



ЖАННА АЛИАКПАРОВА

МЫСЛИ, ЧУВСТВА, ЭМОЦИИ



Жанна Алиакпарова

Мысли, чувства, эмоции

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=30590520
Strelbytskyy Multimedia Publishing; Киев; 2017*

Аннотация

Для человека нет ничего невозможного, если он этого пожелает от всей души. Если это желание будет безгранично, то постепенно раскроются все ресурсы для этого- это и мотивация, и энтузиазм, и решимость, и уверенность и все то, что нужно для счастливой жизни. Все что, для этого нужно-необходимо направить все Ваши мысли на желаемое. С помощью своего мышления, Вы сможете управлять не только собой, своим внутренним состоянием, своими эмоциями и чувствами, восприятием жизни, но и многими процессами в любой жизненной сфере. И тогда, Вы будете сами удивлены тому, насколько Ваши возможности, неограниченны, поражены тому, насколько Ваш потенциал огромен, какими талантами и способностями, Вы обладаете! И, именно об этом, о том какое значение имеет в нашей жизни мышление, как они взаимосвязаны с чувствами и эмоциями, как содержание внутреннего мира отражается на внешнем мире, я хочу поделиться с читателями.

Содержание

От автора	4
Предисловие	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Жанна Алиакпарова

Мысли, чувства, эмоции

От автора

Мой интерес к психологии возник с детских лет. Большое впечатление на меня произвела первая книга по психологии, которую я прочитала в восемь лет, «Как перестать беспокоиться и начать жить», Дейла Карнеги. Это было в 1980-х годах, когда психологические знания, были очень скудны и кое-как просачивались в средства массовой информации. Каким-то чудом, эта недостижимая в ту пору и удивительная книга оказалась в моих руках и оказала огромное подсознательное влияние на всю мою последующую жизнь. Именно подсознательное, а не осознанное, преднамеренное. Я хочу заострить на этом внимание читателей, для того, чтобы показать на личном опыте каким образом проявляются в жизни, заложенные в подсознание мысли, установки, убеждения, как реализуются мечты и желания, даже при смутной доле уверенности. Почему при смутной, дорогие читатели, вы поймете, чуть позже. После прочтения данной книге во мне зародилось огромное желание мыслить также позитивно, обрести уверенность в себе, легко преодолевать трудности, научиться искусству публичного выступления. Про-

читав от корки до корки эту книгу и не один раз, я, соответственно, поначалу с энтузиазмом пыталась воплотить в повседневной жизни все правила, советы и рекомендации, данные автором. К своему сожалению и глубокому огорчению, я ждала мгновенных и ощутимых результатов именно в конкретной обстановке, а том, что эти результаты проявятся позже, я своим еще не сформировавшимся умом, тогда не могла понять. Некоторое время, я еще пользовалась ею как настольной книгой, но затем, когда она куда-то исчезла, я постепенно забыла о ней и ее содержимом. А вместе с ней исчезла и моя уверенность в осуществлении своих желаний и реализации своих способностей. В то же время прочитала отрывки из книги В.Д. Пекелиса «Твои возможности человек», напечатанные в каком-то журнале, о скрытых возможностях человека. Спустя лишь годы, пережив трудные моменты в жизни, оценивая себя как человека уверенного в себе и позитивного, несмотря на преобладающее вокруг негативное мышление, умеющего располагать к себе людей и понимать внутренний мир окружающих, я осознала, что именно книга Дейла Карнеги «Как перестать беспокоиться и начать жить» оказывала на меня всю жизнь свое скрытое положительное влияние, руководила моими поступками и мотивировала меня реализовать себя как психолог, хотя я не ставила перед собой определенную цель. Мое первое педагогическое образование не приносило мне глубокого удовлетворения, но благодаря стечению обстоятельств и, самое глав-

ное, подсознательному стремлению, я все-таки нашла свое предназначение и смогла реализовать себя в том, к чему в глубине души стремилась.

Предисловие

Люди, в большинстве своем, стремятся к удовлетворению физических потребностей, игнорируя эмоциональную, познавательную сферу, считая это делом второстепенной важности. Но как показывает практика, многие психологические проблемы возникают вследствие неудовлетворенных потребностей именно в этой области.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.