

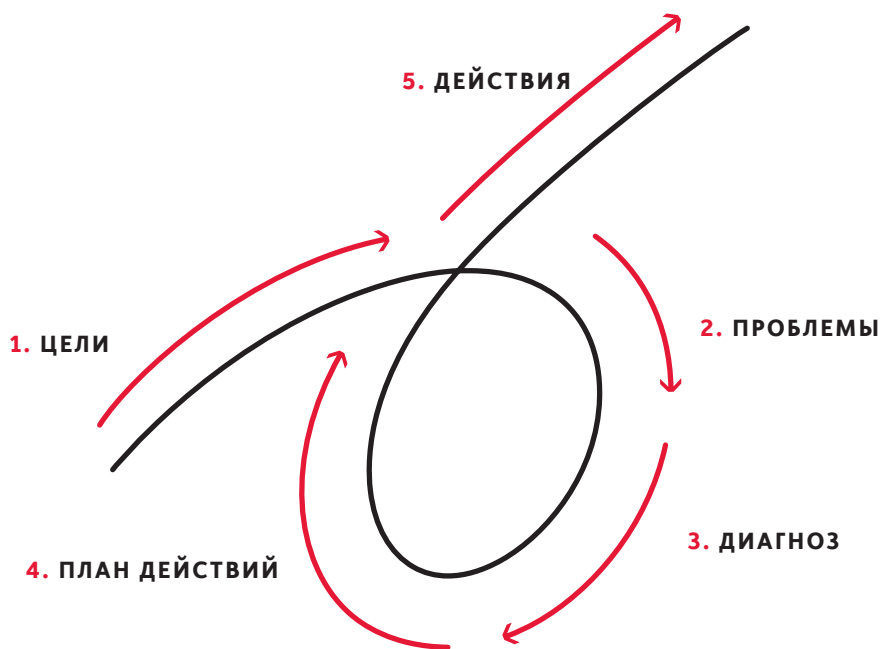
**2. Сделайте
«Пять шагов»,
чтобы получить
то, что хотите
от жизни**

По моему мнению, индивидуальное развитие — петля, о которой шла речь в предыдущей главе, — состоит из пяти отдельных этапов. Если вы научитесь следовать им, вы почти наверняка добьетесь успеха. Ниже их краткие формулировки.

- 1. Ставьте перед собой четкие цели.**
- 2. Выявите проблемы, стоящие у вас на пути, и не миритесь с ними.**
- 3. Проанализируйте эти проблемы, чтобы понять причины.**
- 4. Разработайте план, который поможет вам справиться с проблемами.**
- 5. Делайте все необходимое, чтобы воплотить свой план и получить результат.**

В совокупности эти пять шагов образуют петлю, как показано на рисунке со следующей страницы. Давайте проанализируем этот процесс подробнее.

Во-первых, вам необходимо решить, к чему стремиться. Выбор целей определит направление вашего движения. На пути к ним вы неизбежно столкнетесь с проблемами. Некоторые из этих проблем заставят вас увидеть собственные слабости. Как вы справитесь с болью, которую это вызовет, зависит от вас. Если хотите добиться своих целей, вам следует сохранять спокойствие и придерживаться аналитического подхода, чтобы точно диагностировать возникшие



проблемы, разработать план, который поможет с ними справиться, и делать то, что необходимо, чтобы добиться результата. После этого у вас появятся новые цели, и весь процесс повторится. Для динамичного развития вам придется делать это быстро и постоянно, каждый раз устанавливая для себя более высокую цель.

Для достижения успеха вам придется качественно выполнять каждый из этих шагов и каждый раз в установленной последовательности. Так, когда вы выбираете цели, сосредоточьтесь на их формулировке. Не думайте о том, как вы их достигнете или что будете делать, если что-то пойдет не так. Когда вы диагностируете проблемы, не думайте о том, как будете их решать, просто диагностируйте. Размывание этих этапов ведет к снижению качества результатов, потому что мешает выявлению настоящих проблем. Это циклический процесс: качественное выполнение каждого шага снабжает вас информацией, необходимой для перехода к следующему этапу и качественному его выполнению.

Важно, чтобы к этому процессу вы подошли хладнокровно и рационально, были способны оценить самого себя с более высокого уровня и при этом предельно честно. Если эмоции берут верх, сделайте паузу, пока не сможете мыслить беспристрастно. При необходимости обратитесь за советом к рассудительным и хладнокровным людям.

Чтобы не терять концентрации и эффективности, представьте, что ваша жизнь — это боевое искусство или игра, цель которой — преодолеть препятствие и добиться результата. Как только вы примете правила игры, вы привыкнете к дискомфорту, сопровождающему постоянное чувство неудовлетворенности. Вам никогда не удастся делать все идеально: ошибки неизбежны, важно осознать и принять это. Хорошая новость в том, что каждая допущенная вами ошибка может вас чему-то научить. Нет границ у процесса обучения. Вскоре вы поймете всю бессмысленность подхода «это нелегко», или «это несправедливо», или «я с этим не справлюсь» и увидите, что настойчивость и целеустремленность приносят плоды.

А если у вас нет всех навыков, необходимых для достижения успеха? Не переживайте: это верно в отношении любого человека. Вам просто следует знать, когда они понадобятся и куда обратиться, чтобы их получить. По мере накопления опыта вы будете играть

в эту игру со спокойной непоколебимой целеустремленностью даже в неблагоприятных обстоятельствах. Ваша способность получать желаемое будет вдохновлять вас. Давайте подробнее рассмотрим каждый из пяти шагов.

2.1. Ставьте перед собой четкие цели.

а. Определите приоритеты: вы в состоянии получить почти все, что хотите, но вы не можете получить абсолютно все. Жизнь похожа на огромный шведский стол, ломящийся от таких изысканных яств, которые вы даже не мечтали попробовать. Выбор цели иногда означает, что вам нужно отказаться от того, чего вам хочется, чтобы получить то, чего хочется еще больше. И вот тут-то некоторые впадают в ступор: они не решаются отказаться от благоприятной возможности из страха упустить что-то другое и в итоге преследуют слишком много целей одновременно и не добиваются ничего или почти ничего. Не впадайте в отчаяние, и пусть вас не смущает обилие вариантов. Вы в состоянии получить гораздо больше того, что вам нужно для счастья. Делайте выбор и смело идите вперед.

б. Не путайте цели и желания. Цель — это то, чего вы действительно хотите достичь. Желание — это то, чего вы хотите, но что может помешать вам в достижении цели. Обычно желания представляют собой последствия первого порядка. Например, целью может быть хорошая физическая форма, а желание — это соблазн есть вкусную, но нездоровую пищу. Поймите меня правильно: если вы хотите все время проводить на диване перед телевизором, да ради бога! Серьезно. Вы можете выбрать абсолютно любую цель. Но если это не то, к чему вы стремитесь, лучше отложите в сторону пачку чипсов, которую сейчас держите.

с. Решите, чего вы действительно хотите добиться в жизни, примирив свои цели и желания. Возьмем, к примеру, страсть. Без страсти жизнь была бы пресной. Но главный вопрос: как вы управляете своей страстью? Вы позволяете страсти полностью захлестнуть вас и совершаете под ее влиянием необдуманные поступки

или же она мотивирует вас в стремлении к вашим истинным целям? Полностью раскрыться и реализовать свой потенциал вам помогут те вещи, которые кажутся вам правильными на обоих уровнях — и как желания, и как цели.

d. Не путайте успех с его внешними атрибутами. Концентрация на достижениях, несомненно, важна. Но люди, которые без ума от пары туфель за 1200 долларов или от красивого автомобиля, редко бывают счастливыми, потому что они не знают, чего на самом деле хотят и, следовательно, что поможет им удовлетворить это желание.

e. Никогда не отказывайтесь от цели из-за того, что считаете ее недостижимой. Будьте амбициозны. Всегда найдется лучший из возможных путей. Ваша задача — определить его и набраться смелости ему следовать. То, что вам кажется достижимым, — это всего лишь функция того, что вам известно на данный момент. Когда вы начнете движение к цели, вы многому научитесь, особенно если объединитесь с другими. Перед вами откроются пути, о которых вы раньше даже не думали. Хотя, конечно, есть объективные ограничения, например вам вряд ли удастся стать центровым профессиональной баскетбольной команды, если вы маленького роста, или пробежать полтора километра меньше чем за четыре минуты, если вам 70 лет.

f. Помните, что большие ожидания создают большие возможности. Если вы ограничиваете себя той целью, про которую *знаете*, что достигнете, вы ставите планку заведомо слишком низко.

g. Практически ничто не сможет помешать вам добиться успеха, если вы обладаете: а) гибкостью, б) персональной ответственностью. Гибкость позволяет принять то, чему учит вас реальность (или знающие люди). Персональная ответственность важна потому, что если вы действительно убеждены, что неудача в достижении цели — это ваш личный провал, вы начнете расценивать эту неудачу как показатель того, что не проявили достаточного упорства, гибкости или творческого подхода. Таким образом, вы будете гораздо более мотивированы найти выход из сложившейся ситуации.

h. Понимание, как вести себя в случае неудачи, не менее важно, чем знание, как двигаться вперед. Иногда вы знаете, что идете по шаткому мостику над пропастью и другой дороги нет. Жизнь полна неприятных сюрпризов, и некоторые из них могут казаться полной катастрофой. В плохие времена ваша цель может заключаться в том, чтобы сохранить то, что вы имеете, минимизировать уровень потерь или просто смириться с неизбежными потерями. Ваша задача — всегда делать лучший из возможных выборов, зная, что в этом случае вы будете вознаграждены.

2.2. Определите проблемы, стоящие у вас на пути, и не миритесь с ними.

a. Воспринимайте болезненные проблемы как шанс что-то улучшить. Хотя сначала вам будет казаться иначе, но каждая проблема, с которой вы сталкиваетесь, представляет собой возможность. По этой причине важно, чтобы вы открыто их проговаривали. Большинство людей не любят этого делать, особенно если в процессе становятся очевидны их слабости или уязвимые места тех, кто им дорог, но успешные люди знают, что без этого не обойтись.

b. Не избегайте проблем из-за того, что их корни кроются в суровой и неприглядной реальности. Мысль о проблемах, которые сложно разрешить, вызывает у вас беспокойство, но *нежелание* думать о них (а значит, пытаться справиться с ними) должно волновать вас еще больше. Когда проблема в нехватке таланта или навыков, большинство людей испытывают стыд. От этого чувства необходимо избавиться. Я не устану повторять: признавать свои слабые места — не равнозначно сдать им. Напротив, это первый шаг, чтобы их преодолеть. Боль, которую вы чувствуете, — это боль роста: она пробует вас на прочность, и вы непременно будете вознаграждены, если выдержите это испытание.

c. Точно определяйте стоящие перед вами проблемы. В определении характера трудностей нужна точность, так как у разных проблем имеются разные решения. Если причина в нехватке навыков,

поможет дополнительное обучение. Если проблема возникла из-за вашей внутренней слабости, не исключено, что потребуется чья-то помощь, чтобы изменить вашу роль. Если корень проблемы — некомпетентность другого человека, замените его кем-то, кто обладает необходимыми знаниями и навыками. Все просто.

d. Не путайте источник проблемы и саму проблему. «Я плохо сплю» — это не проблема, это ее потенциальный источник (или следствие). Для прояснения ситуации попробуйте сначала определить отрицательный результат, например «я не справляюсь с работой». Плохой сон может быть причиной этой проблемы или причина может быть в чем-то другом, но, чтобы это понять, вам нужно точно знать суть проблемы.

e. Различайте серьезные и незначительные проблемы. Ваши время и энергия — это ограниченные ресурсы, а потому лучше тратить их на те проблемы, решение которых принесет наибольшую положительную отдачу. В то же время уделяйте достаточное внимание незначительным проблемам, чтобы убедиться, что они не представляют собой симптомы более серьезных.

f. Разобравшись, в чем проблема, не миритесь с ней. Мириться с проблемой — все равно что не понять ее суть. Неважно, по какой причине вы миритесь с ситуацией: потому что думаете, что с ней невозможно справиться, не прилагаете достаточно усилий для ее решения, у вас не хватает ресурсов или силы воли. В этом случае ваша ситуация безнадежна. Вам необходимо развить в себе острую нетерпимость к любому рода несовершенству, независимо от его масштаба.

2.3. Анализируйте проблему, чтобы определить ее причину.

a. Прежде чем искать решение проблемы, сосредоточьтесь на ее причине. Распространенная ошибка — моментально переходить от определения проблемы к предложению, как с ней справиться. Стратегическое мышление требует постановки диагноза и разработки

ПРИНЦИПЫ

решения. Качественный анализ обычно занимает от 15 минут до часа, в зависимости от тщательности его проведения и сложности проблемы. Он включает обсуждение с компетентными людьми и совместный поиск причины. Как и принципы, одни и те же причины проблем проявляются снова и снова, казалось бы, в разных ситуациях. Выявление этих причин и их искоренение дадут оптимальный результат.

в. Различайте непосредственные причины и исходные. К непосредственным причинам обычно относятся действия (или недостаток действий), вызывающие проблемы; как правило, они выражаются глаголами («Я опоздал на поезд, потому что не проверил расписание заранее»). Исходные причины гораздо глубже, и обычно их описывают прилагательными («Я не проверил расписание заранее, потому что очень забывчивый»). По-настоящему решить проблему можно, только если искоренить исходные причины. А для этого следует различать симптомы и саму болезнь.

с. Если вы будете знать, что представляет собой человек (включая вас), вы будете знать, чего от него ожидать. Вам придется преодолеть собственное нежелание оценивать людей, если вы хотите, чтобы рядом с вами были те, кто обладает нужными вам качествами. Это же относится и к вам. Почти всегда людям сложно признавать и принимать собственные ошибки и слабости. Иногда потому что они их искренне не замечают, а иногда потому что им этого не позволяет сделать собственное эго. Вполне вероятно, окружающие не указывают вам на ошибки, потому что не хотят ранить. Через все это нужно переступить. Людей, которые реализуют свой потенциал, от остальных отличает готовность воспринимать себя и окружающих объективно и разбираться в исходных причинах возникающих проблем.

2.4. Разработайте план.

а. Проанализируйте прошлое, прежде чем двигаться вперед. Проанализируйте, с чего вы начали (или что сделали), что привело вас в точку, где вы находитесь сейчас, а затем визуализируйте, что вы и другие должны сделать в будущем, чтобы достичь целей.

b. Подумайте о своей проблеме как о результате работы механизма. Практикуйте мышление более высокого уровня: проанализируйте свой механизм на предмет того, как его можно изменить, чтобы добиться лучших результатов.

c. Помните, что к достижению целей ведет множество путей. Вам просто нужно найти тот, который больше всего подходит вам.

d. Представьте свой план в виде сценария к фильму, в котором вы визуализируете, кто и что делает на протяжении определенного времени. Сначала определите основные положения (например, «нанимать самых талантливых»), а затем уточните их. Отталкивайтесь от общей картины и выделяйте конкретные задачи и их временные рамки (например, «в течение следующих двух недель выбрать специалистов по персоналу, которые найдут этих самых талантливых сотрудников»). Когда вы будете это делать, неизбежно возникнут проблемы с издержками, временем и персоналом, так что продолжайте корректировать план, пока все детали механизма не начнут работать отлаженно.

e. Зафиксируйте план письменно, чтобы все могли с ним ознакомиться и отслеживать прогресс. Ваш план должен включать мельчайшие подробности, кто и что должен выполнять и когда. Задачи, концепция и цели — это разные вещи, не смешивайте их. Помните: задачи — это то, что связывает концепцию и цели.

f. Для разработки хорошего плана не требуется много времени. На то, чтобы сформулировать план действий и уточнить его, может уйти несколько часов, а может несколько дней или недель. Но сделать это необходимо, так как план определяет, что вам нужно сделать, чтобы добиться успеха. Очень многие допускают ошибку, когда совсем не уделяют время планированию из-за того, что слишком поглощены исполнением. Помните: сначала планирование — потом исполнение!

2.5. Претворяйте план в жизнь.

a. Люди, которые строят большие планы, но не претворяют их в жизнь, не добиваются ничего. Чтобы реализовать план, нужно

ПРИНЦИПЫ

действовать, а это требует самодисциплины. Важно помнить, как связаны между собой задачи и цели, к которым вы стремитесь. Если вы чувствуете, что теряете эту связь, остановитесь и задайте себе вопрос: «Почему?» Если вы упустите этот момент, упустите и свои цели.

в. Хорошие рабочие навыки сильно недооценены. У людей, которые успешно добиваются своего, есть списки задач с определенными приоритетами, и они последовательно выполняют задачу за задачей.

с. Установите четкие критерии, чтобы знать, что вы выполняете план. Лучше всего, если кто-то другой будет объективно измерять и оценивать ваш прогресс. Если вы не добиваетесь выполнения целевых показателей, это другая проблема, которую необходимо выявить и решить. Есть много успешных, нестандартно мыслящих людей, которым не дается реализация задуманного. Они могут добиться успеха, если у них сложатся симбиотические отношения с эффективными исполнителями.

Вот, собственно, и все!

Помните: в основе всех пяти этапов лежат ваши ценности. Они определяют, чего вы хотите, то есть ваши цели. Кроме того, не забывайте, что все шаги нужно делать в определенной последовательности. После завершения каждого этапа вы получаете информацию, которая помогает скорректировать дальнейшие действия. После завершения всех пяти этапов можно начать сначала, поставив перед собой новую цель. Если процесс эффективен, ваши цели будут меняться медленнее ваших планов, которые будут меняться медленнее задач.

И последнее: у вас должны быть хорошо развиты навыки аналитического мышления и формирования результата. Первые три шага — постановка целей, выявление проблем и их анализ — требуют аналитического мышления (то есть понимания, к чему вы стремитесь и что происходит). Разработка решений и контроль их претворения в жизнь — это и есть формирование результата.

2.6. Слабости не важны, если вы нашли решение.

Почти с уверенностью могу утверждать: вы не будете одинаково эффективными на всех перечисленных этапах, потому что каждый

из них требует разного типа мышления и мало кто на это способен. Например, для постановки целей (то есть для определения, какой вы хотите видеть свою жизнь) нужны способность мыслить на более высоком уровне, визуализировать и определять приоритеты. Выявление проблем и нежелание с ними мириться требует восприимчивости, аналитических навыков и приверженности высоким стандартам. Постановка диагноза — логического мышления, умения видеть многочисленные варианты и готовность к жесткому общению с другими. Для разработки плана необходимы умение визуализировать и практичность. Для его реализации требуются самодисциплина, хорошие рабочие навыки и ориентация на результат. Много ли вы знаете людей, обладающих всеми этими качествами одновременно? Вероятно, ни одного. При этом, чтобы добиться успеха, нужно пройти все пять шагов. Что же делать? В первую очередь *обладать смирением, чтобы получить то, что вам надо, от других!* Слабости есть у каждого. Обычно они проявляются в характере ошибок, которые допускает человек. Осознание собственных слабостей и наблюдение за ними — первый шаг к успеху.

а. Проанализируйте характер своих ошибок и определите, на каком из пяти этапов вы обычно терпите неудачу. Узнайте мнение окружающих, так как никто не может оценить себя полностью объективно.

б. У каждого есть хотя бы одно серьезное слабое место, которое мешает ему добиться успеха. Найдите свое и научитесь с ним справляться. Напишите, где ваша ахиллесова пята (выявление проблем, разработка решений, реализация плана) и почему она существует (вас захлестывают эмоции, вы не способны визуализировать потенциальные возможности). Скорее всего, у вас, как и у большинства людей, не одна слабость, но, если вы определите самую серьезную и попытаете от нее избавиться, качество вашей жизни значительно повысится. Если вы возьметесь за эту задачу, вы практически наверняка добьетесь результата.

Вы сможете либо избавиться от слабости, либо прибегнете к помощи других, чтобы с ней справиться. Есть два способа добиться успеха: а) иметь то, что необходимо для успеха, самому; б) получить

это от других. Второй способ требует смирения. Смирение не менее (а может быть, и более) важно, чем собственные силы. Лучше всего обладать и тем и другим. Далее приведена матрица, которая для некоторых может оказаться весьма полезной.

2.7. Понимание своих и чужих ментальных карт и смирение.

Некоторые люди самостоятельно принимают эффективные решения — у них хорошие ментальные (когнитивные, мыслительные) карты. Возможно, они приобрели их в процессе обучения, а может быть, им от природы досталось больше здравого смысла, чем другим. В любом случае у них бывает больше ответов, чем у остальных. Точно так же кто-то в большем объеме обладает смирением и непредубежденностью. В некоторых случаях смирение может стать даже более ценным качеством, если благодаря ему человек стремится получить более эффективные решения, чем те, которые может предложить он. Самым действенным будет сочетание непредубежденности мышления и хороших ментальных карт.

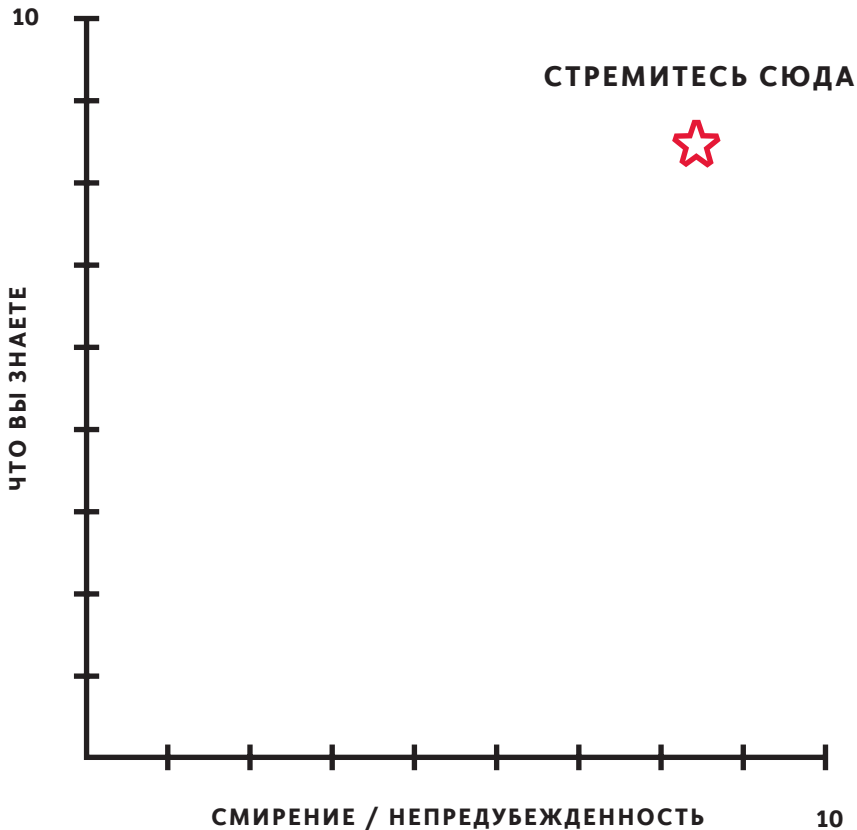
Чтобы получить представление об этой простой концепции, оцените по шкале от 1 до 10 ментальную карту человека (иными словами, что он знает) — это значение по оси Y , и то, насколько он обладает смирением/непредубежденностью — это значение по оси X , как показано на рисунке на соседней странице.

Практически все начинают с позиции в левом нижнем углу с низкими показателями по обеим осям. К сожалению, большинство людей в силу своего высокомерия так там и остаются. Улучшить позицию можно либо поднявшись по оси Y (научиться делать что-то лучше), либо продвинувшись по оси X (увеличив свою непредубежденность). Любой из этих шагов позволит вам лучше понять, что делать. Если у вас хорошая ментальная карта, но низкая степень непредубежденности, это хорошо, но не отлично. Вы упустите много ценного. Точно так же, если вы открыты мнению других, но у вас неважная ментальная карта, вы, вероятно, столкнетесь с проблемами при выборе правильных людей и мнений, к которым следует прислушаться. Человек, обладающий в достаточной степени обоими

ЖИЗНЕННЫЕ ПРИНЦИПЫ

этими качествами, всегда будет в более выигрышном положении, чем тот, у кого есть лишь одно.

А теперь подумайте, что нужно сделать вам, чтобы стать более успешным? Где бы вы отметили свое место на этой диаграмме? Узнайте мнение окружающих, куда бы они поместили вас.



Когда вы поймете, чего вам не хватает, и обретете непредубежденность, которая позволит вам принимать помощь других, вы увидите, что для вас нет практически ничего невозможного.

Большинству людей этого сделать не удастся. В следующих главах я расскажу, почему и как это исправить.



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

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

