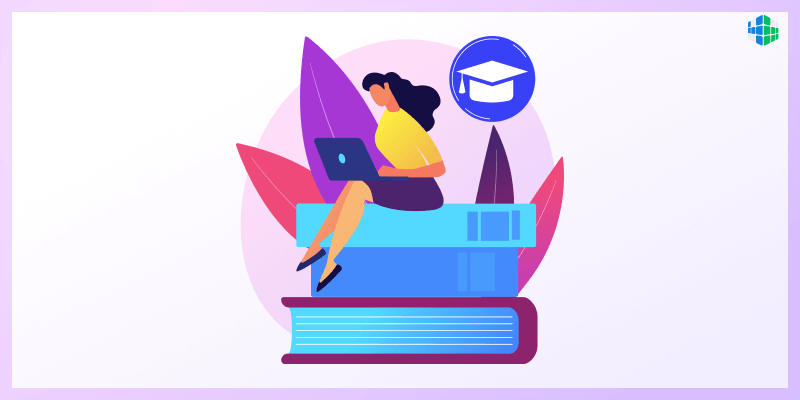
**Секреты самообразования**

[](https://4brain.ru/friday/?utm_source=4brainmail&utm_medium=img&utm_campaign=spm_352&dw=BLACKBRAIN)

Вы решили заняться самообразованием? Прекрасно! Но это лишь начало долгого пути. Что дальше? Какие вопросы вас гложут?

Сегодня мы решили поговорить с вами о самообразовании: почему им важно заниматься, как и с чего начать, какие существуют методы, техники и подходы. А еще мы дадим ценные советы и ответим на часто задаваемые вопросы.

**📊 Некоторые цифры**

**2-3 раза**

В неделю — оптимальная частота занятий.

**В 1993 г.**

Профессор Лесли Воткинс ввел понятие Life-long learning.

**3-5 источников**

Это минимум ресурсов для изучения осваиваемой темы.

**Life-long learning** — это обучение на протяжении всей жизни, постоянное, добровольное и самомотивированное стремление к знаниям по личным или профессиональным причинам.

❓**5 причин заниматься самообразованием**

Начнем раскрывать секреты уже сейчас и расскажем, какие преимущества вы получите, внедрив принцип непрерывного обучения в свою жизнь:

* Самообразование ускорит ваше движение по карьерной лестнице и поможет открыть свое дело.
* Вы повысите самооценку и уверенность в себе.
* Умные и эрудированные люди более привлекательны.
* Самообразование ценно само по себе: вы будете получать удовольствие от самого процесса.
* Вы станете улучшенной версией себя.

Разве все это не заманчиво?

📚 Полезные материалы

Наверняка вам знакома ситуация, когда вы ставите себе цель и делаете к ней уверенные шаги, но в какой-то момент этот процесс идет не в ту сторону, и вы бросаете свою затею. С самообразованием случается так же, когда нет четкого плана и понимания, что и как учить. Но даже если с планом все понятно, возникает следующая преграда – самодисциплина, нехватка времени, мотивации и другие составляющие «плохой компании». В данном блоке разбираемся со всеми этими вопросами:

* «[План самообразования](https://4brain.ru/blog/%D0%BF%D0%BB%D0%B0%D0%BD-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F/)»
* «[Интерливинг для самообразования](https://4brain.ru/blog/%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B8%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B3-%D0%B4%D0%BB%D1%8F-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F/)»
* «[Дисциплина при самообразовании](https://4brain.ru/blog/%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%86%D0%B8%D0%BF%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8/)»
* «[Как создать систему постоянного обучения](https://4brain.ru/blog/lifelong-learning/)»
* «[Как создать свою систему самообучения](https://4brain.ru/blog/%D1%81%D0%B2%D0%BE%D1%8F-%D1%81%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%B0-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F/)»
* «[Зачем учиться всю жизнь: разбираемся в смысле образования и самообразования](https://4brain.ru/blog/zachem-uchitsja-vsju-zhizn/)»

🙃 Для любознательных



Прежде чем изучать этот блок, определите для себя: вы точно горите желанием освоить навык и готовы жертвовать временем на развлечения и удовольствия? Или же ваша мотивация состоит в том, что «было бы неплохо»? За настоящей целью вашего самообразования скрывается огромный потенциал мотивации, который будет работать на вас, только если вы правильно расставите приоритеты. Ну а наши советы помогут сделать процесс обучения еще более эффективным и приятным:

* «[Обучение длиною в жизнь: 5 рекомендаций](https://4brain.ru/blog/life-long-learning/)»
* «[5 моделей и техник для самообразования](https://4brain.ru/blog/5-edumodels-video/)»
* «[Советы для эффективного самообразования](https://4brain.ru/blog/%D1%8D%D1%84%D1%84%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B5-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5/)»
* «[Часто задаваемые вопросы при самообразовании и ответы на них](https://4brain.ru/blog/%D0%B2%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%8B-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8/)»
* «[Рекомендации по самостоятельному обучению](https://4brain.ru/blog/%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%BF%D0%BE-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8E/)»

📌 Это полезно

Возможно, вы уже определили вектор своего развития и наметили план, а возможно, вы только в начале пути и хотите определиться, с чего начать. В любом случае сейчас самое время инвестировать в себя!

В седьмую пятницу на неделе мы продолжаем [большую распродажу знаний](https://4brain.ru/friday/?utm_source=4brainmail&amp;utm_medium=link&amp;utm_campaign=spm_357&amp;dw=BLACKBRAIN)! По промокоду**BLACKBRAIN**  вас ждут **скидки до 75%** на все курсы от 4brain! Но знаний много не бывает, поэтому мы собрали в одном месте скидки и от наших партнеров. Выбирайте курс и начинайте путь к лучшей версии себя!