



ИНСТРУМЕНТАРИЙ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ:

НАВИГАТОР ПО ЦЕЛЯМ

*Пошаговые инструкции по
применению проверенных
методик*

НАВИГАТОР ПО ЦЕЛЯМ

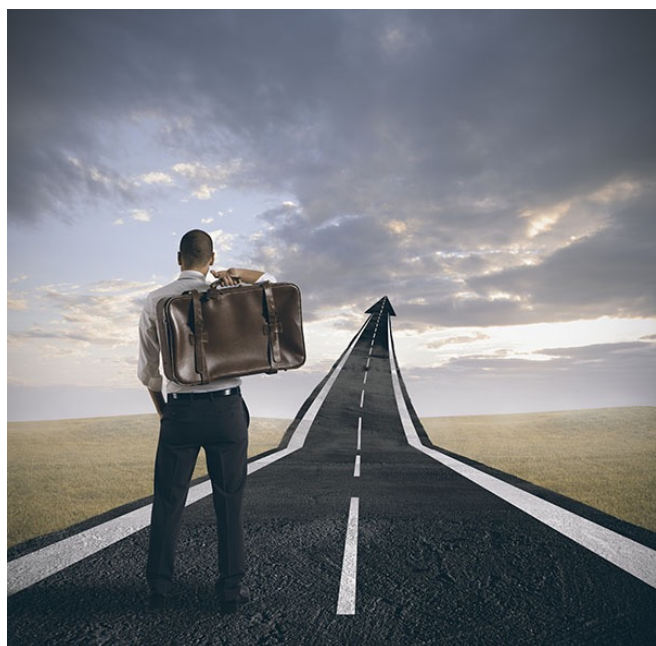
1. Поздравляю Вас с началом пути по превращению Вашей теперешней жизни в **ЖИЗНЬ ВАШЕЙ МЕЧТЫ!**



Надеюсь Вы воспользовались нашим бесплатным предложением и с помощью «Формулы преобразования мечты в цель» конкретизировали Ваши мечты и имеете определённые цели!

Если нет, то прошу это сделать сейчас, перейдя по ссылке <http://www.smart-tools.org/formula/>. Это необходимо для Вашего следующего шага по достижению Ваших целей!!!

2. ВАША ЖИЗНЬ - ЭТО ВАШ ВЫБОР



Именно Вам решать, какой должна быть Ваша жизнь! Только Вы знаете, чего хотите. Никто даже не догадывается от чего Вы получаете удовольствие, чему радуетесь, к чему имеете талант, что Вам делать легко и чем Вы готовы заниматься, в любое свободное время, даже если это не приносит денег.

При этом Вы видите, что все вокруг дают Вам советы, как Вам жить. Так было и со мной - ВОТ МОЯ ИСТОРИЯ!

Возможно Ваши родители нарисовали у себя в голове Вашу (по их мнению) «идеальную жизнь». А учитывая, что они имеют влияние на Вас (финансовое или просто родительское), то стараются через него заставить Вас построить ИХ «идеальную жизнь»...

Бывало ли с Вами такое - Вы придумали что-то интересное или решили сделать что-то очень классное, а Ваши друзья отговаривают Вас. А потом, что самое обидное, делают это сами! Или не делают, но настраивают Вас, этого не делать. Знаете почему так происходит? Конкуренция!!! Да, да, да. Именно она! Всё пошло с детства - кто первый сделает пасочку? Кто первый оденется? Кто первый ДОБЕЖИТ.... Уже тогда многие поняли, что можно не БЕЖАТЬ! Можно сказать - да ну, это скучно и глупо, я не побегу. И никто не БЕЖАЛ - кто же захочет выглядеть глупо?

А ведь Ваша жизнь - только Ваша! Вам её жить - не родителям (они рано или поздно уйдут!) и не друзьям (с ними тоже дороги могут разойтись!). Вам изо дня в день, годами ходить на эту «стабильную работу». Вам понимать, что время уходит, а Ваши мечты - добиться чего-то - рушатся, потому что Вам было стыдно БЕЖАТЬ - Вы не хотели выглядеть глупо.

А что Вы ответите Вашим детям (будущим детям), которые спросят Вас - «Пап/Мам, а почему ты ничего не добился?» И после этого спросят Вас - «А как поступить мне? БЕЖАТЬ?»

Возьмите Вашу жизнь в свои руки! Не тратьте зря время! Начните мечтать, ставить цели и достигать их! Не слушайте, что скажут другие. Делайте свои ошибки - обретайте свой опыт - он самый драгоценный.

В конце концов - ВАША ЖИЗНЬ - ЭТО ВАШ ВЫБОР!

www.smart-tools.org
Инструментарий личной эффективности

3. С помощью «Формулы преобразования мечты в цель» Вы детализировали Вашу мечту и поставили дату достижения Вашей цели. Мы с Вами начали с одной мечты, при этом Вы можете преобразовать, по аналогии, все Ваши мечты. И если Вы записали эту цель на бумаге или в электронном виде, то Вы действительно прошли 10 % по пути её достижения (если Вы не знаете как заполнять pdf файл, ознакомьтесь с этой инструкцией или посмотрите это видео).

Ваша мечта была:

Ваша цель стала:

Чтобы пройти дальше, а именно пройти до 30 % реализации Вашей цели, Вам нужно привести Вашу цель к определённым критериям и определить первый и последующие шаги, которые Вы осуществите для её достижения. Дальше, когда Вы поймёте, что нужно делать, чтобы достичь Вашей цели - я расскажу Вам про хитрости, которые помогут Вам не свернуть с выбранного пути. Также, я расскажу про выход из тупика, если Вы в такой попадёте.

Не волнуйтесь о том, что Вы не знаете сейчас, КАК достигнуть Вашей цели - на этот вопрос и ответит методика постановки цели по **S.M.A.R.T.**

Критерии, к которым необходимо привести Вашу цель:

Specific	Конкретная
Measurable	Измеримая
Achievable	Достижимая
Relevant	Обоснованная
Time -bounded	Определена во времени

4. Пример:

Помните, в качестве примера мы преобразовали мечту: «Хочу новую машину!» в цель «*Купить новый VW Touareg с дизельным двигателем объёмом 3.0 литра, с 8-ступенчатой коробкой передач Tiptronic, синего цвета к Новому году*»

С этой целью, в качестве примера, я и продолжу работать.

Этот пример достаточно простой, жизненный, можно сказать. Он позволит Вам достаточно легко понять, то о чём я пишу и даст реальную картинку того, что мы получим в результате.



Ваша цель может быть сложнее! Возможно Ваша цель будет не о предметах, машинах, домах... Вполне возможно Вашей целью будет выучить английский язык или переехать жить в другую страну и тому подобное - это «другие цели» и я дам Вам примеры, как привести к указанным критериям и их.

5. Перед тем, как мы начнём непосредственно работать с нашей целью, мне хотелось бы сразу прояснить один ВАЖНЫЙ момент. А именно - что делать, если Ваша цель ГЛОБАЛЬНА?

Да, действительно, Ваши цели не просто могут быть БОЛЬШИМИ - они таковыми ДОЛЖНЫ быть. Но что делать, чтобы приблизить их и встать на путь их достижения?

Для это мы используем один интересный метод, который я взял из корпоративной сферы - управления проектами. В wikipedia этот метод звучит так: **Декомпозиция** — *разделение целого на части*.

Вы великий человек, если Вы не боитесь ставить для себя цели, которые повлияют на весь мир или всех людей на планете и Вам не нужно бояться этих целей. Вам просто необходимо разделить эти цели на под-цели.

Пример: В качестве примера декомпозиции большой цели - я хочу привести ОГРОМНУЮ цель, которую поставил себе наш с Вами современник - Илон Маск. Да, именно этот человек, который основал и потом продал компанию PayPal, который затем основал SpaceX и TESLA MOTORS.

Давным-давно, Илон Маск, поставил себе за цель, ни много не мало - переселить часть людей на Марс. В этом он видит выживание нашего вида. Конечно он не знает технологий, которые могли бы это осуществить. И по правде говоря, хоть он и богатый человек - денег на эту затею у него тоже нет!

Он объявил о своей цели на всех каналах... И конечно, очень многие сказали, что это рекламный трюк, что он хочет привлечь к себе внимание и что это не цель, а бредовая идея!



Однако, спустя какое-то время Илон Маск создал компанию SpaceX. Конечно, эта компания не занимается переселением людей на Марс - она занимается вполне реальными вопросами, а именно доставкой грузов на Международную космическую станцию и выводением на орбиту спутников. Как Вы понимаете, это первый этап для достижения БОЛЬШОЙ цели - используя передовые технологии организовать вывод грузов на орбиту и заработать денег. Это под-цель, без неё невозможно достичь БОЛЬШОЙ цели. Теперь над его БОЛЬШОЙ целью уже не смеются!

Если Ваша цель БОЛЬШАЯ и Вы не можете по разным причинам взяться прямо за неё - подумайте, возможно Вам необходимо рассмотреть под-цели, которые в дальнейшем помогут в реализации Вашей БОЛЬШОЙ цели.

P.S. Да, и кстати, компания SpaceX объявила о скором открытии нового направления в деятельности - доставка людей на Международную космическую станцию. :-)

6. Начнём приводить нашу цель к указанным критериям и первый критерий - цель должна быть **КОНКРЕТНАЯ!**

Вроде понятно, но не очень! Что это означает? В нашем примере про машину - это определиться с моделью, цветом и т.д. То, что мы сделали в формуле преобразования мечты в цель. Конкретика заставляет Вас перенестись от эфемерных критериев в реальные.

С машиной понятно, а что если Ваша цель это выучить английский язык? Какая тут конкретика? Сложнее, правда? Английский язык Вы можете учить вечно! А мы с Вами уже определили, что цель должна иметь сроки достижения! Так, что же делать? Правильно, нужно конкретизировать - какой уровень знания языка Вам необходим.

Например: «Я хочу свободно разговаривать по английски на бытовом уровне» или «Я хочу писать стихи и песни на английском языке» или «Я хочу вести деловую переписку с коллегами за границей по моей рабочей тематике - фармацевтика».

Пример с переездом в другую страну даже проще - нужно выбрать страну, возможно место в этой стране! Для большого количества деталей, определиться с аспектами для жизни в этой стране - возможна под-цель - выучить соответствующий язык... :-)

И даже это не всё, что нам нужно сделать для конкретизации цели! **НАМ НУЖНО ОПРЕДЕЛИТЬ ПЕРВОЕ ДЕЙСТВИЕ!!!** Это **ОЧЕНЬ** важно!

Первое действие должно быть действительно первым, оно не должно быть сложным - оно необходимо для конкретизации Вашей цели!

В моём примере про машину - это пройти **ТЕСТ-ДРАЙВ!**



Это простое и важное действие, которое поможет мне конкретизировать эту цель. Пройдя тест-драйв я прочувствую подходит ли мне эта машина? Ничего ли меня не раздражает в ней? Действительно ли она едет так, как я это представлял? Вся ли моя семья влезет в неё?

Вот так это и происходит. Это действие очень простое. Оно не требует денег или большого количества времени и при этом Вы уже понимаете - как оно важно.

ЭТО ПЕРВОЕ ДЕЙСТВИЕ!!!

Какое же первое действие с изучением английского языка? Даже проще, чем с машиной - Вам нужно залезть в интернет и посмотреть там варианты изучения английского языка до необходимого Вам уровня. Это может быть самостоятельное изучение, курсы изучения иностранных языков или что-то ещё. Если это курсы - Вы сразу определите цену и время необходимое на их посещение. Это Ваше первое действие, с помощью него Вы максимально конкретизируете Вашу цель и поймёте Ваши дальнейшие действия для достижения этой цели.

Если Ваша цель переезд в другую страну, то Вам необходимо определиться с местом переезда. Внимательно рассмотреть его на карте, прочитать отзывы о этом месте, узнать цену на недвижимость, варианты работы, климат и природные особенности.

Например, если Вам нравится штат Флорида США - это великолепно! В тоже время Вы должны быть готовы к природным особенностям - частые цунами и смерчи, сильной жаре, крокодилам и т.д. Более того, население этого штата в основном латинского происхождения и если Вы планируете переезд в США думаете изучить английский, то в этом случае, возможно, Вам больше пригодиться испанский... :-)

Итак, запишите прямо тут первое действие для конкретизации Вашей цели:

Хорошо!!!

Остановитесь и НЕ ЧИТАЙТЕ ДАЛЬШЕ, пока не сделаете указанное Вами действие! Ведь это ДЕЙСТВИЕ! К цели нужно ДВИГАТЬСЯ! Кроме Вас никто Вашей цели не достигнет! Отнеситесь к этому серьезно! Как человек, который управляет собой и своими действиями.

Пойдите и пройдите «ТЕСТ-ДРАЙВ»! Отложите всё и уделите время своему ПЕРВОМУ ДЕЙСТВИЮ! Без этого не имеет смысла идти дальше!!!

Вы осуществили первое действие и на основе его КОНКРЕТИЗИРУЙТЕ ВАШУ ЦЕЛЬ:

Поздравляю Вас, Вы осуществили первый конкретный ШАГ на пути к Вашей цели!!!

www.smart-tools.org
Инструментарий личной эффективности

7. Второй критерий - это **ИЗМЕРИМОСТЬ!** Вам нужно определиться, какие критерии Вам необходимы чтобы понять, что Вы ДОСТИГЛИ ВАШЕЙ ЦЕЛИ!



С автомобилем это не сложно - VW Touareg стоит у меня в гараже! Именно тогда смогу уверенно сказать - я достиг своей цели! С переездом в другую страну тоже понятно - когда переедете, то цель будет достигнута!

А что делать с знанием английского языка? Как понять, что Вы достигли той конкретной цели, которую себе поставили?

Помните, мы конкретизировали нашу цель так: «Я хочу свободно разговаривать по английски на бытовом уровне» или «Я хочу писать стихи и песни на английском языке» или «Я хочу вести деловую переписку с коллегами за границей по моей рабочей тематике - фармацевтика». И наше первое действие было - определить, как Вы будете его изучать - самостоятельно или на курсах английского языка.

Берём ГУГЛ (www.google.com) и в строке поиска вводим что-то наподобие этого: «какой уровень знания английского языка позволит мне свободно разговаривать на бытовом уровне...». И Вам ГУГЛ выдаст примерно такое - «Intermediate» или «B1» или ещё что-то в этом роде. Дальше мы находим курсы английского языка и смотрим ту программу, которая подготовит Вас до нужного уровня.

Когда Вы заплатите деньги (ресурс № 1) и потратите определённое количество времени (ресурс № 2), Вы сдадите тест или экзамен и получите соответствующий сертификат - этот сертификат и есть «измеритель» достижения Вашей цели.

Что делать, если Вы решили изучать английский язык самостоятельно? Достаточно просто - откройте описание выбранной Вами программы на сайте курсов английского языка и посмотрите два параметра - количество слов и грамматические темы, которые Вы выучите пройдя эти курсы!

Измеримостью будет *количество слов и количество грамматических тем*.

Запишите критерии измеримости результата достижения Вашей цели:

Отлично!

Вам в обязательном порядке необходимы критерии достижение Вашей цели - то что Вы можете замерять и в последующем планировать достижения целей! Только так, Вы будете стремиться достигнуть Вашей цели, а не погрязнете в процессе по пути к её достижения!

www.smart-tools.org
Инструментарий личной эффективности

8. Следующий критерий, к которому Вам необходимо привести Вашу цель - это **ДОСТИЖИМОСТЬ!**

Ваша цель должна быть достижимая! Очень хотелось бы достигнуть такие цели как: «Мир во всём мире», «Чтобы все стали богатыми» или «Чтобы больше не было войн и голодных», но на данном этапе развития общества, к сожалению, это невозможно. Ставьте достижимые цели!

И в тоже время **ОЧЕНЬ** желательно чтобы Вы ставили цели с **ВЫЗОВОМ** - **БОЛЬШИЕ** цели! Как Вы помните из примера про Илона Маска - ставить **БОЛЬШИЕ** цели необходимо, просто для их достижения нужно провести **декомпозицию БОЛЬШОЙ** цели.

Вы обратили внимание, что измеримость связана с наличием у Вас **РЕСУРСОВ!** Критерий **ДОСТИЖИМОСТЬ** как раз и указывает Вам на те ресурсы и их количество, которые Вам необходимы для достижения Вашей цели! Ресурсы есть двух видов - финансовые и временные (человеческий ресурс мы не рассматриваем в связи с тем, что мы говорим о личной эффективности, а человеческий ресурс (Ваш подчиненный) - это больше относится к корпоративной сфере.

Что если Вы не обладаете ресурсами для достижения Вашей цели (и скорее всего на этапе замысла цели так и есть)? Вас это не должно останавливать!

**НАМ ТОЛЬКО КАЖЕТСЯ,
ЧТО ГЛАВНЫЕ БАРЬЕРЫ В ДОСТИЖЕНИИ ЦЕЛЕЙ -
ЭТО НЕХВАТКА ДЕНЕГ И/ИЛИ ВРЕМЕНИ!**

В тоже время, это самые простые вещи по сравнению со всем остальным, что Вам понадобится для достижения Вашей цели (силы воли, упорства, настойчивости, умения просить и коммуницировать с другими людьми)! Непосредственно ресурсы мы обсуждали здесь. И Вы можете почитать, как эти ресурсы соотносятся друг с другом и как их можно взаимозаменять.

Люди, в основном, жалуются **НЕ** на нехватку времени, а на отсутствие денег, хотя время более **ЦЕННО**. Но всё же, что делать, если для реализации цели необходимы деньги?

На основе рекомендаций ведущих мировых специалистов мною разработана техника преодоления СТРАХА НЕХВАТКИ ДЕНЕГ! Это бесплатный БОНУС к этому «Навигатору по целям». Вы его найдёте пройдя по этой ссылке.

Какой же измеритель в примере о машине VW *Touareg*? Правильно - цена! Во время прохождения тест-драйва я узнал его цену - 50 000 \$.



Мне нужно найти где-то 50 000 дол. США - это финансовый ресурс. Как я его могу перевести в временной, если у меня нет этой суммы? Какими путями я могу ДОСТИЧЬ своей цели? Могу устроиться на ещё одну работу. Если я продам машину (финансовый ресурс), которой владею сейчас и буду все деньги с дополнительной работы на протяжении года (временный ресурс) собирать, то я ДОСТИГНУ своей цели!

Вам может понадобиться только один вид ресурсов - или финансовый (тогда пойти и купить), - или временной (сесть и написать эту книгу).

Теперь Вы знаете, какими ресурсами обладаете! Знаете, какие ресурсы более важные! Знаете, как избавиться от барьера - СТРАХА НЕХВАТКИ ДЕНЕГ (если посмотрели бонус)!

Следующим этапом, определяющим ДОСТИЖИМОСТЬ Вашей цели станет план действий, который определит откуда брать нужные Вам ресурсы. Вы правы - это похоже на ИГРУ!!!

Итак Вам нужны ресурсы - ВРЕМЯ и ДЕНЬГИ!

Планируйте - я потрачу на изучение английского языка - 2 часа 3 раза в неделю на протяжении 2 лет! И выделю из

зарплаты сумму денег на оплату курсов! Всё!!! У Вас нет оправдания не выполнить эту цель - Вы знаете как это сделать!

Без предыдущего шага по конкретизации (ПЕРВОГО ДЕЙСТВИЯ) Вы не сможете определить ресурсы необходимые Вам! А когда Вы определились с ресурсами - Вы можете продумать пути выделения времени или получения финансового ресурса.

Не бойтесь ПРОСИТЬ! Это один из важнейших навыков высокоэффективных людей! Заставьте себя не брать кредит в банке, а попросить помощи у родных или друзей. Конечно, чтобы не поссориться с родственниками и чтобы друзья остались друзьями, Вам нужно ОБЯЗАТЕЛЬНО вернуть то что Вы возьмёте! Это всё равно Ваша цель - Вы одолжили только ресурсы на неё!

Запишите, какие ресурсы и сколько Вам потребуется для достижения Вашей цели:

А теперь подумайте и опишите возможные пути получения этих ресурсов:

Замечательно!

9. Следующий критерий, к которому необходимо привести Вашу цель - это **ОБОСНОВАННОСТЬ**! Главный вопрос ОБОСНОВАННОСТИ - «ЗАЧЕМ?». Мы уже обсуждали эту тему тут.



Обоснование цели самый важный критерий! При продумывание его, Вы должны доказать себе, что эта цель действительно Вам необходима, что Вы не потратите деньги или время на ту цель, которая Вам не нужна!

Ответьте правдиво на вопрос - ЭТО ВАША ЦЕЛЬ? Достижение её важно для ВАС или для кого-то ещё?

Приведу пример с автомобилем:

Моя история такая - у меня есть машина и она меня удовлетворяла до определённого момента! Потом мы переехали за город, у меня родилась вторая дочка, мы завели большую собаку, которую возили на выставки! Мне пришла в голову мысль о машине VW Touareg - вокруг города ямы, нужно много места в салоне и большой открытый багажник для собаки.

Главное - я вижу ЗАЧЕМ мне достигать эту цель! У меня есть серьезная МОТИВАЦИЯ для достижения этой цели! Это действительно важно для меня, как главы семьи. Например, я забочусь о безопасности своей семьи, а старая машина не может обеспечить достаточный уровень безопасности!

А что, если бы мне захотелось купить большой джип, чтобы похвастаться перед друзьями? Такое бывает? Нужен ли мне джип, если у меня нет семьи, я живу в квартире и мне некуда выезжать загород? Нужен ли он мне, даже если у меня есть финансовый ресурс для этой цели? Возможно направить эти ресурсы на другие цели?

Вы думаете такого не бывает? Вы думаете: да никто такого не делает! Пройдите по центру города, обратите внимание на большие машины и загляните в них - сколько там сидит людей?

Вы хотите выучить английский язык? А для чего он Вам? Знание языка это инструмент... Что даст Вам лично знание языка? Может рост по карьере? - Отлично! Откроет новые возможности в смене работы? - Великолепно! Позволит путешествовать автостопом по миру? - Замечательно!

А что Вам даст переезд в другую страну? Вы уверены, что не пытаетесь убежать от себя? Переезд Вам не поможет в этом! А если Вы видите реализацию своего призвания в другой стране по причине более развитого общества... - это то что Вам нужно!

Как говорил Стивен Кови - главное к какой стене приставлена лестница, по которой Вы поднимаетесь, иначе когда Вы достигнете верха, то разочаруетесь!!!

Обоснуйте свою цель - докажите, что она действительно Вам нужна и Вы видите в ней смысл.

Опишите ЗАЧЕМ Вам необходимо достижение этой цели, определите для себя, что именно эту цель (результат) Вы хотите достичь! Подчеркните в описании, что это важно лично для Вас!

Великолепно!

Для определения обоснованности Ваших действий я подготовил для Вас второй бонус: «ЗАЧЕМ?» - простая система вопросов, которые Вы можете задать себе и определиться, что прячется за Вашей целью!

10. И в конце Вы должны определить **ВРЕМЯ** достижения Вашей цели. Приблизительно так, как мы это делали используя «Формулу преобразования мечты в цель». Однако, есть несколько моментов, на которые я хотел бы обратить Ваше внимание...

Первое и главное - Вам необходимо поставить дату достижения Вашей цели.



Второе - дата, которую Вы поставите должна быть реальной и максимально точной. Например: «31 декабря 2016 года 12.00». Если Вы можете поставить время - это идеально.

Ни в коем случае не пишите «до конца года!» или «летом» или «когда найду ресурсы»... Это принесет к «замыливанию» Вашего видения и не стимулирует к действиям.

Вы не должны бояться перенести даты реализации Вашей цели и при этом снова ставить их чёткими.

Если я хочу машину к определённой дате, то я буду исходить из конкретного промежутка времени, в который мне необходимо осуществить действия по направлению к своей цели. Подытожим - чёткая дата необходима для ПЛАНИРОВАНИЯ!

Что значит РЕАЛЬНАЯ ДАТА? Это дата, когда реально Вы можете достигнуть цели! Слишком короткий промежуток времени не позволит Вам достичь Вашей цели и приведёт к разочарованию. Слишком длинный - расслабит и вполне может привести к «затуханию» инициатив по достижению Вашей цели.

Если Вы планируете выучить английский язык - то срок в 2 месяца - это нереальный срок! В тоже время, если термин будет 5 лет - Вы потеряете интерес к достижению этой цели!

Поставьте Вашу дату:

« _____ » _____ 20__ года « ____ . ____ »

Очень хорошая дата!

С ЭТОГО МОМЕНТА ВРЕМЯ ПОШЛО... ОНО НАЧАЛО ОТСЧЁТ К
ДАТЕ, КОТОРУЮ ВЫ ПОСТАВИЛИ И К КОТОРОЙ ВЫ ДОЛЖНЫ
ДОСТИЧЬ ВАШЕЙ ЦЕЛИ!
ПОМНИТЕ, ЧТО У ВАС НЕ ОСТАЛОСЬ ПРИЧИН НЕ ДОСТИЧЬ ЕЁ!

www.smart-tools.org
Инструментарий личной эффективности

11. Теперь Вам необходимо записать всё вместе:

В моём примере про машину получилось так:

Купить новый VW Touareg с дизельным двигателем объёмом 3.0 литра, с 8-ступенчатой коробкой передач Tiptronic, синего цвета (поставить себе в гараж) за 50 000 \$, продав свою старую машину и устроившись на ещё одну работу, накопить остальные деньги. Именно эту машину потому, что у меня большая семья, я живу за городом и у меня не идеальные дороги, мне необходим большой багажник так как у нас много вещей и большая собака, которую мы систематически возим на выставки. Совершить покупку и загнать в гараж 31 декабря 2016 года (как Новогодний подарок для всей семьи)!!!

Теперь Вы:

Конкретизация Вашей цели после первого действия	
Измеримость Вашей цели	
Ресурсы необходимые для достижения цели и где их брать, если Вы это видите	
Обоснуйте - ЗАЧЕМ Вам эту цель достигать	
Поставьте дату её достижения	

Мне кажется, что Вам пора действовать...

Время уже пошло...

Отсчёт запущен...

Ссылка на краткую [анкету](#).

12. Не свернуть с выбранного пути Вам поможет «Партнер по подотчётности».

Человеческая психология работает эффективнее, если есть постоянный контроль осуществлённых действий. Существует всемирно известная практика, которая доказала на множестве примеров свою эффективность - это, так называемый, «партнёр по подотчётности».

Хочу привести пример для понимания этой методики...

Если Вы решили бегать по утрам каждый день, то с большой вероятностью, когда будет идти ливень, Вы «передоговоритесь» с собой (это мы умеем очень хорошо). Мы скажем себе - такая плохая погода... я могу заболеть и потом неделю не бегать и т.д.

Но если Вы бегаєте по утрам с кем-то, и понимая, что даже несмотря на дождь, внизу Вас ждёт партнёр по бегу - Вы заставите себя побежать!

Как Вы можете использовать эту методику при достижении своей цели? Найдите «партнёра по подотчётности». Это может быть родственник или друг, хотя лучше это будет не настолько близкий человек. Идеальный вариант, если Вы будете партнёрами по подотчётности один для другого.

Как это осуществить? Просто!

Вы созваниваетесь, контактируете в SKYPE или встречаетесь каждый день! Ваше общение может занимать от 1 до 3 -х минут! Структура Вашего разговора касательно подотчётности выглядит так:

- Привет!
- Я вчера сделал то-то и то-то, те действия которые планировал вчера с утра!
- Сегодня я планирую сделать то-то и то-то!
- Про результаты расскажу тебе завтра утром, когда мы созвонимся...

Вы можете запланировать совместные действия или возможно Вы осуществляете совместный проект и тогда «подстёгивать» Вас к действию будет Ваш партнёр! Он будет стимулировать Вас «закрывать» Вашу часть работы в определённые сроки.

13. Выходом из тупика будет Ваш «Мозговой центр».

«Мозговой центр» это обязательный элемент всех успешных людей, хотя иногда они даже не осознают, что он у них есть.

Мозговой центр это группа людей, которые обладают жизненным опытом, имеют отличные от Ваших навыки, возможно они более успешные, а возможно, параллельно с Вами достигают своих целей или помогают Вам их достигать в роли «партнёра по подотчётности».

Эта группа людей, обычно от 3-х до 5-ти человек, которые могут посмотреть на Вашу проблему под другим углом! Они могут провести «мозговой штурм» по Вашему вопросу и помочь Вам выйти из тупика или преодолеть барьер на пути достижения Вашей цели.

Это могут быть Ваши друзья, коллеги, участники совместного клуба и даже родственники - все кто могут серьезно отнестись к РАБОТЕ над Вашей целью!

Мозговой центр работает для всех его участников - он не создается под кого-то конкретно. Это «осознанная взаимозависимость», которая порождает «синергию».

Специально написав эти непонятные термины, мне бы хотелось чтобы Вы самостоятельно нашли их значения в интернете и литературе, чтобы посмотрели у каких авторов они встречаются и как используются успешными людьми.

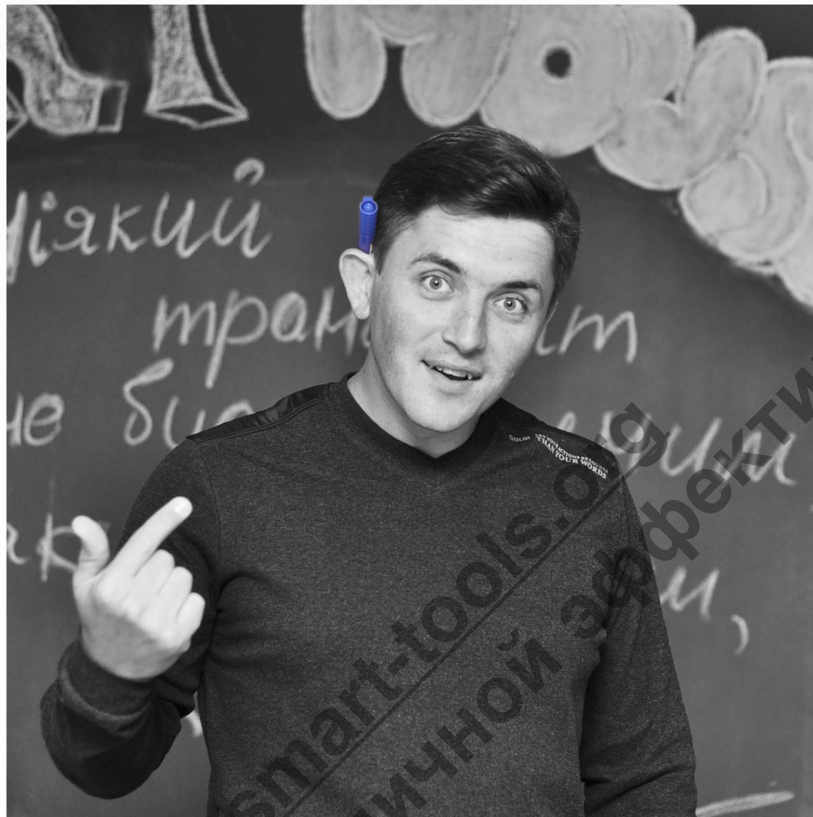
Прочтите книги, где эти термины встречаются.

Полезным будет также найти информацию по тем методикам и моментам, которые Вас заинтересовали в этом материале.

Это приведёт Вас на путь развития и обретения осмысленности, как в личной эффективности, так и в построении ЖИЗНИ ВАШЕЙ МЕЧТЫ!

Поздравляю Вас с началом очень интересного пути длиною в жизнь! Очень приятно, что Вы сделали этот шаг вместе со мной! Вы серьезно продвинулись на пути достижения Ваших целей и я уверен, что Вы добьетесь результата! УДАЧИ ВАМ!

Меня зовут Дмитрий Гайдар



ДМИТРИЙ ГАЙДАР — ОСНОВАТЕЛЬ ПРОЕКТА «ИНСТРУМЕНТАРИЙ ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»

Я решил начать своё дело потому, что это единственный способ на 100% реализовать себя и максимально эффективно помочь людям!

Каждый раз, когда я занимаюсь своим проектом, я думаю о людях, которым он поможет изменить свою жизнь к лучшему!

Действовать без промедления, не сдаваться и не останавливаться. Это касается и определения своего предназначения и начала своего проекта!

**Я ВЕРЮ, ЧТО
ЖИТЬ НУЖНО СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ, А НЕ ЧУЖОЙ;**

**«ПЛЫТЬ ПО ТЕЧЕНИЮ»
НЕ ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ СУЩЕСТВОВАНИЯ;**

**МОЖНО ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБИМЫМ ДЕЛОМ И ПОЛУЧАТЬ
ЗА ЭТО МАТЕРИАЛЬНОЕ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ;**

МОЖНО САМИМ ВЫБРАТЬ СВОЙ ПУТЬ!!!