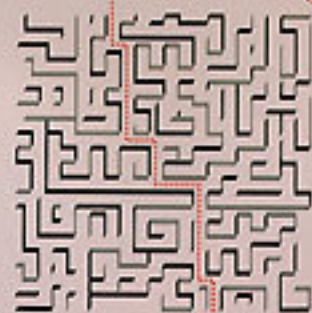


Н. А. Сидорова

# ПРИНЯТИЕ бизнес-решений



Альфа-Пресс

Наталья Сидорова

# **Принятие бизнес-решений**

«Научная книга»

**Сидорова Н. А.**

Принятие бизнес-решений / Н. А. Сидорова — «Научная книга»,

Книга адресована широкому кругу читателей, а, прежде всего - деловым людям, которые понимают: в современной высококонкурентной рыночной среде традиционные методы решения задач срабатывают не всегда; новаторство и творчество нужны и в применении к сугубо техническим проблемам, и в обработке информации, и в организации труда, и в личном общении с партнером или соперником, начальником или подчиненным.

© Сидорова Н. А.

© Научная книга

# Содержание

|  |    |
|--|----|
| Вступление                                   | 5  |
| Часть первая. Принципы эффективного мышления | 7  |
| Глава 1. Постановка цели                     | 9  |
| Конец ознакомительного фрагмента.            | 15 |

# Наталья Сидорова

## Принятие решений

*Успешный человек берет на себя ответственность за любое свое решение. (Закон принятых решений)*

### Вступление

Как часто мы задумываемся о том, что наши решения приводят совершенно не к тем результатам, о которых мы думали и на которые рассчитывали, давая совершенно определенный ответ! Стараемся найти массу причин для объяснения собственной неудачи. Ссылаемся на обстоятельства, оправдываемся перед другими, виним себя, ищем виноватых среди других. И этот круговорот затягивает нас в омут нерешенных проблем все глубже и глубже. Возникает великолепный и, к сожалению, до боли знакомый вопрос «что делать?». Конечно, можно радостно заявить: «Да ничего!» И повернуться к имеющейся проблеме спиной. Только по необъяснимым законам Вселенной проблема снова и снова будет вставать на пути. И не только в бизнесе. Соответствующие сложности, очень схожие по своей сути, станут появляться во всех сферах жизни. Получается мрачноватая картинка: «Черный квадрат», который волшебным образом превращается в «Черный круг». Вероятно, мало кому захочется видеть перед собственными глазами столь великолепную картину. Несмотря на то что это, совершенно точно будет подлинник. И снова тот же вопрос «что делать?». Давайте вместе разберемся. Раз в руках эта книга, то значит, вопрос о принятии решений, уже актуален. И разбираться с вопросом принятия эффективного решения мы будем следующим образом. В процессе чтения мы вместе на практике разберем курс принятия решения. Книга построена таким образом, что теория постоянно пересекается с практическими занятиями. Постепенно, шаг за шагом, ты, как на тренировке, усвоишь все то, что тебе важно знать. Представь, что это не книга, а курс личного роста. Курс, составленный лично для тебя. Учитывая твои личные потребности, возможности и желания. Тренером, учеником и выпускником станет один-единственный человек. Догадался, кто это будет? Первый шаг к успеху сделан. Верно это – ТЫ. Мало того, в процессе занятий тебе будут задаваться вопросы. Отвечать на них станешь – ты. И, вероятно, у тебя тоже возникнет масса вопросов, на которые отвечать, да, да, тоже станешь ты. Все еще хочешь разобраться с собственной решительностью? Тогда двигаемся вперед. Что ни говори, а прав тот великий, который однажды решил, что вся наша жизнь – игра. И, несмотря на нашу значимость, солидность, высокий профессионализм, мы поиграем. Играть станем по-взрослому. В какие-то моменты тебе захочется бросить книгу и не прикасаться к ней. Может быть, что-то вызовет смех, а может, тебе захочется спать. Это – различные формы избегания, (обрати внимание на то, как дети выполняют нежеланные задания). Чем больше дискомфорта у тебя будут вызывать некоторые задания, тем ярче и успешней станет твой результат. При условии, что ты дойдешь до завершения упражнения или задания. Отбросим детские погремушки, школьные прогулы, студенческие ночные бдения. Оставим непосредственность, легкость, напористость, открытость и бесценный опыт, приобретенный годами. Как в любой игре, у нас тоже будут свои правила. Изучи их внимательно и прими обдуманное решение. Готов ли ты играть по ним? Прежде чем принять какое-либо решение, дочитай заданную тему до завершения.

Правила игры.

1. В процессе чтения и выполнения задания будь честным перед собой. Фиксируй все свои мысли и переживания.
2. В начале каждого дня и по его завершении выполни личное обязательство.

3. Выполнение всех упражнений и заданий обязательно.
4. Пользуйся любой формой записи для изложения собственных мыслей переживаний и ощущений.
5. Исключи исходящие телефонные звонки во время выполнения заданий.
6. Курить, пить, есть во время выполнения задания запрещается.
7. С этого момента понятие «проблема», заменяется, понятием «задача».
8. Доводи каждое начатое дело до завершения.

Прими осознанное решение. Ответ \_\_\_\_\_. Подпись \_\_\_\_\_. Дата \_\_\_\_\_.

Решение принято, пути назад нет. Есть новые ощущения? Остановись и подумай над тем, почему именно это решение ты только что принял. Что именно повлияло на твое решение? Если тебе смешно от того, что ты сейчас делаешь, смейся. Скорее всего это защитная реакция на то, что тебе пришлось полностью взять ответственность за принятое решение на себя. Как давно ты принимал полностью осознанное решение? Как часто ты перекладываешь ответственность за собственные решения на других? (Правило № 1). Если тебе хочется поспорить, замечательно. Только спорить придется с самим собой.

Для удобства принятия решений понадобятся некоторые инструменты. Мозоли на руках не появятся, можешь быть спокоен. Нам потребуется активный умственный, а не физический труд. Следовательно, инструменты следующие:

- 1) блокнот, органайзер или тетрадь (то, что всегда будет под рукой);
- 2) часы (и забудь о том, что счастливые обходятся без них);
- 3) зеркало (важно постоянно носить его с собой, поэтому позаботься о собственном удобстве и комфорте окружающих, подумай о размере зеркальной поверхности);
- 4) ручка;
- 5) диктофон (желательно воспроизводящий запись);
- 6) некоторые дополнения, о которых мы поговорим позже.

И раз решение принято, у тебя есть определенное время для того, чтобы соответственным образом подготовиться и продолжить наш разговор в заявленное тобой время. Запиши время начала занятий.

День недели:..

Дата:..

Время:..

До встречи на твоей первой тренировке.

## Часть первая. Принципы эффективного мышления

Пришло время для дальнейших действий. Пожалуйста, посмотри на заявленное тобой время и сравни с действительностью. Запиши результат.

Если ты вовремя, то, значит, ты действительно решил что-то менять в своей жизни и готов отвечать за каждое свое слово и решение. Если существует некая разница в любую временную сторону, то остановись и подумай. Если ты вернулся к книге раньше заявленного времени, то подумай, как часто для принятия решения ты тратишь гораздо больше времени, чем тебе действительно необходимо. К каким результатам это приводит? Как много новых, реальных и перспективных, возможностей проходит мимо тебя? Ты не вовремя!

Если заявленное тобой время уже давно наступило, а ты изменил своему слову, то подумай над тем, насколько важен тебе результат и причины, по которым ты решил принять соответствующее решение. Ты находил массу более важных дел. Или это твоя обычная отговорка, когда ты не выполняешь взятых на себя обязательств. За такими действиями могут быть скрыты и неорганизованность, и собственная неуверенность в правильности выбора, и сомнения в получении результата, и многое другое. Остановись, подумай над этим. Сейчас ты не во время собственной тренировки. Ты назначаешь себе время сам. И отвечаешь за каждое мгновение своего времени и за каждое принятое тобой решение.

Для того чтобы приступить к дальнейшей работе, необходимо выяснить, какой результат ты хочешь получить. Что в данный момент жизни, самое важное для тебя. В какой области жизни для тебя важнее всего получить определенный результат. Давай сразу договоримся, что «добиваться» и «побеждать» – слова не нашего лексикона. Обрати внимание на корни этих, казалось бы, позитивных слов. Исторически здесь корни «бить» и «беда». Задумайся, насколько тебе нужны эти составляющие. Просто заменим их действительно позитивными выражениями – «достигать» и «выигрывать». Твое собственное мироощущение от этого действительно выиграет.

В течение всего твоего тренинга мы постоянно станем обращать внимание на то, какую роль играют твои слова и выражения, как они влияют на результаты принятых решений и на то, какое впечатление своими словами ты производишь на других людей, что на самом деле может стоять за собственными высказываниями. Вероятно, хватит предисловий. Перейдем к делу.

Первое, с чем тебе надо разобраться, это то, что ты имеешь. Есть хорошее выражение: «Имеем то, что имеем». Всегда бери фактическую реальность за точку отсчета. Других вариантов начала пути просто нет! Для начала ответь на один простой вопрос: «Кто ты такой?» Опиши себя. Все, что сможешь. Свои внешние данные, личностные, черты характера. Выполняя это задание, забудь об оценках. Делай как при обычной математической задаче. Дано. Не плохо и не хорошо. Просто это имеется в наличии. Может быть, ты первый раз так подробно и внимательно себя рассмотришь. Чем больше подробностей, тем лучше. Обрати внимание на все свои родинки, шрамы, морщинки, складки, на особенности внешности и характера. Ты можешь подробно нарисовать картину своего образа мышления, собственных эмоций. Перечисли свои способности и таланты. Составь список собственных достижений, которыми ты гордишься. Они могут быть совершенно не значительными для других, а для тебя могут играть важную роль. Напиши все то, что тебе нравится в окружающем мире: природные явления, здания, люди, предметы искусства. Ведь это все то, что есть только у тебя. Все то, что привлекает твое внимание, нашло отображение в тебе. Ты единственный в своем роде. Проведи полную ревизию того, что имеешь. Ты даже не представляешь, сколько открытий тебя ожидает. Следующим шагом станет ревизия твоего окружения. Опиши свою семью, своих родных. Если сможешь, вспомни несколько событий из своего детства, которые произвели на тебя большое впечатление и запомнились. Как ты думаешь, почему именно эти события ты запомнил. Подумай,

какую роль они сыграли в твоей жизни и, может быть, играют до сих пор. Вспомни о том, о чем ты мечтал в детстве, кем ты хотел стать и что иметь, каким тебя видели родители, какую роль в твоей жизни они играли. Чему больше соответствует твоя настоящая жизнь: собственным детским мечтам или желаниям родителей? Во что ты верил и продолжаешь верить? Как изменились твои мечты и желания? На память приходит один восхитительный фильм, в котором главный герой встречается с самим собой только в возрасте 12 лет. И ребенок у себя взрослого спрашивает: Что произошло в моей жизни за все эти годы? И взрослый, себе ребенку отвечает: «Я – успешный человек, у меня собственный процветающий бизнес, у меня большой дом и много денег, я – уважаемый человек». Ребенок спрашивает: «А я сейчас во взрослом возрасте летаю на самолете, как мечтал? И у меня есть собака? И где моя жена?» И взрослый герой сам себе, ребенку, отвечает, что всего этого нет и не надо, так как всего другого предостаточно и он и так очень успешный человек. И в ответ слышит от самого себя: «Я не летаю на самолете, у меня нет собаки, нет любимой женщины и семьи? Какой ужас, я – неудачник! И на что ты потратил мою жизнь?» Задай и ты себе тот же самый вопрос. На что я потратил все эти годы и почему не позволил себе осуществить собственные детские мечты? Какой человек оказывал на тебя большое влияние в детстве и кто оказывает влияние до сих пор? Что нового ты открыл для себя в отношениях с родными? Ты можешь открыть себе совершенно неожиданные страницы своей жизни и получить ответы на вопрос, что имеет огромное значение в жизни для тебя и почему тебе трудно сегодня принимать решения. Ответы на многие жизненно важные вопросы («почему я поступаю так, а не иначе»), кроются в собственном детстве. Прежде чем перейти к следующему пункту нашего тренинга, заполни следующую таблицу.

| Кто такой решительный человек? | Кто такой нерешительный человек? |
|--------------------------------|----------------------------------|
|                                |                                  |

Точно так же, как ты описывал себя, максимально подробно, сделай описание этих двух типажей. Сравни с собственным описанием и любым способом выдели черты из этой таблицы, схожие с собственными. Переходя к следующему этапу, зафиксируй основное.

1. Ты единственный в своем роде.
2. Ты точно знаешь, откуда ты пришел и кто имеет на тебя влияние.
3. Ты видишь картину того, над чем тебе надо работать в этом тренинге, чтобы быть решительным человеком.
4. Если ты был честным с собой, то готов двигаться дальше. Если еще есть сомнения, то вернись и заверши начатое упражнение.

## Глава 1. Постановка цели

Над чем ты готов работать в первую очередь? Подожди, не все сразу. Список может оказаться очень длинным, хотя на самом деле одно из главных ты уже сделал. Ты знаешь, с чем, вернее, с кем на данный момент ты имеешь дело. И твоя готовность действовать тебя вдохновляет? А с чего начинается любое движение в жизни? С фантазии, мечты, желания. Да, еще нужно добавить в этот список цель. Как ты думаешь, когда желание становится целью? У тебя есть две минуты, чтобы ответить на вопрос (ответ сразу же запиши на диктофон). Сравним результат. Если, имея мечту или желание, ты приступил к определенным действиям по превращению этого в жизнь, значит, перед тобой имеется цель. Вот и вся разница. Просто наличие действий или движение к достижению определенного результата. Цель подразумевает то, что, имея желание или намерение, ты начинаешь действовать таким образом, чтобы твое желание исполнилось. Возьмем простой пример. Ты хочешь есть. Это одно из самых простых желаний (у некоторых достаточно навязчивое). Как только ты задумаешься над тем, что именно хочется поесть, где это взять, встать или попросить принести еду, желание превратится в реальную цель, сроки достижения которой регулируются только тем, насколько велико твое желание. Открою один секрет. Это относится к любому желанию. Чем более оно велико, чем сильнее жажда обладания чем-либо, тем активнее твои действия и быстрее момент достижения.

Для того чтобы разработать маршрут и принять любое решение, важно знать, в какую сторону двигаться. А для этого необходимо знать цель. Выбрать самое важное, ради которого и начнется, собственно говоря, твое движение. Сделай свой выбор, прими решение и назови свою цель, ради которой ты и взял в руки эту книгу. Назови свое истинное намерение. Что? Ты хочешь сказать, что эта книга у тебя в руках только потому, что ты хочешь стать решительным и впредь принимать только оптимальные решения? Ты с кем сейчас разговариваешь? Подойди к зеркалу. Тебе не надо быть в какой-либо маске, не надо рассказывать историй (я уверена, это у тебя получается профессионально). Посмотри себе в глаза и честно ответь себе на вопрос, ради какой конкретной цели ты принял решение **ДЕЙСТВОВАТЬ**. Ты можешь считать, что цель не всегда важна, что первостепенным является, само действие. На самом деле без цели действие станет бессмысленным. Представь такую картину.

Капитан корабля решил отправиться в путешествие, собрал на борту команду и заявил о том, что ему, капитану, все равно, куда плыть, главное – восхитительное ощущение от процесса. И отправился наш корабль с командой и волшебным капитаном во главе туда, куда ветер подует. И бороздил моря и океаны долгое время. В один солнечный тихий день собралась команда на палубе и сказала капитану, что просто плыть им надоело, смотреть на горизонт тоже, провизия скоро закончиться, а просто поплавать можно и на лодке рядом с домом. И задумался капитан о том, сколько времени он потратил ни на что. И решил он доплыть до ближайшего порта, чтобы запастись провизией и принять решение, куда отправляться дальше. Подошел к карте и проложил курс. Так у капитана появилась цель и намерение по ее достижению. Иногда ты, как капитан без курса, бороздишь океан жизни, и в твоей жизни не происходит ничего яркого и впечатляющего. Она просто проходит мимо тебя, как вода. Это может продолжаться столько времени, сколько ты сам выберешь. Только в любой момент может разразиться буря, закончиться провизия или команда решит оставить тебя одного. У тебя есть время, 24 часа твоей жизни, твоего настоящего, чтобы ответить самому себе на этот вопрос. Если ты у зеркала, ты – решительный человек. Потрать эти 24 часа и выясни сам у себя собственную цель и причины, из-за которых она для тебя так важна. Время пошло. От зеркала можешь отойти.

Твои цели могут охватывать совершенно разные сферы жизни. Реши, что для тебя важнее.

|                     | Собственные желания и цели | Навязанные добрыми родственниками и друзьями |
|---------------------|----------------------------|--|
| Бизнес, карьера     |                            |  |
| Творчество          |                            |  |
| Внешность           |                            |  |
| Взаимоотношения     |                            |  |
| Любовь, семья, секс |                            |  |
| Здоровье            |                            |  |
| Образование         |                            |  |
| Личностный рост     |                            |  |

Заполни приведенную таблицу следующим способом: по десятибалльной шкале расставь собственные приоритеты, затем оцени то, насколько большую роль в принятии решений в любой из сфер играют окружающие тебя люди, насколько решающим для тебя в окончательном выборе чаще всего бывает мнение другого человека, даже если оно не отражает твоих собственных желаний и потребностей. Теперь, так же как и в первой колонке, расставь баллы. Далее сравни полученный результат. Эта заполненная таблица наглядно покажет тебе, насколько ты подвержен влиянию со стороны, особенно в принятии решений. И заодно ты совершенно четко увидишь, принимаешь ли ты решения, исходя из личных желаний и целей. И еще раз спроси себя, чьей жизнью ты живешь.

Теперь давай разберем каждый пункт нашего списка в отдельности, хотя по своему усмотрению ты можешь его изменить или дополнить.

Итак, твой бизнес и (или) карьера. Есть ли у тебя желание продвигаться по карьерной лестнице? Связано ли твоё желание с имеющейся работой, или тебе необходимо искать новое место приложения своих профессиональных качеств? Может, тебе хочется сменить область профессиональной деятельности или даже открыть свой бизнес. А задумывался ли ты когда-нибудь о том, что твоё хобби может приносить тебе доход? Возникли новые идеи? Запиши их в тетрадь. Возможно, эти мысли приведут тебя к новому успешному делу. Будь готов к тому, что в процессе чтения этой книги у тебя станут возникать, казалось бы, совершенно абсурдные идеи. Фиксируй все то, что приходит в голову. Через некоторое время может оказаться, что ты всю жизнь об этом только и мечтал. Только проводя все своё время в метаниях и поисках верного решения и в мучительных сомнениях, совершенно не замечал, великолепного клада собственного успеха. Пришло твоё время. И ты готов жить своей жизнью и принимать решение и ответственность за то, что с тобой происходит.

Образование. Ты стремишься получить определенное образование? Для чего оно тебе нужно? Ты хочешь иметь именно эту специальность, почему ты принял решение получить данное образование? Престиж, все пошли, а я чем хуже? Большой спрос на специалистов в данной области, надеешься в будущем легко трудоустроиться? Проще поступить, меньше платить, знакомые преподаватели, родители мечтают, чтобы ты стал специалистом именно в этой сфере? Есть желание овладеть ещё одной специальностью, потому что предыдущая не принесла успеха? Единственный и приемлемый вариант выбора – это то, что полученное образование приблизит тебя к собственной цели. Образование лишь один из способов достижения цели, задача, решение которой приведет тебя к более высоким результатам и успеху. Образование – это просто промежуточный пункт. И в соответствии с поставленной целью выбирай, какое именно образование тебе необходимо, и действительно ли оно тебе нужно. Образование даёт тебе очередную возможность выбора и, следовательно, принятия решения. Если получение образования даёт тебе рост и возможность профессионального и личностного раскрытия,

то – «ДА», получай выбранное тобой образование. В остальных случаях прежде подумай о цене и последствиях. Понятие «цена» не всегда подразумевает финансовые затраты.

Личностный рост. Нет предела совершенству. Работать над собственными личностными качествами можно и нужно постоянно. Главное, чтобы ты не останавливался на достигнутом. И во время процесса работы над собой важно, чтобы каждый твой шаг стал осознанным. Определи, над чем конкретно тебе надо работать, ради чего ты решил работать над собой. Если ты испытываешь чувство вины за то, что не соответствуешь какому-то положительному образу в глазах окружающих тебя людей и если это становится причиной для личностного роста, то данный выбор вряд ли окажется результативным. Если же ты принимаешь решение о развитии некоторых личностных качеств, руководствуясь более успешным достижением поставленных целей, то смело берись за дело. Это достойная причина. Приобретай новые привычки, учись соответствовать собственным представлениям образу и бытию успешного человека. Расставься без сожаления со старыми и вредными привычками. Привыкай действовать как лидер. Становись сильным, преуспевающим и состоятельным. Будь в каждом деле настроенным на успех и открытым для любых возможностей. Результат не заставит себя ждать.

Здоровье. В последнее время появилось достаточное количество доказательств того, что наше тело отображает наши проблемы и негативные установки через различные заболевания и несчастные случаи. Не стану повторять то, что ты можешь найти в специальной литературе, имеющейся в продаже в большом количестве. Просто если у тебя проблемы со здоровьем, то, значит, твое тело, кричит о помощи. Вероятно, тебе необходима врачебная поддержка. И все же разберись со своими мыслями, сомнениями и отношениями с окружающим миром. Возможно, причина твоих проблем кроется в твоём восприятии того, что происходит в твоей жизни уже достаточно длительное время. Повернись к себе и своей жизни лицом и честно признайся, кто и что тебя не устраивает. И начни с этим разбираться. Перестанешь поворачиваться к своим проблемам спиной, и твое здоровье с радостью откликнется. Вероятно, ты даже сэкономишь приличную сумму денег на докторов. Со временем ты научишься слушать свое тело и относиться к любым проблемам так же, как к задачам, которые необходимо решить для приобретения определенного опыта, важного именно для тебя. На первом этапе займись своим здоровьем и учись определять причины возникновения болезней в своих чувствах и отношениях к происходящему в твоей жизни.

Любовь, семья, секс. Великолепно, если во взаимоотношениях с близкими в твоей жизни все складывается так, как тебе хочется. Возможно, существующая ситуация оставляет желать лучшего. Главное – перестать напрягаться. Ты знаешь, есть великолепная фраза. «Все, что ни делается, все – к лучшему». Значит, на данном этапе твои приоритеты находятся в несколько другой области. Если тебя волнует отсутствие личной жизни, если в твоей семье разлад, то, возможно, это зеркало того, что происходит в твоём внутреннем мире. Может, ты в какой-то момент решил наказать себя одиночеством. Может, ты боишься повторения прошлого неудачного опыта (хотя любой опыт – всегда просто опыт, важный и нужный лично тебе для твоего роста). А может, ты не желаешь брать на себя ответственность за отношения? Сравни это с тем, как ты обычно относишься к серьезным решениям. Есть вероятность того, что ты достаточно часто избегаешь брать ответственность на себя в любом деле. Кроме того, все может быть гораздо проще. Тебе просто в данный момент очень важно побыть одному. Такой период жизни. Ты ищешь точку отсчета для нового витка собственной жизни. И это твой выбор. Определись с собственным отношением к своей личной жизни. Забудь о том, что тебе говорят родные и близкие (хотя в их словах, как ни странно, может быть кое-что полезное). Что важно в семье для тебя? Любовь, искренность, забота, поддержка или что-то еще? Для чего тебе семья? Лично тебе. Задавай себе вопросы «зачем мне это нужно?» и «почему для меня это важно?» как можно чаще. Будь честен в ответах. В них ты увидишь собственные страхи, зависимость от мнений или других людей и новые возможности. Двигаемся дальше.

Творчество. Скажешь, что это не про тебя, и пропустишь этот пункт? Восхитительно, и пропустишь самое интересное. Открою тебе одну тайну. Все то, что ты делаешь своими руками, прилагая при этом определенную долю фантазии, можно назвать творчеством. Готовя себе еду, ты занимаешься творчеством. Составляя письмо любого содержания, тоже творишь. Можешь не согласиться, все равно это так. Творчество помогает тебе раскрывать и развивать твою фантазию, интуицию и интеллект. А для успешного человека это важно. Во время творческого процесса тебе приходится постоянно делать выбор и принимать решения. Если ты решил (опять это страшное слово) развивать свою решительность и учиться принимать оптимальные решения, то самым легким и приятным способом сделать это станет твое личное творчество. Выбери то, что захочешь. Можешь перепробовать массу вариантов. От вязания (очень модного творческого времяпрепровождения во всем мире и для женщин, и для мужчин) до постройки скворечников и создания кулинарных шедевров. Если, начав заниматься чем-либо, понимаешь, что тебе неинтересно, придумай какой-нибудь другой вид творчества. Главное не останавливаться до тех пор, пока не найдешь свое.

Внешность. Что для тебя входит в понятие «внешность»? Одежда, макияж, состояние кожи, мимика или весь имидж в целом? Какую роль играет внешность в твоей жизни. Роль защитной маски или проявление твоего внутреннего состояния? А может, ты играешь своими внешними данными, для получения возможности манипулировать другими людьми и событиями. Определись, какие внешние проявления становятся для тебя средством для достижения цели. Подумай и определись, навязан тебе твой имидж или это твой осознанно созданный образ, который гармонично отображает твое внутреннее состояние. Насколько важно тебе мнение окружающих по поводу твоей внешности. И если ты принял решение, о каких-либо изменениях собственных внешних проявлений (фигуры, веса, цвет волос, стиля в одежде и др.), то для кого и ради чего ты все это затеваешь? Еще раз напомним. Постоянно, перед тем как принять любое решение, относительно каких-либо изменений или перемен в своей жизни (таких как смена работы, местожительства, новые отношения, смена имиджа), всегда честно ответь на вопросы «ради кого я все это делаю?», «что лично мне это даст?». Если собираешься делать ради себя, для достижения цели или просто ради собственного удовольствия, смело принимайся за дело. Это твой лично выбор. И только тебе решать, какой результат и какие последствия может принести твое решение. Выбери самое важное для себя из полученной таблицы. То, ради чего ты станешь вставать по утрам и действовать.

Итак, ты определился с целью. Насколько она для тебя важна, решать только тебе.

Самое интересное, что сама по себе цель – это короткое мгновение, в момент ее достижения, а весь путь до нее и мгновения радости достижения могут занимать гораздо большее время. Итак, тебе важно во время достижения цели принимать оптимальные решения. А оказывается, что при постановке цели тебе не менее важно принимать большое количество решений. И ответов только два. А путей достижения поставленной цели – множество. И любой может привести тебя к твоей цели. Удивлен? Все просто. Вот пример. Есть дом, в котором ты живешь. Есть улица, населенный пункт, где и находится твой дом. Если ты находишься в другом месте, а твоя цель попасть домой, то ты можешь выбрать несколько вариантов достижения цели. Разница проявится во времени, маршруте и непосредственно в проявлении твоих действий. Важен окончательный результат. И еще более важна причина, по которой тебе необходимо достичь цели. Именно из-за нее ты можешь принимать оптимальные или неоптимальные решения. Из-за нее время достижения цели может существенно сократиться. Воспользуйся приведенной таблицей, чтобы наглядно увидеть карту поставленной цели.

|                    | Исполнитель | Время | Параметры |
|--------------------|-------------|-------|-----------|
| Краткосрочные цели |             |       |           |
| 1 месяц            |             |       |           |
| 3 месяца           |             |       |           |
| 6 месяцев          |             |       |           |
| Долгосрочные цели  |             |       |           |
| 1 год              |             |       |           |
| 2 года             |             |       |           |
| 5 лет              |             |       |           |

Заявляй каждую поставленную цель только в настоящем времени. Поставленная цель касается только тебя. Это твоя цель. Представь, что она уже достигнута. Поставь дату и подробно опиши ее. Если это вещь, то отобрази ее цвет, размеры, марку производителя, стоимость. Если твоя цель связана с чем-то другим, то в любом случае важно максимальное количество подробностей. Особенно важна дата достижения. Благодаря этому ты можешь составить подробный план действий. (Например, с 1 октября 2005 года я работаю управляющим нового отдела сбыта крупной производственной корпорации, моя зарплата 3999 долларов, под моим успешным, творческим, активным руководством работают восемь сотрудников.) Теперь тебе предстоит важная, ответственная миссия. Тебе действительно важна твоя цель? Мы с тобой уже говорили о причинах, которые приводят нас к нашим целям и дают возможность сокращать маршрут и время. Более подробно об этом мы поговорим в течение твоего тренинга. А сейчас ты просто перечислишь максимальное количество причин, по которым заявленная тобой цель действительно важна для тебя. Запиши их в свою тетрадь. Если ты не готов назвать причины, задумайся над тем, насколько важна твоя цель именно для тебя. Может быть, на данный момент она неактуальна и твои приоритеты совершенно в другой области. Реши прямо сейчас. Что для тебя действительно важно? Это твоя жизнь, и, кроме тебя, ее никто не проживет. Так и делай ее собственными действиями и ответственными решениями. Время пришло. Называй свою цель, хватит сомнений, страхов и раздумий. Заяви ее себе. Стань громким, назови свою цель вслух. Громко. Услышь себя. Послушай, как звучит твоя собственная цель, прочувствуй ее, как будто она достигнута. Повтори ее несколько раз. Опиши ее подробно. Растворись в ней. А теперь остановись. Помолчи. Глубоко вдохни и выдохни. Теперь я верю тебе. Это действительно важная для тебя цель. Теперь ты легко и уверенно назовешь каждую причину, по которой тебе действительно необходима именно эта цель. Я слушаю тебя и загибаю пальцы. Возникают вопросы, а ответов пока нет? Записывай их в свою тетрадь с пометкой «Цель».

Важно помнить о том, что твои цели затрагивают не одну область жизни. Чем подробнее и точнее ты представишь себе все то, чего решил достичь, тем яснее и конкретнее станет твой план по достижению твоих целей. Составь четкое определение своей жизненной цели. После того как ты заполнил таблицу, сделать это станет гораздо проще. Рассмотрим свою жизнь со всех сторон. Бизнес, семья, финансы, творчество, здоровье, отношения с друзьями и единомышленниками, путешествия, личностный рост, благотворительность. Затронь все сферы жизни. Посмотри на то, что в твоём понимании самое важное для тебя. Прими решение, в какой области твои решения приоритетны, на что в жизни ты не обращаешь внимания, где твои результаты оставляют желать лучшего. Создай карту собственных жизненных целей. Определи, какие территории совсем не освоены. Куда необходимо направить собственные действия в первую очередь. Варианты исполнения карты могут быть совершенно различными. В виде таблицы, приведенной выше. Или в форме сводных аналитических графиков и систем. Если ты – творческая натура, изобрази свою карту целей в виде карты сокровищ или слона, которого ты станешь есть кусочками. Вариантов масса. Твой выбор станет лучшим для тебя. Формат тоже

может быть любым. Главное, чтобы твой вариант исполнения стал удобным для тебя. Твоя карта целей будет всегда с тобой. Ты станешь с ней постоянно работать. Сверять курс продвижения, анализировать, уточнять сроки, планировать новые цели, фиксировать полученные результаты и отмечать достигнутые цели. Если тебе удобнее вести отдельную карту на каждую область жизни, сделай так, как тебе удобней. В этом правила создаешь ты сам. Это твоя жизнь, твои цели и действия. Есть только одна рекомендация. Ставь перед собой цель, которая тебя вдохновляет. А вдохновить может только собственная цель. Иначе, зачем все это начинать. Прими решение по созданию собственной карты достижений и приступай к действию. Определи, сколько времени тебе для этого понадобится. Ты сам принимаешь решение о том, когда сможешь перейти к следующему этапу работы. Заяви свое время:.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.