



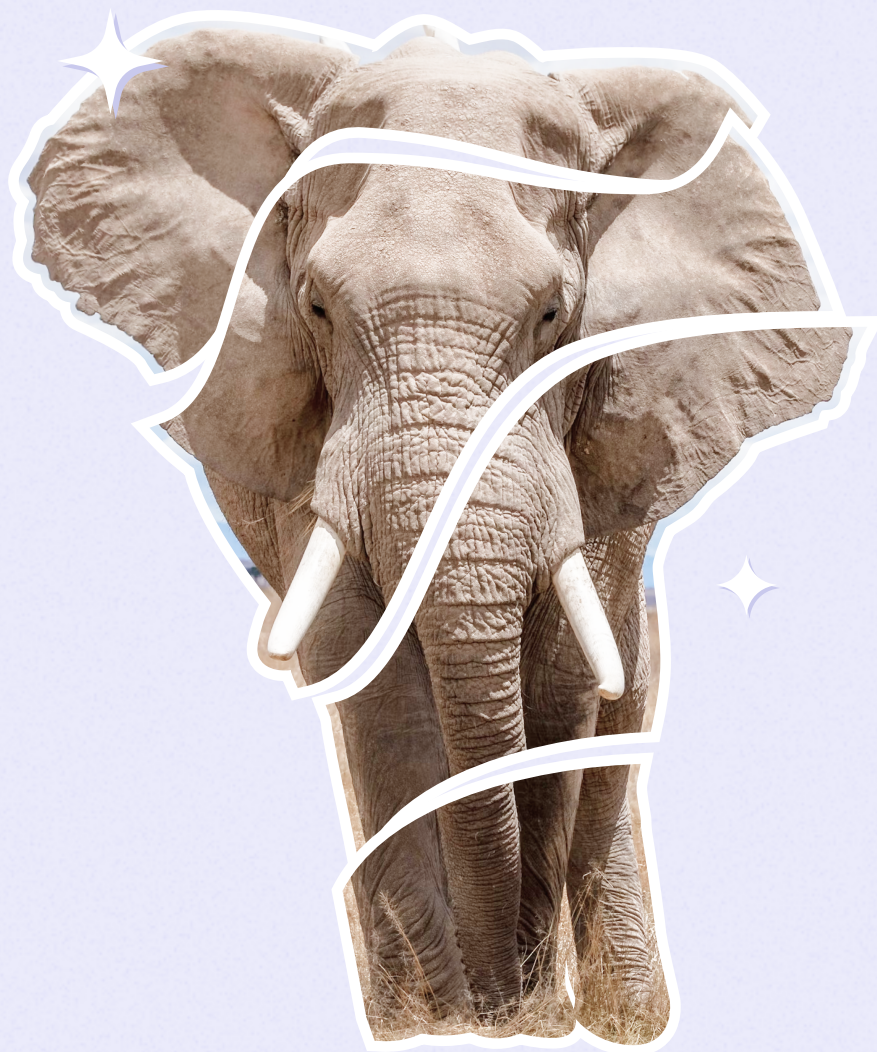
10

КОМПОНЕНТОВ  
УСПЕШНОГО

ТВОРЦА

# РЕГУЛЯРНОСТЬ

Регулярность — ключ к успеху.  
Даже небольшие, но регулярные шаги  
приводят к большим целям.  
Ешь СЛОНА по кусочкам.





# ПРОБОВАТЬ НОВОЕ

Привычка пробовать новое. Что это дает?  
Вдохновение. Пробуй новое и постоянно  
расширяй кругозор. Черпать вдохновение  
можно из чего-угодно.  
Попробуй найти то, что зажигает тебя.

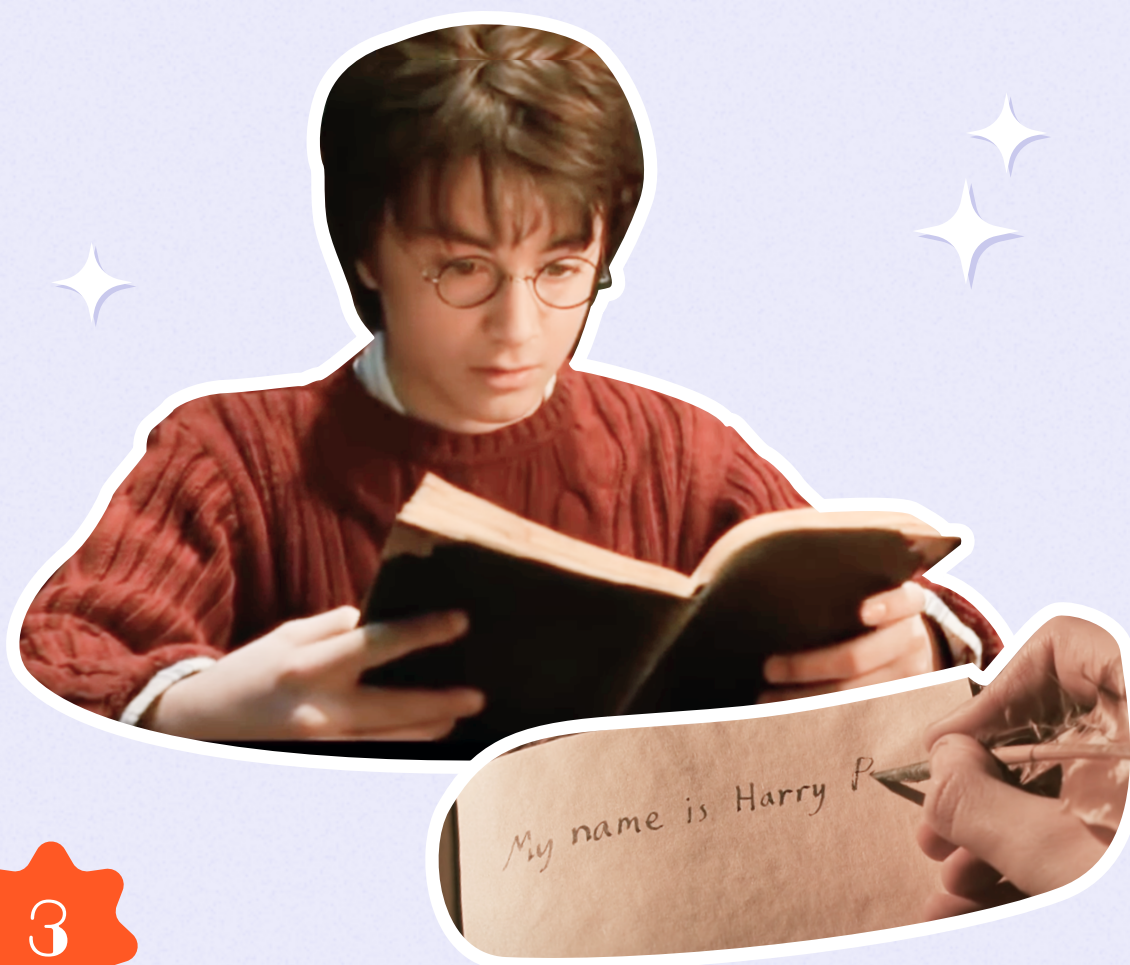


2





# ДОРОГОЙ ДНЕВНИК

Поток идей может быть *overwhelming*.  
Не обязательно все держать в голове.  
Привычка записывать заметно облегчает  
жизнь. Блокнот и ручка или заметки  
в телефоне, выбор за тобой.  
Подойди к нему с креативом. **LET IT OUT!**





# НЕУДАЧИ

Не все идеи выживают. Как правило путь тернист. Ошибки - это часть пути. Научись их принимать, анализировать и двигаться дальше. Возвращайся за вдохновением в пункт , а за рефлексией в пункт .



4

# СОЦИУМ

Общаться с другими творческими людьми, находить единомышленников, заряжаться и обмениваться идеями классно! ✨

Это естественный процесс, мы социальные существа. Используй общение как ресурс. Но помни про свой баланс и время наедине.





# ЗДОРОВЬЕ

Физическое и эмоциональное благополучие.  
Позаботься о нем. Заботься о себе.  
Поспать подольше или пойти на пробежку?  
Какая забота тебе нужна сегодня?





# ПЛАНИРОВАНИЕ

Найди свою золотую середину между хаосом и идеальным планом. Будь гибким. Спланировать можно ВСЁ.  
**LET YOUR IMAGINATION GO WILD!**





# ИГРА

Пробовать новое или делать старое намного проще если относиться к этому с интересом, словно это эксперимент или игра.  
Как разнообразить скучные дела?





# РЕСУРС

Не забывай делать паузы, отдыхать и восстанавливаться. Это важная часть пути. И пожалуй то, чем мы чаще всего пренебрегаем. Качественный отдых — это запас сил для больших дел. Регулярный качественный отдых поможет съесть даже очень большого слона.





# ЛЮБОВЬ

Моё любимое. Наслаждайся и процессом и результатом. Да, вот так. Дайте два! И то и другое с удовольствием! Что поможет мне кайфануть прямо сейчас от процесса? А как я буду праздновать свой большой результат?



Новые привычки могут даваться с трудом.  
Чтобы помочь себе можно обратиться  
к специалисту. **КОУЧ** — это доброе  
напоминание о новых привычках.  
А если чувствуешь себя потерянно,  
коуч — это **ФОНАРИК В ТЕМНОТЕ**. Приходи,  
посмотрим какие сокровища у тебя спрятаны.



**@LISS\_WITH\_LOVE\_**



