



«Мы сделали всё, но не хватило удачи» - прокомментировал поражение от московского «Спартака» главный тренер футбольной команды «Оренбург». Что за таинственное нечто – удача? Где она живёт? Может быть удача – жидкая, и спрятана в волшебном флакончике Гарри Поттера? Что нужно, чтобы удачи «хватило» и можем ли мы повлиять на это? Удача – для всех или только для избранных? Друзья, предлагаем вместе исследовать тайну УДАЧИ на страничках нашей газеты и даже вывести её формулу! Готовы? Тогда «вперёд и с песней»!

ВО ВСЁМ МНЕ ХОЧЕТСЯ ДОЙТИ ДО СУЩНОСТИ ПРОТЕКШИХ ДНЕЙ,
ДО САМОЙ СУТИ. ДО ИХ ПРИЧИНЫ,
В РАБОТЕ, В ПОИСКАХ ПУТИ, ДО ОСНОВАНИЙ, ДО КОРНЕЙ,
В СЕРДЕЧНОЙ СМУТЕ. ДО СЕРДЦЕВИНЫ.

Б.Пастернак



УДАЧА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ НАУКИ

Удача - многогранное понятие, которое по-разному трактуется в разных научных дисциплинах.

Философия



Удача часто противопоставляется успеху. Если успех – результат личных усилий, рационального расчёта и воли, то удача – дело случая, она онтологически случайна и не требует от человека активных действий. Удача воспринимается как нечто внешнее, не зависящее от личности, что может как благоприятствовать, так и препятствовать достижению целей.

Психология

Удача связана не только с внешними событиями, но и с восприятием, поведением и ментальной установкой человека. Выделяют два типа удачи:

Случайная – события, которые находятся вне контроля человека и не поддаются предсказанию (совпадения, неожиданные повороты).

Планируемая – активное влияние на вероятности и будущие события, создание предпосылок для «удачного стечения обстоятельств». daily.hse.ru

Исследования показывают, что люди, считающие себя удачливыми, чаще выбирают сложные задания и тратят больше времени на их решение, чем те, кто считает себя неудачливыми.

Экономика

Удача рассматривается как фактор, существенно влияющий на успех и распределение благ. Например, Роберт Фрэнк в книге «Успех и удача. Фактор везения и миф меритократии» утверждает, что даже незначительный элемент удачи (всего 2% от конечного результата) в условиях конкурентных рынков может определять успех, а не квалификация или опыт.

Социология

Удача рассматривается через призму социальных представлений. Например, в российском обществе успех часто ассоциируется с удачей, везением, случаем, благоприятным стечением обстоятельств. При этом образ удачливого человека часто связывают с готовностью к риску.

Другие подходы

В рационалистическом подходе удача рассматривается как вероятность, принятая лично. Рационалисты считают, что вера в удачу – результат логического заблуждения, когда последовательность событий ошибочно принимается за причинную связь. en.wikipedia.org

В духовных и сверхъестественных верованиях удача может рассматриваться как атрибут человека или объекта, или результат благоприятного (или неблагоприятного) взгляда божества.

УДАЧА: СЛУЧАЙНОСТЬ, ТРУД ИЛИ ЗАКОНОМЕРНОСТЬ?

Удача – это нечто, о чем многие из нас мечтают. Мы хотим, чтобы нам сопутствовал успех в различных сферах жизни: работе, учебе, личных отношениях и даже в повседневных мелочах. Но как создать благоприятные условия для этого? Оказывается, психология играет значительную роль в формировании нашего отношения к удаче и влияет на нашу способность привлекать положительные события. Рассмотрим основные принципы психологии удачи.



Вера в удачу

Это первый и самый важный шаг. Вера в то, что удача и успех – это нечто реальное и достижимое, позволяет нам открыться для новых возможностей и готовиться к вызовам.

А позитивное отношение и уверенность в себе увеличивают шансы на достижение целей.

Определение целей и планирование

Чтобы привлекать удачу, важно знать, куда мы направляемся. Необходимо определить свои цели и разработать план действий. Далее постепенно двигаться в сторону своих целей, одновременно открываясь для новых возможностей. Помните, удача – это не случайность, а результат вашего труда и настойчивости.

Оптимизм и позитивное мышление

Позитивное мышление и оптимизм играют важную роль в привлечении удачи. Уверенность в том, что все получится, помогает преодолевать трудности и искать решения даже в сложных ситуациях. Практикуйте позитивные утверждения и избавляйтесь от негативных мыслей, чтобы создать благоприятную психологическую атмосферу для успеха.

Использование возможностей

Удача может прийти в нашу жизнь в виде возможностей, которые мы должны уметь узнавать и использовать. Будьте открыты для новых опытов и не бойтесь брать за что-то новое. Часто удача скрывается за пределами нашей зоны комфорта, и если вы осмелитесь

выйти за ее пределы – это может привести к великим достижениям.

Обучение и развитие

Постоянное обучение и развитие являются ключевыми факторами для достижения успеха. Чем больше знаний и навыков у вас есть, тем больше возможностей открывается перед вами. Инвестируйте в свое образование и профессиональное развитие, и это обязательно принесет свои плоды.

Умение обращаться с неудачами

Важно помнить, что неудачи – это неизбежная часть жизни. Все мы сталкиваемся с неудачами и трудностями, и важно уметь с ними справляться. Не допускайте, чтобы неудачи подавляли вашу веру в удачу и возможность достичь успеха. Извлекайте уроки из неудач и идите дальше с новым опытом и мудростью.

Практика благодарности

Благодарность – это мощный инструмент привлечения удачи. Цените то, что у вас есть, и выражайте благодарность за каждый маленький успех. Практика благодарности создает позитивную энергию и привлекает еще больше положительных событий в вашу жизнь.

Итак, психология удачи – это сочетание веры в себя, оптимизма, готовности использовать возможности и умения обращаться с неудачами. Создавайте благоприятные условия для удачи, развивайтесь и не бойтесь идти вперед. Помните, что удача – это не случайность, а результат вашего мышления и действий. Практикуйте позитивное мышление, будьте открыты для новых возможностей и помните, что успех ждет тех, кто верит в свои силы и не боится идти вперед.

психотерапевт, коуч Илья Ахмедов

УДАЧА ИЛИ УСПЕХ?

Удача – мимолётна и случайна – она может помочь на старте.

Успех – долговечен и закономерен – он требует работы, дисциплины и системы.

Существует ли успех отдельно от удачи? – **Конечно!**

Может ли успех идти рядом с удачей? – **Конечно!**

Эти два понятия могут существовать и вместе, и порознь.

Желаем вам **УДАЧИ** в достижении своего самого главного **УСПЕХА!**

**Фортуна не приходит к тем, кто ждёт.
Она выбирает тех, кто действует!**



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ УДАЧА

Успехи миллиардеров и топ-менеджеров часто списывают на везение, профессиональную удачу. Что это? Благоприятное стечение обстоятельств или чудо? Разберёмся в этом...

Профессиональную удачу психологи разграничили на:

✓ случайную:

- неожиданное предложение о работе;
- случайная встреча с влиятельным человеком;
- попадание в проект «по ошибке», которое оборачивается успехом.

✓ подготовленную

- результат целенаправленного обучения и развития навыков;
- следствие построения профессиональной сети контактов;
- возможность, которую человек заметил и использовал благодаря своей компетентности.



✓ созданную:

- активные действия, повышающие вероятность успеха (рассылка резюме, участие в конференциях);
- создание условий для появления новых возможностей (публикация статей, выступления);
- проактивный поиск и инициирование проектов.

Факторы, влияющие на профессиональную удачу

Внешние:

- экономическая ситуация в отрасли;
- кадровые перестановки в компании;
- тренды рынка труда;
- социальные связи и рекомендации;
- географическое расположение.

Внутренние:

- уровень профессиональных навыков и компетенций;
- психологическая готовность к переменам;
- проактивность и инициативность;
- стрессоустойчивость и адаптивность;
- уверенность в себе и адекватная самооценка;
- широта кругозора и открытость новому;
- развитые коммуникативные навыки.

Практические шаги к повышению вероятности профессиональной удачи:

1. Расширяйте профессиональную сеть:

- регулярно обновляйте профиль в профильных сетях;
- посещайте отраслевые мероприятия;
- поддерживайте контакты даже с теми, кто сейчас не нужен.

2. Будьте видимы:

- публикуйте экспертные статьи;
- выступайте на конференциях и вебинарах;
- участвуйте в профессиональных дискуссиях.

3. Развивайте «радар возможностей»:

- отслеживайте тренды отрасли;
- подписывайтесь на профильные СМИ и доступные мессенджеры;
- анализируйте успешные кейсы коллег.

4. Инвестируйте в навыки:

- осваивайте смежные компетенции;
- проходите курсы повышения квалификации;
- изучайте языки и цифровые инструменты.

5. Практикуйте проактивность:

- предлагайте идеи на работе;
- беритесь за новые задачи;
- иницируйте полезные проекты.

6. Работайте с мышлением:

- развивайте установку на рост;
- практикуйте благодарность за маленькие успехи;
- учитесь видеть возможности в проблемах.

7. Готовьтесь к шансам:

- обновляйте резюме регулярно, а не только при поиске работы;
- собирайте портфолио выполненных проектов;
- формируйте финансовую подушку безопасности.

Таким образом, ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ УДАЧА – это не магия, а результат сочетания:

- подготовленности (навыки, знания, опыт);
- открытости (широкий круг общения, готовность к новому);
- активности (проактивность, инициативность);
- правильного мышления (оптимизм, установка на рост).

Вы можете не контролировать все обстоятельства, но способны создать условия для удачи – и тогда шансы на успех многократно возрастут.



**Если вас преследует удача,
дайте ей возможность вас
догнать.**

Сгенерировано ИИ

О ВЕЗУЧИХ И НЕВЕЗУЧИХ ЛЮДЯХ

Ричард Вайзман - профессор психологии Хердфордширского университета, провёл десятилетнее исследование, чтобы выяснить, почему одни люди считают себя удачливыми, а другие постоянно жалуется на невезение. Он опросил 400 человек от 18 до 84 лет, которые считали себя «везунчиками» или «неудачниками». Результат его исследований – ФОРМУЛА УСПЕХА, рассмотрим её.

1. Активное взаимодействие с окружающим миром для увеличения шансов. Счастливики постоянно расширяют свою «сеть возможностей»: знакомятся с новыми людьми на мероприятиях, пробуют незнакомые занятия, посещают новые места.

2. Умение распознавать и доверять своей интуиции. Везунчики прислушиваются к внутреннему голосу и часто делают выбор, основываясь на этом «чутье». Неудачники же часто заглушают эти сигналы излишней рациональностью или тревогой.

3. Позитивное ожидание удачи. Счастливики искренне верят, что в конечном итоге всё сложится хорошо. Такой настрой повышает

устойчивость к неудачам (которые воспринимаются как временные преграды, а не катастрофы) и усиливает настойчивость (ведь вера в успех мотивирует продолжать).

4. Искусство понимания и трансформации неудачи в удачу. Главное отличие везунчиков не в отсутствии провалов, а в их реакции на них. Они обладают способностью находить в плохих ситуациях скрытые уроки, возможности или даже плюсы. Вместо того чтобы заикливаться на провале как доказательстве своей «невезучести», они задают себе конструктивные вопросы: «Чему меня это учит?», «Какой неожиданный шанс может скрываться здесь?», «Что я могу сделать сейчас, чтобы улучшить ситуацию?». b17.ru

СЕРЕНДИПНОСТЬ: КАК НАУЧИТЬСЯ ЗАМЕЧАТЬ СЧАСТЛИВЫЕ СЛУЧАЙНОСТИ

Друзья, согласитесь, редко можно услышать данный термин. В русском языке он пока не получил широкого распространения, тем не менее, сегодня его используют не только в науке, но и бизнесе (поиск новых идей и возможностей), творчестве (нестандартные решения и вдохновение), психологии (изучение интуиции и инсайта), управлении (формирование среды для случайных, но продуктивных взаимодействий). Познакомимся с понятием поближе.

Термин «серендипность» восходит к древней персидской сказке «Три принца из Серендипа» и означает способность делать ценные открытия «по случаю», находить нужное, не ища его напрямую. Это не просто удача, а умение замечать неочевидные связи, извлекать пользу из случайных событий и превращать совпадения в возможности. В современном мире, где информация и возможности окружают нас со всех сторон, развитая серендипность становится важным навыком – для карьеры, творчества, личного роста и даже счастья. А вот и наглядные примеры из истории:

* Открытие пенициллина Александром Флемингом: он заметил, что плесень подавляет бактерии, – и это привело к революции в медицине.

* Открытие микроволнового излучения Перси Спенсером: расплавленный шоколад в кармане рядом с магнетроном навёл его на идею микроволновой печи.

* Случайное наблюдение Исаака Ньютона за падающим яблоком подтолкнуло к формулировке закона всемирного тяготения.

* Открытие рентгеновского излучения Вильгельмом Рентгеном.

* Создание первого искусственного заменителя сахара Константином Фальбергом.

* Обнаружение взаимосвязи электричества и магнетизма Эрстедом.

Друзья! Начните с малого: сегодня обратите внимание на три детали, которые обычно пропускаете. Задавайте себе вопрос «А что, если?» хотя бы раз в день. И вскоре вы заметите, что «счастливые случайности» начинают происходить чаще – потому что вы научились их видеть и использовать.



Дорогой Читатель! Доброго тебе утра, удачного дня и спокойной ночи!

ПОМНИ, ТЫ – ЭТО ВАЖНО!