припиніть постійно злитися і чіплятися за негативні емоції. Прийміть свою злість і відпустіть її. Не дозволяйте негативним емоціям керувати вами і вашим життям.

***3. Мисліть позитивно якомога частіше.***

Чим позитивніше ви будете думати, тим кращим в кінцевому підсумку буде ваше життя. Ви не можете постійно накручувати себе, що все буде погано. Впустіть у своє серце оптимізм.

***4. Говоріть оточуючим про свої почуття.***

Не відгороджуйтесь від близьких людей. Вони заслуговують знати, що ви відчуваєте. Якщо не будете ділитися своїми емоціями і почуттями, то можете виявитися в емоційній ізоляції.

***5. Говоріть «будь ласка» і «дякую».***

Бути ввічливим не так вже й складно. Просто вживайте ці слова в мові. Виявляйте до інших людей стільки доброти, скільки вони виявляють до вас.

***6. Не обманюйте.***

Брехня призводить до проблем з довірою. І хоч правда часом заподіює біль, ті, кого вона стосується, заслуговують її знати.

***7. Не чекайте від людей тільки найгіршого.***

Не припиняйте спілкуватися з людиною через якісь (можливо, надумані) дрібниці. Всі ми люди. Всі ми здатні змінюватися. Давайте другий шанс тим, хто його заслуговує.

***8. Думайте про оточуючих людей.***

Не зациклюйтесь на собі. Іноді важливо приділяти час роздумам про те, що відчувають інші люди. Значення мають не тільки ваші емоції і почуття.

***9. Просіть вибачення, коли це необхідно.***

Не намагайтеся уникнути вибачень. Якщо вам потрібно попросити вибачення, зробіть це. Життя занадто коротке для того, щоб ризикувати хорошими відносинами. Якщо відчуваєте свою провину, просто попросіть пробачення.

***10. Проводьте час з тими, хто для вас важливий.***

Не забувайте показувати дорогим для вас людям, що вони важливі.

***11. Виконуйте те, що обіцяєте.***

Не обіцяйте, якщо не готові або не можете стримати свою обіцянку. Погоджуйтеся тільки на те, що дійсно готові зробити.