



## Рекомендации как бороться с ленью

1. Неорганизованность может проявляться из-за банального беспорядка. Причём, если он наблюдается на рабочем столе, то и по отношению к своей жизни тоже. Когда накапливается куча мусора, конечно же, к нему потом не хочется приближаться, потому что появляется растерянность, ведь не знаешь с чего начать.
2. Начинать лучше с самых сложных задач, и с самого утра, даже если вы не выспались. Иначе к вечеру организм будет настраиваться на отдых, и тогда вы наверняка перенесёте срочные дела на завтра.
3. Привнесите разнообразие в свою жизнь. Если нет возможности путешествовать по другим странам и городам, отправляйтесь в парк, музей, театр, кино и прочее. Главное не допускать до рутины и однообразия.
4. Метод кнута и пряника всегда будет актуален. Поэтому не забывайте себя награждать даже за очень маленькие победы над собой и достижения. А в случае, когда не проявили силу воли – удвоить нагрузку. И тогда, понимая, что позже придётся выложиться на полную, вы не позволите себе спастись при незначительной задаче.

Человек, который знает своё предназначение, смысл жизни и умеет распознавать свои потребности – без усилий будет двигаться к достижению поставленных целей, несмотря на преграды и ограничения.

**Сил вам и активности!**