

# Как быть ответственным

## Что такое ответственность?

А мы всегда ответственны, хотим мы этого или нет. Ведь ОТВЕТСТВЕННОСТЬ означает "отвечать за совершенное", и всегда наступает, и всегда мы ее несем - осознанно или нет.

Ответственность – это понимание последствий, которые могут повлечь решения или действия самого человека.

Ответственность – это способность осознания того, что качество жизни, уровень успешности и самореализации человека зависят только от него самого.

Ответственность – это готовность исполнять все свои обещания и выполнять все свои обязанности наилучшим образом.

Ответственность – это умение принимать решения в сложных ситуациях не только за себя, но и за тех, кто от тебя зависит.

## Что нам даёт ответственность

1. Ответственность даёт уверенность – в себе и своих силах.
2. Ответственность даёт уважение – как самоуважение, так и уважение со стороны окружающих.
3. Ответственность даёт возможности – для самоконтроля и контроля над внешней ситуацией.
4. Ответственность даёт свободу – от мизантропии; ответственный человек не осуждает ошибок и не впадает в депрессию при виде неадекватного поведения кого-либо; он просто констатирует, что, на данного человека в данной ситуации полагаться не рационально.

Быть ответственным это готовность брать в свои руки все происходящее с тобой: ситуации, проблемы, трудности, неудачи, ошибки, и способность оказывать на них влияние. Быть ответственным в ситуации – это значит быть активным участником всего, что с тобой происходит, действовать, получать результаты и отвечать за эти результаты, какими бы они не были.

Большинство людей считают себя ответственными и если им задать вопрос: «Считаете ли Вы себя ответственным человеком?», то всего получите ответ «ДА». Но когда подходит момент ответить за результаты своих действий, человек начинает сразу же искать отговорки и обвинять в неудачном исходе своих действий любые обстоятельства, других людей.

Вывод можно сделать такой, что человек не понимает всей глубины слова «ответственность», на что она распространяется и в чем участвует. Человек не осознает, что значит быть на 100% ответственным, чтобы воспользоваться силой ответственности. **Сила ответственности** заключается в том, что она открывает человеку его уникальные природные возможности меняться, становиться лучше, совершенствоваться абсолютно во всем.

И для того чтобы понять откуда берется ответственность у человека перейдем к следующему вопросу:

## Когда мы ответственны чаще всего?

1. Мы ответственны чаще всего тогда, когда нас обязывают обстоятельства или когда мы просто вынуждены стать ответственными, потому что нечто очень важное может произойти без нашего участия, если мы пустим это на самотек.
2. Важность ситуации для нашего будущего является главной мотивацией стать ответственным. Человека мотивируют быть ответственным деньги или повышение своего авторитета в глазах других людей.
3. Мы ответственны во всем, что для нас очень важно и последствия чего нас пугают. К примеру, если к тебе за помощью обратился близкий человек или просто один из твоих знакомых, то вероятнее всего в первую очередь будет выполнено поручение того, кто для тебя важнее. Причин быть ответственным огромное количество и для каждого они создают индивидуальную, разную по силе мотивацию.

### **Причины нашей безответственности:**

1. Чаще человек хочет быть ответственным, но его неосознанность не дает ему стать ответственным, потому что каждый раз включается защита, когда он чувствует себя в опасности перед боязнью чувствовать себя виноватым или быть покритикованным другими. Человек может хотеть измениться и старается для этого что-то сделать, но он постоянно выходит из режима осознанности и начинает следовать своей старой модели поведения жертвы, которая ни в чем не виновата и вообще случайно оказалась там.
2. Боязнь быть ответственным – боязнь трудностей и выхода из зоны комфорта. Боязнь быть ответственным за свою ошибку, чтобы не напрягаться и не исправлять ее.
3. Одна из причин - это непонимание, что ты причина всему в этой жизни и результаты, твоей жизни сегодня это следствие твоих действий вчера. Закон урожая: «Что посеешь, то и пожнешь».
4. Если человек привыкает быть безответственным в чем-то одном, то и других вещах он становится таким же. Человек цельный и его привычки проявляются абсолютно во всем. Сущность человека видно издалека.

### **Как быть ответственным в отношениях с людьми?**

Глупо было бы пренебречь доверием окружающих, если твое окружение составляет 50% успеха и даже больше.

Быть ответственным в отношениях это умение держать свое слово и выполнять намеченное в обещанные сроки. За проявленную честность по отношению к окружающим приходит доверие и уважение.

Чтобы быть ответственным необходимо осознанно давать обещания другим. То есть прежде чем что-то обещать, обязательно подумать, исполнишь это или нет. Не стоит давать обещаний, в которых сомневаешься сам. И еще очень важное условие, если дал обещание, то, считай, бросил себе вызов, считай, что ты решил проверить ваше доверие на прочность и это мероприятие обернется успехом, если ты исполнишь обещанное. Старайся до последнего, сделай все, что только можно, разбейся, но выполни обещание и тебя будут уважать и ценить.

И еще если ты хочешь чтобы тебя окружали ответственные люди и доверяли тебе необходимо в первую очередь самому стать таким.

Подобное притягивает подобное!

## Как быть ответственным в достижении целей?

Быть ответственным в достижении целей это всегда и во всем быть честным с собой.

Начиная достигать любой цели, ты можешь многого не знать и не уметь. Много может не получаться с первого раза, но это не самое главное. Самое важное это быть честным с собой и ответственно выполнять все данные себе поручения.

Ответственность по отношению к самому себе это проверка себя на вшивость. Если ты, по каким либо причинам, не выполнил важную задачу, то должен ответственно подойти к своему промаху. Разобраться с ним и выяснить, почему ты себя подвел. После этого дать себе обещание, что больше подобно не повториться. И начать все с начала!

Есть одно **правило**: Не планируй на следующий день те действия, которые не собираешься выполнять. Что это значит? В момент планирования, у тебя должна быть уверенность, что то, что ты записал, будет выполнено. Если в момент планирования ты чувствуешь что взял слишком много работы и сомневаешься, что справишься с ней, просто сократи количество задач, до такого количества, пока не почувствуешь уверенность. Можно записать себе 5 – 8 сложных задач, сомневаясь, что их выполнишь, а когда наступит следующий день, можно вообще не начать работу. Потому что ты не веришь что справишься и от того даже не приступишь к работе. Это не однократно было у меня и у других людей.

Поэтому ответственно подходи к планированию на следующий день и устанавливай себе нагрузку соизмеримую с твоими возможностями и уровнем развития в данный момент. В будущем ты сможешь выполнять на много больше, а пока не спеши давать себе слишком высокие нагрузки.

### Несколько ежедневных действий, для того чтобы стать человеком с безупречной ответственностью!

**1.** Перейди к осознанной ответственности. То есть каждое твое решение должно быть не спонтанным, а взвешенным.

**2.** Ежедневно тренируйся не подводить себя. Для этого ежедневно поручай себе по 3 обещания и безупречно выполняй их. Если чувствуешь, что не справляешься, то работай до момента, пока не закончится время, так у тебя появится дополнительная уверенность, что когда тебе будет трудно, ты не опустишь руки раньше времени и будешь биться до конца.

**3.** Ежедневно работай над развитием своей дисциплины. Дисциплина подобна мышце в теле, которая увеличивается с ежедневными тренировками. Мышца становится, сильнее, когда повышаешь нагрузки.

**4.** Помни, что дисциплина и ответственность тесно связаны друг с другом, поэтому, развивая одно, другое автоматически становится лучше.

**5.** Каждое данное обещание себе или другому человеку должно быть осознанным. Поэтому прежде чем что-то пообещать обязательно подумай, а как только решился, сразу же твердо обещай другому человеку выполнить сказанное и установи время.

**6.** Безупречная ответственность это готовность всегда признавать свои ошибки. Поэтому каждый вечер анализируй свой день. И находи все, что тебе не нравится. Делай это с целью, чтобы завтра исправиться и стать лучше.

7. Создай для себя личную миссию и стремись всеми силами следовать ей. Что такое личная миссия – кодекс твоих правил и принципов, которые ты не имеешь права нарушить. Следуя этим правилам, ты автоматически становишься лучше. Поэтому составь список из 10 – 15 личных полезных для себя качеств, следуя которым ты будешь чувствовать, что становишься лучше.

Вот пример нескольких предложений из твоего возможного кодекса:

1. В общении с людьми я всегда дожидаюсь, пока человек выскажется, а за тем даю ему обдуманый ответ.
2. Я верю в себя, я верю, что все в этом мире для меня возможно и чем больше я действую, чем больше я допускаю ошибок, тем быстрее достигаю своей цели.
3. Время для меня самый бесценный ресурс я всегда об этом помню и поэтому использую его для получения опыта и развития.
4. Я всегда говорю человеку правду в глаза как можно мягче без критики.

Каждый, кто принимает решение взять ответственность на себя, автоматически ставится лидером ситуации и способен повести за собой людей.

**Закон ответственности** действует абсолютно во всем и, взяв ответственность за каждый аспект своей жизни, его можно изменить. Если берешь ответственность, ты можешь измениться, не берешь, вряд ли изменишься.

Не знание закона ответственности не избавляет от его влияния на твою судьбу!