

# УСПЕХ

*по-женски*



**Ананьева Наталья**

*Серия "Я - Женщина" (18+)*

# Наталья Юрьевна Ананьева

## Успех по-женски

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=65265021](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=65265021)

*Успех по-женски:*

### Аннотация

Наверняка тема «Успеха по-женски» является несомненно важной для современной женщины. Иначе бы вы ее не выбрали. Верно? Действительно, современная женщина с трудом балансирует между семьей, работой и собственным миром ценностей и приоритетов.

Программа «Успех по-женски» является волшебной палочкой, помогающей легко и по-женски совмещать обязанности, возможности для инвестирования в себя и свое здоровье, развитие и процветание.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Введение                          | 4  |
| Часть 1                           | 9  |
| Первая творческая встреча         | 10 |
| Раскрытие темы                    | 10 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 12 |

# **Наталья Ананьева**

## **Успех по-женски**

### **Введение**

От автора:

«Здравствуйте, дорогие женщины!

Я рада приветствовать вас в нашем дружном и уютном пространстве целеустремленности и саморазвития.

В предлагаемой программе «Успех по-женски» я расскажу вам о том, как можно быть деятельной в социальной сфере жизни и дома одновременно, все своевременно и благополучно совмещать, а параллельно иметь время для своих интересов и любимых дел, образования и хобби, без истощения. Несмотря на двоих маленьких детей, совмещение должностей, социальную и общественную активность, учебу и авторство, я люблю заниматься йогой, увлекаюсь рисованием, чтением, занимаюсь танцами, цигун, постоянно прохожу несколько образовательных программ одновременно. И все это без помощи наемного персонала и родственников! Я люблю учиться, познавать себя и окружающих. В постоянно меняющемся мире у современного человека просто нет возможности «стоять на месте», ничего не изучать, ничем не интересоваться. Так он рискует не удержаться на плаву и

неизбежно утонуть. Благодаря знаниям я открыла для себя дверь в среду увлекательных открытий, позволяющих быть

Ананьева Наталья не только устойчивым, но и счастливым человеком. Чего и вам непременно желаю.

Цель программы «Успех по-женски» – жить счастливо и полноценно в природе своей души, в женском теле. А это и значит успешно!

Задача программы не в том, чтобы произвести в вас самомотивацию. А в том, чтобы зажечь огонь внутри вас, дабы он горел без всякой посторонней помощи, сам двигал, мотивировал. Как следствие, а не как причина.

Практическая работа выполняется в специально отведенном для занятий месте. Книга становится личным дневником. Данная практика позволит зафиксировать сформированный вкус к новому навыку и развить его (при желании). В случае депрессии и отсутствия энтузиазма (или просто плохого периода в жизни) вы всегда можете поднять эти записи, через память эмоционально соприкоснуться со своей работой, вспомнить ранее сформированный вкус и выскочить из создавшейся трудности. В случае необходимости этот дневник будет еще одним источником пополнения сил и вдохновения.

О чем будем говорить? Чем я могу быть полезной? Я убеждена, что любые ресурсы, входящие в нашу жизнь (включая знания, опыт и навыки), попадают к нам не с целью сделать нас счастливыми, но с задачей трансляции своих

«Успех по – женски». Часть 1. «Волшебный мир женщины» приобретений для жизни других. И чем больше ты делишься с этим миром своим приобретением, тем больше он заботится о тебе и воздаст. Я считаю, что никак нельзя замыкать цепь приходящих к тебе потенциалов, нужно передавать их, делиться, помогать и выслушивать, впускать в свою жизнь новые возможности для себя и других людей.

В этой книге я хотела бы поделиться с вами, дорогие читательницы, полученными навыками, предложить случай открыть для себя, быть может, что-то новое и полезное. Обо всем, что я узнавала на протяжении 20-ти лет, вы сможете прочитать за неделю. О чем же в книге пойдет речь?

Для кого эта тема? Эта тема для современной женщины (независимо от возраста). Женщина в современном мире с трудом балансирует между собственным стремлением к саморазвитию, здоровьем, красотой и ответственностью перед семьей, работой и т. д. Эта проблема существует, она актуальна в связи с большой занятостью женщины, нехваткой времени, сил на совмещение этих важных аспектов жизни.

Что предлагает эта программа? Эта программа является волшебной палочкой, помогающей легко и по-женски совмещать обязанности, возможности для инвестирования в себя и свое здоровье, развитие и процветание.

Что получит каждая участница после прохождения программы?

1. Познакомится с собой и поймет, что ее наполняет.

2. Составит свой социальный портрет и получит навык социальной стабильности, успеха.

3. Узнает секреты своей природы. Сможет использовать их для саморазвития и в качестве сильного преимущества.

4. Определит понятие сильной женщины. Какое значение имеет женщина для современного мира? Каково ее место? Роль?

5. Составит индивидуальный рабочий инструмент успеха по-женски и счастья в женском теле.

6. В конце встречи каждая участница сформирует жизненные принципы, которые приведут ее к успеху и процветанию.

На протяжении всего курса выполняются практические задания с целью трансформации теоретической части вебинара в личный опыт.

Перед началом нашего погружения я хочу рассказать вам одну притчу:

«Шли однажды вместе священник и мыловар. Мыловар спросил:

– Что толку в вере? Что толку в религии? Посмотри, сколько бед и страданий в Мире!

Священник ответил:

– Посмотри на этого ребенка, который играет в сточной канаве. Ты, мыловар, говоришь, что мыло отмывает людей от грязи!

– Но что толку в мыле? Ведь он весь в грязи! – возразил

мыловар. — Мыло не может помочь, если им не пользоваться!

— Верно, — оживился священник. — Так и с верой, и со знаниями. Они не помогают, если их не применяешь изо дня в день, всю жизнь!»

Прочитав предлагаемый материал, обязательно найдите в своей жизни время и возможности его реализовать и применить на практике. Теория без практики мертва! Очень важно не сидеть и не рассуждать о том, какая у вас жизнь, как сделать ее лучше. Важно именно делать ее такой. Поэтому в книге вас ждет много практики, которая поможет преобразовать теоретический материал в опыт именно в вашей жизни.

Это сделает чтение не просто очередным увлекательным времяпрепровождением, а сформирует у вас определенные навыки, те, за которыми вы сюда и пришли.

Все темы в данной книге я разбила на «встречи», которые помогут создать творческую и доверительную обстановку. Эти встречи не будут перегружены лишней информацией ради «красивого словца». Они направлены только на определенную зону познания.

Я буду рада быть вам надежной помощницей и верной спутницей по дороге к новым знаниям, к самореализации и новым открытиям. Желаю покорности вашим вершинам, легкого и увлекательного путешествия навстречу к самой себе и удивительному миру.»



# Часть 1

## Волшебный мир женщины

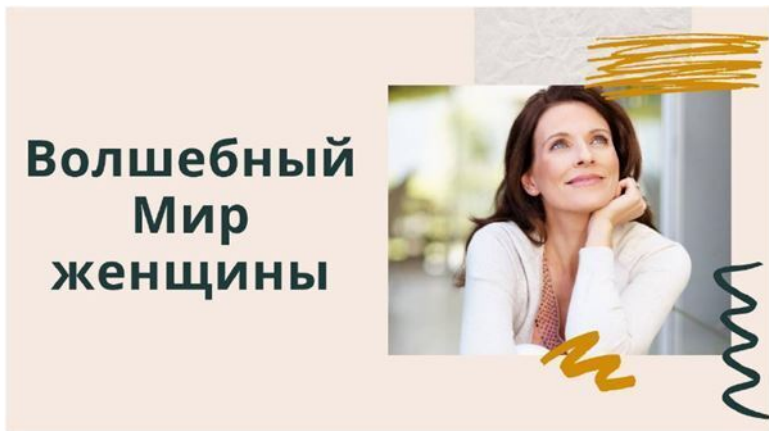


РИС. 1. «ВОЛШЕБНЫЙ МИР ЖЕНЩИНЫ»

# Первая творческая встреча

Каждая участница в завершении встречи:

1. Познакомится с собой и поймет, что ее наполняет.

2. Составит свой социальный портрет.

3. Узнает секреты своей природы и сможет использовать их для саморазвития или в качестве преимущества.

4. Определит, кто такая «сильная женщина». Что значит женщина в современном мире? Каково ее место, какова ее роль?

## Раскрытие темы

Наверняка тема «Успеха по-женски» является несомненно важной для современной женщины. Иначе бы вы ее не выбрали. Верно? Действительно, современная женщина с трудом балансирует между семьей, работой и собственным миром ценностей, приоритетов. В обществе не учат, как все совмещать и оставаться наполненной силами, энергией для жизни, саморазвития. Чаще вы встретите общепринятый метод самопожертвования: «Старшее поколение вас так же растило. Мы терпели. И вы терпите». Многие женщины проходили через трудности материнства, загруженность на работе, вечерние планерки и стрессовое замужество. Но давай-

те остановимся и вспомним о том, сколько государственной и социальной помощи в «те времена» было оказано нашим мамам, когда декретные были, всегда строго выплачивались. Когда рабочее место непременно ждало твоего возвращения. Вспомним, что когда-то без проблем работали государственные детские и сады, и ЯСЛИ! Сейчас же ясли стали счастливой привилегией для многодетных семей. Теперь даже одинокая женщина лишена такой поддержки. Я не говорю уже про то, что без коллективного разбора полетов ни одному из супругов нельзя было не просто развестись, а переночевать где-то вне дома.

# 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.