

СВЕТА ГОНЧАРОВА
ИЦХАК ПИНТОСЕВИЧ

„о”.

ОНЛАИН-КАРЬЕРА для МАМ



РАСТИМ ДЕТЕЙ И БИЗНЕС
ОДНОВРЕМЕННО!

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

ОНЛАЙН-КАРЬЕРА ДЛЯ МАМ

Авторы: Света Гончарова
Ицхак Пинтосевич



«Агенция «Айпио»

серия «Академия Экспертов Ицхака Пинтосевича»

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ISBN 978-617-7342-05-1

Эта книга для тех мам, чей потенциал не уместается в стенах дома и рамках быта. Если для вас важна самореализация без отрыва от семьи, вам очень поможет книга «Онлайн-карьера для мам». Уникально то, что система, описанная в книге адаптирована именно для женщин. Воплотить ее в жизнь под силу даже молодой маме! Авторы расскажут вам не только об онлайн-карьере, но и о том, как успешно совместить работу с семьей и домашними обязанностями, как научиться быстро обучаться новому, и как найти в интернете дело по сердцу. С помощью этой книги вы найдете призвание, выстроите свою онлайн-карьеру и наладите действенный баланс между семьей и работой. В этой книге заключена необыкновенная сила, заставляющая поверить в себя и свои силы, чтобы вырастить детей и бизнес одновременно!

Руководитель проекта: О.Иванова
Литературный редактор: С.Езерницкая
Иллюстрации: О.Дяченко
Обложка: Е.Панасюк
Верстка: В.Мартыновский

«Агенция «АЙПИО»

01103, Украина, г. Киев, ул. Киквидзе, д.13-В, оф.16, тел. 044-233-78-02.

Отпечатано в типографии **ТОВ «БІТУБІ ГРУП»**,

Киев, ул. Владимирская, 69, оф. 428, тел. +38 044 362 10 16.

2016

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

О серии «Академия экспертов Ицхака Пинтосевича»

Моя Миссия — дать широкому кругу людей ресурсы для улучшения жизни в пяти главных сферах: Действуй! Живи! Влияй! Люби! Богатей! Главными инструментами для этого служат вдохновение и мастерство.

За последние годы я подготовил более 1000 бизнес-тренеров и коучей. Лучшие мои ученики начали писать вдохновляющие эссе, статьи и книги, которые сегодня издаются в издательствах «ІРІО» и «Эксмо» в серии «Академия Экспертов Ицхака Пинтосевича». В эту серию входят книги мастеров своего дела, ведь они уже помогли множеству людей во всем мире!

В серии вышли книги выдающихся экспертов и мастеров: Светы Гончаровой, «7 заповедей организованной мамы» и «Источник сил для уставшей мамы»; Вячеслава Смирнова, «Живи энергично!»; Ольги Филиной, «Facebook — эффект для бизнеса и самопиара»; Сергея Розвадовского, «Деньги»; Дэна Дубравина, «Психология эмоций: чувства под контролем»; Елены Савчук, «Эколифтинг лица: как выглядеть на 10 лет моложе»; Евгения Мирошниченко, «Смотри и учись»; Андрея и Анны Руденко, «Ж+М. Жизнь молодоженов»; Александра Товстоного, «Как выгодно продать себя работодателю, если нет опыта работы».

Книга, которую вы держите в руках, — спасение для современных женщин, инструмент для реализации себя «не разрываясь» между работой, детьми и мужем. Самореализация, находясь дома с семьей! И все счастливы: женщина и семья! Света помогла многим женщинам найти время — в книге-тренинге «7 заповедей организованной мамы». Затем она помогла найти энергию — в книге-тренинге «Источник сил для уставшей мамы». А в этой книге-тренинге — САМОРЕАЛИЗАЦИЯ, УСПЕХ И ДЕНЬГИ.

Как автор одиннадцати бестселлеров могу гарантировать, что серия «Академия Экспертов Ицхака Пинтосевича» поможет качественно улучшить жизнь — следует лишь читать и действовать. Кроме того, множество дополнительных материалов для личного роста и развития вы найдете на сайте 5sfer.com. Эксперты публикуют там свои статьи и общаются с читателями.

Действуй! Живи! Влияй! Богатей! Люби! — С Б-жьей помощью!
Я Знаю — Ты Можешь!

Ицхак

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Оглавление

Зачем читать эту книгу?	8
Предисловие	14
Чего ожидать от книги	17
Результаты	18
Как учиться по книге?	19
Публичное обязательство — залог успеха.	20
Маячки для обучения.	21
Основы работы для мам. К чему нужно быть готовой. . .	24
Глава #1. Что делать в интернете — идеи и возможности для работы.	28
Моя история успеха в интернете	30
Чем маме заняться в интернете?	33
Самое главное при выборе профессии в интернете . . .	35
Вам хватит места в интернете!	36
Уже умею или хочу научиться?	38
Выставка интернет-профессий для мам	38
Глава #2. Призвание и дело жизни. Рекомендации от Ицхака Пинтосевича	52
Как найти свое призвание?	53
Два главных «двигателя» в поиске предназначения . . .	55
В чем тогда разница между призванием и миссией? . . .	56
Практические действия по поиску призвания	58
Призвание, профессия, а деньги — когда?	64
Глава #3. Работаем дома — самоорганизация и баланс.	69
Планирование для мам в три шага	72

СЕБЕ	81
Экспресс-забота о себе для работающих мам	82
Привычки для «ресурсного» состояния.	92
СЕМЬЕ.	95
Принцип «Стоп-работа» для мам	97
Как успевать сделать для семьи много, когда времени мало?.	100
Секс и кухня	104
Порядок в доме.	106
Делегирование	114
ЛЮДЯМ	119
Грамотная организация рабочего времени для мамы	121
Эффект домино	121
Как успевать ГЛАВНОЕ в работе?	128
Как успеть много, если времени мало?	131
Главные принципы для «офисных» мам («о» мам)	134
Как организовать себя так, чтобы сконцентрироваться на главном?	137
Планируем неделю	141
Глава #4. Учимся учиться.	
Рекомендации от Ицхака Пинтосевича . . .	147
Мои университеты, или Как я учился :)	148
Новые знания — новая нервная система	152
Система СверхОбучения 3-П	153
Система «минимум–100%–МАКСИМУМ»	155
Почему люди бросают обучение?	157
Сколько времени посвящать занятиям?	157
Где грань между обучением и выполнением того, чему ты научился?	159
Как выбирать книги, которые читать? Их так много.	
С чего начать?	161
Главный совет для тех, кто хочет научиться быстро обучаться.	163

Глава #5. Модель онлайн-карьеры для мамы 165

Как Света искала себя	166
ШАГ №1. Рождение эксперта	168
ШАГ №2. Я формулирую принципы своей системы . . .	179
ШАГ №3. Я регулярно пишу статьи о своей системе в свой блог или на сайт	183
ШАГ №4. Я открываю интернет-рассылку по своей теме	188
ШАГ №5. Я создаю странички в соцсетях по своей теме	197
ШАГ №6. Я создаю — вводный БЕСПЛАТНЫЙ продукт	202
ШАГ №7. Я помогаю людям бесплатно	210
ШАГ №8. Я помогаю людям платно	212
ШАГ №9. Я пишу книгу, опираясь на свой опыт	214
ШАГ №10. Я постоянно расту и учусь	219

Глава #6. Последняя, или С чего начать? 231

Что вы можете сделать прямо сейчас, чтобы начать работать в интернете	232
«U», или Как развивается каждый проект вашей жизни	233
План действий и созидательная деятельность	235
ВСЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ КНИГИ	236

Прощания и обещания :)**От Светы 247****Послесловие Ицхака 248**

*Посвящаю эту книгу моему мужу Богдану.
Ты первым поверил в меня, в мою Флаймamu и в то,
что я СМОГУ создать свой бизнес в интернете.
Спасибо тебе за поддержку и вдохновение!*

Зачем читать эту книгу?

“ Сейчас много книг и тренингов, которые продвигают мужские модели ведения бизнеса. Как же было здорово узнать, что есть четкая, пошаговая СИСТЕМА развития онлайн-бизнеса, которая адаптирована не просто для женщин, но даже ДЛЯ МОЛОДЫХ МАМ! Система, описанная в этой книге, помогает не только построить успешный онлайн-бизнес, но и создать семейные отношения. Мне всегда было сложно работать дома, рядом с детьми, так чтобы «и овцы были целы и волки сыты». А сейчас для всего в моей жизни отведено свое время!

Ирина Игольникова, мама двух сыновей и автор проекта «Стиль жизни молодой мамы»
www.mumslifestyle.ru

“ Мне очень хотелось себя реализовать, но нам с мужем было важно, чтобы я оставалась дома с детками. Благодаря пошаговому плану Светы по онлайн-карьере я смогла шаг за шагом превратить свое увлечение в любимую работу. Сейчас я помогаю женщинам создавать атмосферу уюта в доме и найти свой стиль жизни. Я делюсь своими знаниями и опытом, провожу консультации и тренинги, и это все БЕЗ ОТПЫВА ОТ ДОМА И ДЕТЕЙ! То, о чем я недавно могла лишь мечтать, стало реальностью!

Светлана Паппе, мама и автор проекта «Уют своими руками»
www.svetlanapappe.ru

“ Казалось бы, бизнес — это мужское занятие. И если мы, женщины, говорим «да» бизнесу, то нужно сказать

«нет» семье, мужу и детям. Света же в своей книге учит, как быть женой, мудрой хозяйкой, заботливой мамой и успешной бизнес-леди **ОДНОВРЕМЕННО!** Мне удастся поддерживать баланс дом–работа, проводить время с близкими и в тот же момент реализовывать свой потенциал. Эта книга может помочь вам найти свое предназначение, нащупать творческую жилку и превратить свой потенциал в нужный и полезный людям продукт.

**Анна Пинкус, дважды мама и автор
интернет-проекта «Для мам»
www.AnnPinkus.ru**

“ Книг о работе в интернете много, но система Светы подходит именно **ДЛЯ ЖЕНЩИН** и главное — для мам! Система помогает **НАЙТИ БАЛАНС** между домом и работой, а опыт Светы вдохновляет и дает уверенность в своих силах. Шаги системы настолько простые и адаптированные для мам, что каждая сможет достигнуть успеха, если, конечно, применит их на практике. Сейчас в моей жизни все так, как я мечтала: я с огромным удовольствием работаю над своим проектом, при этом большую часть дня провожу с семьей и занимаюсь домом. Если у вас есть идеи, на которые постоянно нет времени, — эта книга для вас!

**Татьяна Чурсанова, мама, психолог и автора сайта
www.tatyanachursanova.ru**

“ Моя деятельность в интернете отнимала у меня **ОЧЕНЬ** много сил и времени. Было ощущение, что я топчусь на месте... Я не знала, как же **ЛЮБИМОЕ ДЕЛО** превратить в источник радости и доход. На тот момент оно было большим пожирателем моего времени и сил. После воплощения в жизнь советов

этой книги у меня как у онлайн-эксперта появилось ощущение, что я «со своих двоих» пересела на гоночный автомобиль и мчусь по ярко освещенному скоростному шоссе. Но самое важное — я знаю зачем и куда!

**Надежда Погодина,
счастливая жена и многодетная мама, автор
проектов «Мама Сова»
www.mamasova.ru**

“Даже после того, как сынок пошел в садик я не могла найти себе места. На работу возвращаться не хотелось, и я не видела пути, по которому хотела двигаться вперед... Уроки Светы по онлайн-карьере стали неожиданным ответом на мои вопросы. Всего спустя год я стала успешно работать в интернете! Мною проведено около 10 бесплатных семинаров и 2 платных тренинга. Но самой главной ценностью, которую я получила, применяя систему Светланы, — это БАЛАНС ДОМ–РАБОТА! Я могу работать удаленно, не забирая время у своей семьи!

**Мария Теличко, дважды мама, коуч и автор проекта
«Сияющая мама — цветущая семья»
www.telichkomaria.com**

“Советы этой книги стали для меня «лучом света в темном царстве». Они очень помогли мне найти баланс в сфере муж–дети–дом–работа, открыть свой ПУТЬ В МИР ИНФОБИЗНЕСА, стать консультантом для мамочек и получать от этого огромное удовольствие. Сегодня у меня уже есть мой сайт для мам, я провожу консультации для мам по вопросам организации жизни мам, воспитания и обучения детей, готовлю интернет-проекты для жен и мам, веду женский клуб «Флаймама» в Запорожье. Очень рекомендую эту книгу всем

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

современным мамам, которые хотят быть АКТИВНЫМИ ДАЖЕ В ДЕКРЕТЕ, тем, кто готов ставить цели и достигать их шаг за шагом, а не просто «ждать у моря погоды».

**Людмила Пономаренко, дважды мама, доктор наук,
профессор, консультант для мам
www.ludaponomarenko.com**

“ Раньше у меня было только большое желание помочь женщинам и очень маленькая вера в свою способность делать это. По образованию я юрист, не имеющий никакого отношения к онлайн-бизнесу. Во время декрета произошла полная переоценка моей жизни и мною был выбран новый курс. Выполняя задания, предложенные Светланой, я как будто ныряла ВГЛУБЬ СВОЕЙ ДУШИ и доставала с ее дна жемчуг! Из таких жемчужин я и собрала свой проект «Семья радости». Сейчас я провожу семинары, вебинары, личные консультации и уже продала свой первый платный продукт! Четыре месяца назад я даже представить себе не могла!!!

**Мария Васина, мама, онлайн-эксперт и женский
коуч, автор сайта www.MaryVasina.com**

“ Год назад я была мамой в декрете, которая полностью погрузилась в заботу о своей семье. Я начала чувствовать, что меня затягивает с головой в эту пучину и я теряю себя, что меня КАК ЛИЧНОСТИ уже почти не осталось. Я стала искать, как я могу, будучи женой и мамой, одновременно РАЗВИВАТЬСЯ как личность и профессионал. И Б-г послал мне Свету Гончарову. Это был революционный прорыв в моем мозгу. Благодаря рекомендациям Светы об онлайн-бизнесе я смогла реализовать себя и начала воплощать свои мечты. Сейчас развивается мой онлайн-проект,

я провожу консультации и семинары. А еще, благодаря рекомендациям Светы, я научилась балансировать между домом и работой!

**Екатерина Матвиенко, мама и автор проекта
«Счастливая женщина — счастливая семья!»
www.katiematvienko.com**

“

Изучая и применяя рекомендации книги в течение ТРЕХ МЕСЯЦЕВ, я достигла потрясающих результатов! Я справилась со своими страхами и ограничивающими убеждениями. Смогла четко сформулировать свою миссию. Стала увереннее в себе. Нашла в своем дне время для работы, так чтобы это не было в ущерб семье. Начала проводить семинары в своем городе и консультации по скайпу. Запустила сайт и рассылку, написала свою первую мини-книгу. И это все всего за три месяца!

**Светлана Пашаева, мама и автор интернет-проекта «Путь к гармоничной жизни для мам»
www.pashaevaso.ru**

“

До рождения ребенка я работала помощником руководителя компании, до этого была успешным архитектором. Рождение второго ребенка перевернуло мою жизнь полностью. За год я превратилась в орущую, раздраженную и вечно недовольную тетку... Я искала выход, искала как вернуться к продуктивной интересной жизни, не бросая при этом семью, мужа, своих сыновей, свой дом. Сейчас благодаря этой книге в моем дне есть четкое время для семьи, время для себя, и, что ОЧЕНЬ важно, — ВРЕМЯ ДЛЯ РАБОТЫ ОНЛАЙН! Я работаю над своим проектом, помогаю мамам личными консультациями, провожу живые семинары для мам в Москве.

**Панкратова Алена, мама двух сыновей, автор проекта «Наполни дом любовью»
www.alenapankratova.ru**

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

“

Эта книга — не набор знаний и сухой теории, это вдохновенное открытие себя! Самое главное, что дала мне Света, — это стимул к дальнейшему росту! Теперь у меня есть ЧЕТКИЙ ПЛАН ДЕЙСТВИЙ на ближайшие 5 лет по всем сферам моей жизни. Я стала успевать больше и стала успевать делать ГЛАВНОЕ, а не изображать бурную деятельность, утопая в рутине. Я научилась делегировать полномочия. У меня появилось время для детей и для мужа, которые раньше всегда были обделены моим вниманием. И самое главное, сейчас я активно работаю над РЕАЛИЗАЦИЕЙ своей МЕЧТЫ — мечты стать учителем! Света учит не только карьерному взлету, но и взлету во всех сферах жизни!

Юля Коновалова, дважды мама и финансовый консультант, автор проекта «Рулим Финансами»
www.rulimfinansami.ru

”

“

Из вечно ноющей и нечего не успевающей домохозяйки, я превратилась в организованную успешную бизнес леди. Плюс Светиной системы в том, что она РАССЧИТАНА НА МАМ. А мамам не только тайм-менеджмент нужен особенный, им и бизнес нужно вести по-своему! Сейчас я уже сама провожу тренинги, вебинары, личные консультации для мам в интернете и являюсь учредителем клуба для мам в своем городе. Помимо этого, я успеваю заботиться о себе, заниматься спортом каждый день. Мои дети и муж не обделены вниманием, у меня успешная карьера и я не забываю уделять внимание себе любимой!

Елена Петрова — эксперт по семейному тайм-менеджменту и автор сайта «Успех мамы»
www.successmother.ru

”

Предисловие



«Дорогая, сиди дома. Занимайся уборкой, стиркой, глажкой, готовкой. Пока ты — моя жена, работать не будешь!» Ха-ха-ха! Если ты — домохозяйка, да еще и мама, работать не будешь. Ты будешь просто ежедневно, без отпуска и выходных — пахать :). Не ходите девки замуж — там посуды много мыть! И не только посуды. В этом замужестве и материнстве вас ждет много дел. Иногда — слишком много. Но меня поражает не это. Глядя на себя, маму двух детей, которая занимается домом и хозяйством: стирает, убирает, готовит, утешает, моет, развлекает, — я поражаюсь тому, что при всем этом мне ВСЕГДА хотелось успевать еще что-то кроме домашних дел и заботы о детях! Я всегда хотела работать!!! После дневной смены у коляски, плиты и раковины я была счастлива ночной смене, посвященной любимой работе: дизайну, написанию текстов, интернет-маркетингу. Я хотела работать! Мои творческие идеи бурлили, и никакой быт не мог задавить во мне это желание.

Поразительно, но факт — мамы хотят работать! Уставшие, затурканные, с больной спиной и невыспавшиеся мамы хотят делать что-то для людей вне своей семьи. Хотят зарабатывать деньги (да, хотят!). Хотят самореализовываться. Хотят использовать свои таланты и образование. Мамы хотят добавить к своей домашне-детской работе еще РАБОТУ!

Не буду пытаться решить вопрос — правильно это или нет. Все, что я знаю о мамах, которые хотят работать, — это то, что я такая мама. И что нас много! :) Если вы в предыдущем абзаце узнали себя, то мы с вами в одной лодке. И вы то уж точно понимаете, о чем я говорю!!!

При всей моей любви к работе и самореализации я вынуждена признать, что быть работающей мамой — сложно! Мамы, стремящиеся совмещать дом и работу, обычно вынуждены именно ПАХАТЬ. Слишком часто работать мама может только в ущерб своему здоровью, порядку в доме и, что хуже всего, за счет отношений с детьми и особенно с мужем. Увы, мы расплачиваемся слишком дорого за наше стремление к самореализации!.. И это, безусловно, плохая новость.

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Невозможно долго выдерживать такой ритм: дневная смена у плиты, беготня за детьми, затем ночь без сна, за работой — и так все время по кругу...

Чем так работать, лучше не работать вообще!.. И знаете что? Лично я так не работаю! Я нашла для себя возможность совмещать без потерь роли мамы и профессионала в своем деле. Я — работающая мама уже более семи лет. И последние четыре года я уже не «пашу»! Ура! Я сплю по ночам, я успеваю готовить и убирать, я занимаюсь спортом и забочусь о себе; у меня есть время заниматься детьми и есть силы на мужа :). И при этом мой бизнес растет, клиентов все больше, проекты все грандиознее!

Недавно я поделилась с мужем своими планами:

— *Я начала писать третью книгу!*

— *И о чем она будет?*

— *О том, как маме в декретном отпуске вырастить не только ребенка, но и бизнес.*

— *Ого, круто! А это возможно?..*

— *Эй, муж! Ты вообще живешь со мной или с кем?!*

— *А ... точно!!! Возможно! :)))*

Мой муж для меня — лучший индикатор успеха :). Если он доволен тем, что я все успеваю дома, и гордится моими успехами в работе, значит, я на самом деле чего-то достигла! Он всегда был потерпевшей стороной из-за моего неумения вести хозяйство, отделять работу от семьи и работать себе в убыток. Посему уж если муж подтверждает мой успешный опыт как работающей мамы, можно верить — он знает, о чем говорит!!! :)

Я написала эту книгу, потому что очень хочу поделиться своим опытом организации работы для мамы с вами, мои дорогие читательницы! Я верю: если получилось у меня — получится и у вас. В этом нет никакого волшебства, для этого не нужны никакие сверхспособности и особые возможности. Если вы хотите стать успешной работающей мамой — нужно просто ваше желание, упорство и правильный план действий! Если желание и упорство у вас есть, то я готова предоставить вам пошаговый план построения успешной карьеры для мам :). Вам совершенно не обязательно, подобно мне набивать шишки и учиться на своих неудачах. Лучше учиться

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

на чужом успехе! Я уже прошла путь от мамы-лошади (которая пашет день и ночь) до мамы-флаймамы :), которая выполняет обязанности по дому и работу с легкостью, радостью и энергией. Вы, следуя моим рекомендациям, сможете стать флаймамой в самые короткие сроки!

Долой усталость, неупевание, ссоры и беспорядок! Давайте лучше вместе взлетим к порядку, любви и самореализации!!!

Вы со мной?

Света Гончарова, дважды мама, владелица успешного онлайн-бизнеса «Флаймама», автор бестселлеров «7 заповедей организованной мамы» и «Источник сил для уставшей мамы».

Чего ожидать от книги

Перед тем как отправляться в наш полет, я расскажу, что вас ждет :).

Огромный плюс этой книги в том, что я — не единственный ее автор! Книга написана в соавторстве с моим учителем, вдохновителем и издателем — Ицхаком Пинтосевичем. Когда я только начинала свой проект Флаймама, я осознала, насколько это ответственно — учить людей. Поняла, что мне самой нужно еще многому научиться, если я хочу помогать мамам, которые приходят учиться ко мне. Именно тогда я познакомилась с книгами и тренингами Ицхака и смогла многое почерпнуть для себя. С его помощью я поняла, в чем мое призвание; приобрела и встроила в свою жизнь навыки, необходимые для успеха в моей работе; создала и воплотила план развития своего проекта и реализовала себя как эксперта. В результате обучения у Ицхака у меня всего стало больше! Больше времени, больше энергии, больше идей, больше клиентов, больше финансов, больше возможностей. Всего этого я желаю и вам, мои дорогие читательницы! Поэтому часть этой книги для вас напишет Ицхак. Таким образом, чтение книги и применение изложенных

[>>>](http://kniga.biz.ua)

в ней рекомендаций принесет вам двойную пользу: вы изучите мой опыт успешной работающей мамы, чтобы начать свою карьеру без отрыва от детей, и получите лучшие советы и технологии от Ицхака Пинтосевича, которые позволят вам найти свой путь в новой профессии, быстро и эффективно применить новые знания и с легкостью «войти в образ» работающей мамы.

Самое большое наше желание как авторов этой книги — вселить в вас уверенность в том, что вырастить ребенка и вырастить бизнес одновременно — возможно!

Результаты

“

Быстрее всего учишься в трех случаях — до 7 лет, на тренингах, и когда жизнь загнала тебя в угол.

Стивен Кови

”

Изучив эту книгу, вы получите:

- **Идеи для работы.** Вы узнаете все самые эффективные и интересные пути заработка в интернете без отрыва от детей.
- **Вдохновение и видение для работы.** Вы поймете, в чем состоит ваше призвание и начнете делать шаги для его воплощения.
- **Порядок в работе и дома.** Вы научитесь эффективно совмещать заботу о семье и работу без ущерба для них обоих :).
- **Ресурсы для работы.** Вы научитесь быстро обучаться новым вещам и сразу же встраивать их в свою жизнь и работу.
- **Модель развития для себя и своего бизнеса.** Вы получите работающую и расписанную пошагово модель для карьеры мамы — онлайн-эксперта.

[>>>](http://kniga.biz.ua)

Как учиться по книге?

“

Начинайте делать все, что вы можете сделать — и даже то, о чем можете хотя бы мечтать. В смелости гений, сила и магия.

Иоганн Вольфганг Гете

”

Если бы вы сами могли выбирать себе учителя, кого бы выбрали: фею-крестную с волшебной палочкой (которая сама за вас решит все проблемы и преподнесет на блюде все готовое), или вредного тренера со свистком и палкой (который только и делает, что кричит на вас, подгоняет и не дает ни минуты отдыха)? Какой стиль обучения вам ближе? :) Кому-то нужна мягкая фея, ободряющая, вдохновляющая и преподносящая подарки. А кому-то — грозный тренер, раздающий пендели и не дающий остановиться. Не буду вас томить и сразу скажу, что в этой книге вы найдете и фею, и тренера (нет, это не я и Ицхак! :)). У нас, авторов книги, есть для вас много чудесных (практически волшебных) подарков, которые укрепят вашу мотивацию, придадут сил и вдохновения, заставят по-новому взглянуть на обычные вещи. Но вместе с этим мы будем ждать от вас активной работы! В каждой главе этой книги кроме «вкусной», вдохновляющей и многообещающей теории вас ждет практика — практические шаги и упражнения, которые необходимо выполнить!

Если вы не будете действовать и применять на практике, то что вам «подарила фея», все ее волшебные подарки не принесут вам никакой пользы. Если сразу же после прочтения главы вы не приступите к выполнению практических заданий — все пропадет!.. Ровно в полночь карета превратится в тыкву, лошади — в мышей, а шикарное платье — в ваш обычный домашний халат. И тю-тю! Прощайте мечты о самореализации...

Поэтому... если вы хотите получить реальную пользу от этой книги, регулярно «включайте» для себя внутреннего тренера! Прочитали главу, вдохновились — а потом сами себя начинайте тренировать и подгонять: «Раз, два! Вперед! Пошла, пошла выполнять

задания!.. Ой как хорошо пошла! Раз, два!..» Да. Только так. Без грозного тренера фея-крестная бесполезна.

Поэтому **ОБЯЗАТЕЛЬНО** действуйте и выполняйте задания! Раз уж вы пришли к нам учиться, доверьтесь нашему опыту. Просто берите и делайте то, что мы вас просим. Не парьтесь вопросом: «А зачем мне выполнять это задание?..» Просто берите и делайте то, что требует от вас ваш тренер! Результат будет. Но только после выполнения заданий :). Вот увидите!

Итак, наше главное условие: если хотите, чтобы эта книга изменила вашу жизнь к лучшему, **ДЕЙСТВУЙТЕ** и выполняйте задания!

Публичное обязательство — залог успеха

И еще совет: расскажите вашим друзьям (и реальным и виртуальным) о том, что вы начали учиться по этой книге. Пусть они спрашивают вас о вашем продвижении и успехах. Такое публичное обязательство поможет вам не сдаться на полпути. Поможет продолжать читать и применять новые знания на практике. Стыдно ведь начать, а потом забросить? Стыдно сдаться, если об этом нужно будет сказать другим. Посему используем даже этот стыд себе во благо! Сообщаем всем вокруг о чтении этой книги и ежедневно отчитываемся об успехах.

Например, вы можете делать это в вашей любимой социальной сети. В первом посте сфотографируйтесь с этой книгой и напишите, зачем вам она и чего вы хотите с ее помощью добиться. И прибавьте обещание читать эту книгу ежедневно и выполнять задания из нее. А затем каждый день выкладывайте фотографию самой понравившейся цитаты из книги и пару слов о выполнении заданий. Поверьте, эти простые действия добавят вам мотивации и помогут не сдаться!

Маячки для обучения

“

Все дело в мыслях. Мысль — начало всего. И мыслями можно управлять. И поэтому главное дело совершенствования: работать над мыслями.

Л. Н. Толстой

”

Начиная свой путь к вожаделенной цели, все мы хотим, чтобы он был легким, быстрым и гладким. Но, увы, так бывает не всегда. А особенно, если вы мама с малышами на руках. У нас, мам, бывают разные дни. Дети постоянно подбрасывает нам сюрпризы, которые часто делают невыполнимыми даже самые простые домашние дела. Что уж там говорить о самореализации и работе!..

Именно поэтому, перед тем как начать свой путь к цели, очень важно найти для себя «маячки». Что-нибудь, на что вы сможете ориентироваться в шторм или в темноте (иначе говоря, если все идет не так, как надо). Если вам виден маяк, вы не заблудитесь в бушующем море и отыщете дорогу домой. То же самое и с обучением — для того чтобы его успешно пройти и применить в жизни, нужно найти ориентиры и за них держаться.

Я хочу предложить вам три мысли-маячка, которые стоит запомнить и повторять себе в сложные моменты. Если эти мысли надежно поселятся в вашем сознании и вы научитесь их осознанно «включать» в момент шторма из проблем, вам гарантирован успех!

Итак, вот наши мысли-маячки для изучения и выполнения заданий из этой книги:

Подумала — сделала!

Нет неудач, есть только опыт!

Наполни себя, тогда ты сможешь отдать другим!

Подумала — сделала!

Только действуя, мы можем менять себя и мир вокруг. Благими намерениями, как известно, выслана дорога в ад!.. Поэтому как только вы находите в этой книге что-нибудь, достойное

применения в вашей жизни, — СРАЗУ ЖЕ это делайте! Учитесь воплощать задуманное почти мгновенно. Пришла замечательная мысль в голову — СРАЗУ ЖЕ сделайте это, если необходимое действие не займет больше 3 минут; либо запланируйте сделать это позже, но в четко определенное время (запишите в ваш планнер и календарь); или хотя бы запишите эту идею в ваш «Банк идей» (в специальный бумажный или электронный блокнот). Отучайтесь мысленно «пережевывать» идеи! Лучше запишите или выполните сразу. Так вы дадите идее реальный шанс на осуществление и освободите свою голову :)

Нет неудач, есть только опыт!

Одна из целей этой книги — вытащить вас из зоны комфорта и подарить вам много НОВОГО. Новые знания, навыки, возможности. Ваша самореализация — вне того, что вам уже известно, понятно, удобно. И даже самые привлекательные новые умения часто могут потребовать гораздо больше сил и времени, чем мы предполагали. Все новое и незнакомое, скорее всего, будет сложным для практического применения. Просто потому, что вы делаете это впервые! И с первого раза это «новое» может не получаться. Именно поэтому так важно научиться не останавливаться и не сдаваться. Научитесь думать о неудачах как об опыте! Выбросьте вообще из вашего лексикона слово «неудача» и вместо него используйте слово «опыт». Если вы вдруг не преуспеете с первого раза, то станете более опытной (а не неудачницей)! Опыт можно проанализировать, взять на вооружение и продолжить попытки. А это как раз то, что нам нужно!

Наполни себя, тогда ты сможешь отдать другим!

Это правило — фундамент для вашей самореализации! Особенно, если вы — мама, жена, хозяйка. Запомните его и сделайте своим жизненным девизом. Важно, что это правило одинаково хорошо работает в двух направлениях: по отношению к вам и к вашей семье.

Первое: если вы без сил, расстроены и устали, то ни о какой самореализации речи идти не может! (Разве что о самой плохонькой. А она нам не нужна.) Поэтому научитесь заботиться о себе: своем здоровье, эмоциях, умственном и духовном развитии. И уже потом думайте о том, как найти дело своей жизни и начать

бизнес. Для самореализации нужны ресурсы. Если у вас этих ресурсов нет, значит, нужно начинать с заботы о себе, а не с работы для других.

(О том, как мама может научиться наполнять себя, я детально рассказываю в моей книге «Источник сил для уставшей мамы».)

И второе: если у вас не хватает сил, времени, вдохновения, чтобы как следует заботиться о своей семье, опять же, не стоит думать о добавлении работы в свой список дел! Если вы хотите преуспеть в работе, ваша семья должна у вас «как сыр в масле кататься», понимаете? Только если ваш муж и дети довольны и счастливы и в доме у вас в порядок, вы можете с головой окунуться в работу. По-другому не получится. Вернее, получится, но, опять же, плохо: и семье будет плохо, и работа будет страдать. Поэтому если вы хотите преуспеть в изучении этой книги и в самореализации, в первую очередь каждый день заботьтесь о себе и своей семье! И будет вам счастье.

(Больше об этом я рассказываю в своей первой книге, «7 заповедей организованной мамы». В ней вы найдете много важных «фишек», для того чтобы организовать свою жизнь и успевать качественно заботиться о семье.)

Итак, вот вам мои напутствия:

Подумала — сделала!

Нет неудач, есть только опыт!

Наполни себя, тогда ты сможешь отдать другим!

Не переживайте, если вам пока не понятно, как все это применить на практике. В каждой главе книги я буду повторять для вас эти мысли-маячки и подсказывать, как практически применить эти принципы!

Основы работы для мам.

К чему нужно быть готовой

Если вы готовы окунуться с головой в мир онлайн-карьеры для мам, вы должны кое-что знать. Наверняка, вы уже в курсе, но все же лучше я вам еще раз это скажу. Чтобы вы точно знали, на что «подписываетесь».

Работающая мама — это не работающий папа!

Когда я начала активно работать, будучи при этом мамой, женой, хозяйкой, я поняла одну вещь: работающая мама — это НЕ работающий папа! Я не могу сравнивать свои возможности и проблемы в работе с аналогичными реалиями моего мужа. И я не должна требовать от себя работать так же, как работает мой муж или любой другой мужчина.

То, что я начала работать, вовсе не говорило о том, что мои обязанности мамы, жены, хозяйки куда-то сами собой испарятся. Нетушки! Дом, кухня, стирка, уборка, детские сопли и подгузники — все это никуда не исчезло (и слава Б-гу). Работа просто ДОБАВИЛА в мой список дел много новых пунктов для выполнения. И это оказалось совсем не легко!..

Работающая мама (даже работающая дома с помощью интернета) — это НЕ работающий папа! Ваш муж просто встает утром, пьет кофе и уходит на целый день в офис с кондиционером :). У вас же в этот день все будет совсем не так! Пока в доме не будет порядка, готовой еды, чистой одежды и тишины, вы не сможете заняться своей любимой работой. А еще вас будут отрывать от работы. (Чаще, чем вам этого хочется.) А еще нужно будет возвращаться к домашним делам. А еще дети вообще могут заболеть, и «прощай работа...»

Если вы хотите стать работающей мамой, то вам совершенно необходимо принять тот факт, что жизнь будет полна форс-мажоров!

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)