****

**Правила хорошего настроения**

**Правило 1.**

Как минимум, улыбнитесь коллеге, возможно, получите улыбку и хорошее настроение в ответ.  
  
**Правило 2.**

Какая атмосфера в коллективе? Может, стоит сделать комплименты коллегам и пожелать удачного рабочего дня. Очень часто человек счастлив от ощущения важности общего дела и своей роли в нем.  
  
**Правило 3.**

Подумайте о перспективах своего проекта. Быть может, сейчас он продвигается с трудом, но впереди наверняка ждет похвала, а, может, и премия. Или даже продвижение по службе!  
  
**Правило 4.**

Немножко домашнего уюта наполнит душу теплом. Будь-то цветок на подоконнике в кабинете или фото любимого на столе, или любимая музыка в плеере, если вы работаете не в офисе.  
  
**Правило 5.**

Помечтайте о перерыве. Чай? Кофе? Капуччино? Просто поболтать с коллегами обо всем? А, может, об отпуске? Море, солнце пляж? Дальние страны? Или просто поваляться на диване? Заманчиво? А теперь можно бросаться в работу с удвоенным энтузиазмом.  
  
**Правило 6.**

Если вас не устраивает размер зарплаты и нет никакой возможности ее повысить, но сама работа при этом нравится, возможно, стоит подумать, что вы приобретаете неоценимое – опыт работы и большие перспективы в дальнейшем.  
  
**Правило 7.**

За достигнутый, пусть даже самый минимальный, результат поощряйте себя. Добрым словом. Или чем-нибудь вкусненьким. Проведите занятие по самовнушению.  
  
**Правило 8.**

Порадуйтесь, что можете постоянно пополнять свой багаж знаний. Прогресс не стоит на месте, а это значит, что гибкость мышления и способность принимать правильные решения сделают вас высококлассным специалистом.

**Правило 9.**

Найдите минутку и посмотрите на себя в зеркало. Ведь наверняка там красивая, ухоженная женщина, которой очень к лицу сиреневый/бежевый/синий/серый цвет.  
  
**Правило 10.**

Жизнь прекрасна! Помните, что у вас есть возможность выполнять свою работу наилучшим образом, получать похвалы и премии, быть ценным сотрудником, с мнением которого считаются. В конце концов, и лучшего друга или спутника жизни можно найти благодаря работе.  
  
 Позитив есть в каждом дне, он вокруг нас. Стоит только оглянуться, поделившись улыбкой и радостью с другими, и вы сделаете мир вокруг чуточку добрее! А позитив в работе – это очень важно. Если в вашей душе и вокруг вас царит хорошее настроение, то удача и процветание обязательно ждут вас!