



## Как школьный багаж влияет на успех во взрослой жизни

### 1) Ориентация на оценку учителя

**Как мешает:** не развиваем способность адекватно себя оценивать и слишком зависим от оценки случайных людей.

**Что делать:**

Вспомните, как на вас влияла оценка учителя, и напишите, как это сейчас воспроизводится в вашей жизни

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Как вы можете иначе оценивать себя, по каким критериям?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Что вам нужно сделать, чтобы оценивать себя по своим критериям, а не по оценке случайных людей?

.....  
.....  
.....  
.....



## Как школьный багаж влияет на успех во взрослой жизни

### *2) Модель беспрекословного авторитета*

**Как мешает:** зависим от готовых решений и “как надо”, от инструкций и сценариев.

**Что делать:**

Выпишите вопросы, ответы на которые вы ищите у авторитетов

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Какой был результат по внедрению ответов и решений, которые вы получили?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Какие реалии вашей жизни / работы расходятся с этими решениями?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Как школьный багаж влияет на успех во взрослой жизни

### *3) Не развитая или подавленная самоорганизация*

**Как мешает:** хромает самоорганизация и самодисциплина, зависимость от навязанного графика, снижение эффективности.

**Что делать:**

На что вы больше всего полагаетесь в планировании рабочего дня?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Как выглядят ваши попытки вписать себя в “чужой” график?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Как выглядит идеальный для вас рабочий день? Что вы можете сделать, чтобы он был реальностью?

.....  
.....  
.....  
.....



# Как школьный багаж влияет на успех во взрослой жизни

## 4) Установка "делать для оценки" или "для галочки"

**Как мешает:** тратим силы и время на то, что не способствует реальным целям, и на что не мотивации.

**Что делать:**

Выпишите цели, которые вас мотивируют и к которым вы на самом деле стремитесь:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Дела, которые делаются "для галочки"

Дела, которые способствуют целям

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## Как школьный багаж влияет на успех во взрослой жизни

### *5) Подстраивается под случайно сложившийся социум*

**Как мешает:** эффект “крабьего ведра”, чужие ценности, сбитые прицелы, подверженность манипуляциям.

**Что делать:**

Что вам нужно получать от социума, чтобы добавиться своих целей?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Какой социум мне это даст?

.....  
.....

От какого социума мне нужно отказаться?

.....  
.....

Что нужно сделать, что войти в нужный социум и отказаться от ненужного?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## *Клуб-Лаборатория "Метод Райнхолдт"*

Если вам:

- Близок мой подход
- Хочется получить помощь, обратную связь и более подробный разбор в предложенном анализе
- Нужна помощь в переходе к активным действиям
- Хочется получить доступ ко многим другим инструментам для развития бизнеса и проекта
- Хочется научиться использовать ментальные модели, анализ и прикладную медитацию для повышения эффективности своей деятельности
- Нужна поддержка в ведении ваших проектов
- Не хватает поддерживающего сообщества своих

Вам, вероятно, будет интересно в нашем Клубе-Лаборатории.

Узнать подробнее и записаться можно здесь: [https://  
olgareinholdt.ru/club](https://olgareinholdt.ru/club)