

Эта книга принадлежит

Контакты владельца

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Эту книгу хорошо дополняют

Цельная жизнь

Лес Хьюитт, Джек Кэнфилд,

Марк Виктор Хансен

Личное развитие

Стив Павлина

Никогда не ешьте в одиночку

Кейт Феррацци и Тал Рэз

Les Hewitt, Andrew Hewitt
Luc d'Abadi

The Power of Focus for College Students

Health Communications, Inc.

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Лес Хьюитт, Эндрю Хьюитт,
Люк д'Абади

Цельная жизнь для студентов

Как инвестировать образование
в ваш успех

Перевод с английского Владимира Хозинского

Издательство «Манн, Иванов и Фербер»
Москва, 2012

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

УДК 331.53
ББК 65.240.591
Х98

*Издано с разрешения Health Communications, Inc.
и литературного агентства Nova Littera*

Хьюитт, Л.
Х98 Цельная жизнь для студентов / Лес Хьюитт, Эндрю Хьюитт, Люк д'Абади ; пер. с англ. Владимира Хозинского. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2012. — 272 с.

ISBN 978-5-91657-242-1

Перед вами настоящее руководство к действию для студентов вузов, которые скоро пустятся в самостоятельное плавание. Оно также — находка для родителей, которые стремятся дать верный старт в жизнь своим детям. Знаменитый бизнес-тренер Лес Хьюитт и его соавторы предлагают простую и эффективную методику выбора и достижения цели путем выполнения пошаговых стратегий.

Эта книга предлагает вам рассматривать вуз как территорию возможностей и с самого начала занять активную позицию. Прочитав ее, вы вместо ориентации на диплом сосредоточитесь на получении опыта в области ваших интересов и установлении крепких профессиональных связей. Задача авторов амбициозна, но вполне достижима: в вузе вы должны научиться не выживать, а блистать! Следом придет и успешность, и четкое понимание цели, и финансовая независимость.

УДК 331.53
ББК 65.240.591

Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

VEGAS LEX

© Health Communications, Inc., 2005
© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2012

ISBN 978-5-91657-242-1

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Оглавление

Предисловие	12
Введение. Почему подавляющее большинство студентов не может определиться с выбором карьеры, а потом — найти достойную работу?	13
Каково же решение?	14
Проверено, правдиво — как принципы работали на нас ...	15
Польза! Польза! Польза!!!	17
Для кого эта книга будет наиболее полезной?	18
Как сделать так, чтобы книга принесла пользу именно вам	18
Стратегия № 1. Заставляем вуз работать в XXI веке	20
Информационный век	22
Что нужно работодателям	23
Мир изменился	24
Успех в вузе в информационный век	24
Как увеличить окупаемость инвестиций	28
Формула нацеленности на опыт	29
Выйдите за пределы зоны комфорта	35
Выводы	39
Практические шаги	41
Стратегия № 2. Зажгите внутренний огонь	44
Сила страсти	46
Что разжигает огонь именно в вас?	51

Собираем Passion Puzzle	53
Изучите ваши понятия о профессиях	61
Выводы	65
Практические шаги	67
Стратегия № 3. В верном ли направлении вы движетесь?	72
Профессиональный «компас» по направлениям будущей деятельности	72
Направление: НС	76
Направление: ИП-ВБ	78
Направление: ИП	80
Направление: ВБ	80
Направление: УС	82
Направление: ТП	84
Выводы	88
Практические шаги	90
Стратегия № 4. Ваши привычки определяют ваше будущее	92
Что такое привычка?	94
Успешные привычки для студентов	96
Оптимальная привычка: принципиальность	100
Формула успешных привычек	104
Выводы	108
Практические шаги	110
Стратегия № 5. Провалить планирование = планировать провал	114
Начинайте, думая о завершении	116
Обновляйте резюме — получайте опыт	117
Больше денег — больше проблем	121
Создание надежного плана	123
Система умных целей	124
Семестровая система	127
Мысли по-крупному	129
Выводы	132
Практические шаги	134

Стратегия № 6. Хватайте руль — и жмите на газ!	139
Препятствие № 1. Привычка откладывать	139
Четыре способа борьбы с привычкой откладывать	142
Препятствие № 2. Страх	145
Азбука страха	145
Четыре способа борьбы со страхом	148
Настройтесь на решение	152
Норма социального взаимодействия	154
Сила просьб и вопросов	159
Почему мы боимся просить?	160
Выводы	162
Практические шаги	164
Стратегия № 7. Важно не то, что вы знаете,	
а кого вы знаете	167
Восемь способов понравиться каждому	168
В спорте важна команда, в жизни — сеть	174
Трехшаговая система нетворкинга	177
Ваша нетворкинг-среда	182
Вы тот, с кем общаетесь	185
Выводы	189
Практические шаги	191
Стратегия № 8. Ваше финансовое будущее начинается	
прямо сейчас!	196
Выберите финансовое будущее, которое вы хотите	199
Вариант финансового будущего № 1. Пенсия	200
Вариант финансового будущего № 2.	
Финансовая свобода	201
Достижение финансовой свободы	204
Вариант финансового будущего № 3. Тратьте больше,	
чем зарабатываете	209
Хороший долг / плохой долг	210
Минимизация плохого долга	211
Выводы	214
Практические шаги	216

Стратегия № 9. Покоряем вершину	220
Жизнь с целью	223
Жизнь с мечтой	224
Нацельтесь и познавайте	226
Путешествие к мечте	230
Стоп-люди	232
Выживаем в холоде	234
Преодолеваем лавины	234
Готовься, целься.... <i>действуй!</i>	236
Выводы	239
Практические шаги	241
Заключение. Ваше будущее в ваших руках	245
Благодарности	247
Об авторах	250

Посвящения

Лес

Любому, кто собирается поступить в высшее учебное заведение.

Неважно, откуда вы и кто вы сейчас, — воспользуйтесь этой золотой возможностью и заложите фундамент будущего, в котором вас ждут знания, любовь к своему делу и финансовая свобода.

Эндрю

Маме и папе:

Спасибо за то, что дали мне корни, чтобы я рос сильным, крылья — чтобы летал, и свободу — чтобы делал ошибки.

Люк

Джоанне и Дре:

Без вас я никогда не получил бы пользы от университета.

Предисловие

Я отношусь к учебе серьезно — как и авторы этой книги. Нельзя недооценивать образование. Оно — фундамент, а фундамент важен всегда. Я также осознаю важность целеустремленности при реализации задуманного. Без целеустремленности даже титанические усилия не принесут результатов. Я называю это «стремление без достижения».

Вот лишь один из нетривиальных советов авторов книги: намного выгоднее блистать, чем просто идти по накатанной — и в университете, и после его окончания — дороге. Вы достигнете этого, сконцентрировавшись на том, чем занимаетесь. Кроме того, вы поймете, почему столь важно развить в себе целеустремленность. Концентрация на цели станет помогать вам на протяжении всей жизни. Я гарантирую.

Не стоит учиться на своих ошибках — зачастую это бывает слишком поздно и дорого. Вы отлично инвестируете время, если прочитаете эту книгу.

Сильные люди — люди целеустремленные. Нацельтесь на эту книгу — и вперед.

Увидимся на вершине,
Доналд Трамп

Введение

Почему подавляющее большинство студентов не может определиться с выбором карьеры, а потом — найти достойную работу?

Дорогой студент (или читающий книгу родитель)!

Каждый год все больше молодых людей подвергаются воздействию опасного феномена: выпускники вузов все чаще остаются без работы или застревают на бесперспективных должностях. Более пятой части выпускников не могут найти работу в течение шести месяцев после выхода в реальный мир. Но что еще ужаснее — 70% разочаровываются в выбранной профессии за первые пять лет работы.

Так чем же отличаются от этих несчастных оставшиеся 30% успешных студентов?

Об этом и рассказывает наша книга. Применяя феноменально успешные принципы нашей книги «Цельная жизнь»* к университетским реалиям, мы открыли уникальную формулу успеха. Главное — научиться ставить цели, стремиться к их достижению и, что гораздо важнее, — понять, какую цель нужно ставить. К сожалению, этой формуле не учат в аудиториях, и лишь немногие студенты знают о ее существовании.

* Лес Хьюитт. Цельная жизнь. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2011

Мы живем в информационный век, и потому путь к успеху в учебном заведении в наши времена отличается от пути 25-летней давности. Традиционный рецепт — получить диплом с хорошими оценками в уважаемом вузе — уже не работает. Работодателям нужны не просто люди с хорошими дипломами. Да и сами выпускники мечтают теперь о самореализации, а не только о зарплате.

И хотя вуз — фантастическая возможность подготовки к великому будущему, получение диплома — лишь незначительный элемент того, что необходимо для успеха. Второй диплом может показаться простым решением. Но не все так просто. Нужное нечто глобальное.

Каково же решение?

В сумме мы инвестировали в университетскую жизнь 11 лет, пока не нашли ответ на этот вопрос. Мы не только получили дипломы, но и прочли горы книг по профессиональному развитию, провели исследования, пообщались с сотнями студентов и тщательно изучили полученные результаты. Мы смогли определить основные вызовы, с которыми сталкиваются студенты (мы и сами столкнулись с ними когда-то):

- проблема с принятием решения о будущей профессии;
- отсутствие знаний о том, как получить навыки и опыт, необходимые работодателю;
- мучительные попытки решить денежные проблемы;
- «завалы», вызванные заданиями и сроками;
- неопытность в вопросах налаживания межличностных и профессиональных отношений;
- преодоление лени и страха;
- конкурирование в целях получения хорошей работы после окончания вуза.

Мы сделали множество попыток и совершили огромное количество ошибок, прежде чем нашли решение — и решение сработало отлично!

Оно заключается в развитии того, что мы называем «мышление, ориентированное на опыт», и в применении принципов успеха, которым не учат в учебных заведениях. Вы тоже можете развить такой тип мышления и научиться использовать эти принципы, узнав из нашей книги о девяти стратегиях.

Знания Леса Хьюитта помогли нам расширить стратегии целеполагания далеко за пределы вузовского опыта.

Вместе мы смогли сформулировать наиболее мощные принципы успеха нашего времени — а потом перевели их на студенческий язык, применили к студенческой жизни и описали так, чтобы было весело читать и легко применять.

Результат — руководство, которое, по сути, рассказывает, как сделать годы в университете вашей лучшей инвестицией жизни!

Проверено, правдиво — как принципы работали на нас

Когда мы только поступили в университет, мы думали, что необходимо быть в списке отличников и стремиться к получению диплома — и тебя ждет успех.

Мы чертовски ошибались!

После двухлетнего применения этого подхода мы так и не поняли, какую профессию выбрать и чем нам хочется заниматься. Мы понятия не имели о том, как налаживать отношения, как требовать то, что нам нужно, как решить денежные проблемы. Мы были слепыми подростками в мире взрослых, где неопределенность и разочарования обрушивались на нас со всех сторон. А мы, испуганные, жались друг к другу в темноте! И этот страх и разочарования привели

к революционной смене нашего мышления. Мы поняли, что для создания хорошего будущего для нас — а это причина № 1, по которой человек идет учиться в вуз, — нужно срочно сменить принципы игры.

Мы начали рассматривать вуз как территорию возможностей, где следует получить ценный жизненный опыт, а не просто как учреждение, выдающее долгожданную бумажку. Следующие три года резко отличались от первых двух. Наш новый подход привел к беспрецедентному личному успеху, удивительным приключениям и общенациональному признанию. Мы поняли, какие профессии нам интересны, познакомились с сотнями похожих на нас студентов, начали получать приглашения на работу из крупнейших компаний страны. Кроме того, мы научились вести за собой людей, разрешать конфликты, действовать решительно и налаживать длительные отношения — а именно эти навыки нужны работодателям.

Вместе мы объездили 50 городов в 22 странах — и все посредством программ обмена. Наша сеть друзей, профессиональных и деловых знакомых насчитывала тысячи человек. Мы продолжаем общаться со многими из них, и эти люди помогают нам открывать двери, которые мы не сможем открыть самостоятельно. Возможности сами шли в наши руки, мы даже составили план успешной карьеры (который со временем превратился в приносящую доходы компанию). В итоге вуз оказался чертовски выгодной инвестицией!

Мы покажем вам этот путь — шаг за шагом. И вы поймете, что окупаемость у него невероятная — вы сможете получить отличные результаты и создать для себя действительно желаемое будущее.

Когда мы проводили наше исследование, мы нашли лишь незначительное число книг, обучавших студентов успешным стратегиям, которыми пользовались мы сами. Наша

книга — продукт стремления к цели по улучшению жизни студентов. Мы гарантируем, что она даст вам знания и инструменты, необходимые для превращения времени обучения в вузе в лучшую инвестицию вашей жизни.

Польза! Польза! Польза!!!

Хотите понять, какая карьера лучше всего подходит вам? Хотите узнать, как студенты находят работу в ведущих компаниях до того, как получают диплом? Помощь в определении карьеры и следовании выбранным путем — лишь начало того, чему учит эта книга. Также вы узнаете:

- испытанный метод достижения финансовой независимости и реальный механизм работы денег;
- способ преодолеть два величайших препятствия, мешающих достичь желаемого;
- трехшаговый процесс превращения любой случайной встречи в ценный контакт;
- простую формулу превращения вредных привычек в полезные;
- благодаря чему 3% успешных студентов Йельского университета добиваются большего успеха и зарабатывают больше денег, чем 97% их сокурсников.

Вы также сможете:

- определять смысл жизни и исполнять мечты;
- легко понять, что действительно интересно для вас;
- познакомиться с потрясающе действенным методом поиска работы, который, как доказано, в 21 раз эффективнее подачи заявлений онлайн и в 12 раз эффективнее направления резюме.

Для кого эта книга будет наиболее полезной?

Эта книга для студентов любого курса. Книга поможет определиться в выборе пути студенту любого профиля — от изящных искусств до предпринимательства и инженерного дела.

Внимание!

*«Цельная жизнь для студентов» — это **не** книга с советами и уловками, позволяющими выжить в вузе.*

Мы не учим вас выживать. Мы не хотим, чтобы вы просто выжили, мы хотим, чтобы вы блистали! Эта книга — намного больше, чем сборник советов по учебе, написанию резюме и выбору блюд в университетском или институтском кафе.

Центральная идея книги — помощь в создании крепкого фундамента, на котором можно воплощать мечты.

Немногие студенты знают эти принципы. А знают их те самые 30%, обожающие свою работу и добившиеся в ней успеха. Применение правил, о которых вы узнаете из этой книги, в вашей жизни сделает и вас членом этой группы.

Как сделать так, чтобы книга принесла пользу именно вам

Вы добьетесь намного большего, если действительно прочтете эту книгу, а не положите ее под подушку и попытаетесь учиться во сне. А еще возьмите ручку. Зачем? Чтобы делать пометки на полях, обводить или подчеркивать ключевые идеи, а главное — заполнять «Практические шаги» в конце описания каждой стратегии. Именно это даст возможность взять все изученное вами и воплотить в жизнь! Именно в этот момент и начнется реальное обучение. Если вам действительно хочется впитать эти принципы и добиться

потрясающих результатов, вы обязательно должны сделать эти задания.

Давайте начнем — обратный отсчет до дня получения диплома начался!

Желаем успеха,

Эндрю Хьюитт, Люк д'Абади



Почитать описание и заказать
в МИФе

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:  

Проза:  

Детские книги:  