

Андрей Диянов
То, о чем не говорят.
Секретный элемент успеха

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39826706
ISBN 9785449600400*

Аннотация

О чём вы думаете, когда слышите популярные слова «эффективность», «мотивация», «многозадачность», «стрессоустойчивость»? О них так много говорят, называя необходимыми условиями достижения успеха, но понимаем ли мы, о чём идёт речь? Вдруг за громкими словами скрывается что-то, без чего они оказываются пустой мишурой, фразами, вырванными из контекста? В этой книге автор рассказывает, какой смысл кроется за словами, которыми наполнилась наша повседневная жизнь.

Содержание

Введение	5
1. Эффективность	10
Может это фиктивная эффективность?	12
Цель НЕ всегда оправдывает средства	15
вот зачем нужны цели	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

То, о чем не говорят. Секретный элемент успеха

Андрей Диянов

© Андрей Диянов, 2018

ISBN 978-5-4496-0040-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

*Между тем, что я думаю, тем, что я хочу
сказать,
тем, что я, как мне кажется, говорю,
тем, что я говорю, и тем, что вы хотите
услышать,
и тем, что как вам кажется, вы слышите,
тем, что вы хотите понять, и тем, что вы
понимаете,
стоит десять вариантов возникновения
непонимания.
Но всё-таки давайте попробуем...
Эдмонд Уэллс*

Мы живём в мире, который, словно покрывало, окутывает нас с головы до ног. Информационное поле, в которое мы попадаем, как только открываем утром глаза, настолько плотное, что хочется зажмуриться.

Рекламные вывески, баннеры и плакаты пестрят разнообразием цветов, призывая обратить на себя внимание. Экраны смартфонов и ноутбуков выбрасывают на нас гигабайты видео, текстов, новостей, коротких сообщений. Постоянно где-то что-то шумит, играет музыка, разговаривают люди.

Нет ничего удивительного в том, что в этой информационной какофонии мы быстро подхватываем какие-то общеупотребительные слова, начинаем ими пользоваться, но при

этом не особо задумываемся над тем, что они значат. Мы просто пользуемся ими по образу тех людей, от которых их переняли. Правильно или неправильно – для нас не важно. Об этом даже нет времени подумать.

В детстве мне было очень интересно, почему некоторые слова обозначают именно то, что обозначают. Почему, например, слово «корова» обозначает именно животное, а «стул» предмет мебели? Кто придумал всем этим предметам названия? И, самое главное, как люди договорились о том, чтобы называть предметы одинаково?

Понятно, что на подобные вопросы зачастую нельзя найти ответ, поэтому со временем я переключился со слов, обозначающих предметы, на слова, обозначающие понятия психологии и философии, которые мы употребляем в повседневной речи.

В качестве примера таких известных многим слов можно вспомнить: квинтэссенция, коллаборация, синергия, фрустрация, девиантное поведение, когнитивный диссонанс. Мы используем их походя, часто не обращая внимания, к месту ли то или иное слово. А если бы кто-то остановил нас и попросил дать объяснение, что значит сказанное только что, то в большинстве случаев мы не смогли бы дать ответ.

В этой книге я решил разобраться со значением ряда слов, прочно вошедших в последнее время в наш лексикон. Они стали популярны, любое выступление коуча или менеджера по обучению не обходится без их применения. Но при

этом, если внимательно приглядеться, можно заметить, что эти люди и аудитория часто говорят на разных языках.

Недавно мне довелось присутствовать на обучении, организуемом службой персонала для линейных сотрудников. Им рассказывали историю компании, поздравляли с тем, что судьба повернулась к ним лицом, позволив попасть в этот дружный коллектив, а потом стали говорить, что будет дальше. В частности, менеджер по обучению рассказал, что для развития в качестве сотрудника нужно быть эффективным в рабочее время, достигать запланированных целей, быть коммуникабельным, стрессоустойчивым и замотивированным на результат. Ещё обязательными качествами оказались способность работать в режиме многозадачности и позитивное мышление.

Я смотрел на молодых парней и девушек, многие из которых недавно закончили учебные заведения (и не у всех это были ВУЗы) и понимал, что за кивками и улыбками скрывается стена непонимания. Они слушают, что-то записывают, но при этом совершенно не представляют, о чём идёт речь. Просто им стыдно в этом признаться. Ведь все остальные молчат и кивают головами.

Так уж мы устроены, что не любим выставлять себя дураками в малознакомом обществе. Да и в хорошо знакомом тоже. Поэтому нам проще промолчать, чем задать вопрос выступающему и показать своё невежество. Мы боимся, что остальные будут над нами смеяться.

Общаясь потом с некоторыми из этих молодых ребят, я узнал, что абсолютное большинство не поняло, что имелось в виду под эффективностью и замотивированностью на результат. Но больше всего их озадачила необходимость иметь позитивное мышление. «Я что, должен, как дурак, постоянно улыбаться?» – спросил меня один из парней.

Поразительно, но зажигательное выступление менеджера по обучению, которое должно было разжечь в сердцах молодых людей огонь, в основном вызвало недоумение и негатив. Почему? Потому что, как я уже говорил, языки аудитории и выступающего оказались разными. И со стороны спикера не было никаких попыток объяснить, что означает вся эта тарабарщина.

Так ко мне пришла в голову идея этой книги. Я решил последовательно разобрать, что означают такие популярные слова, как эффективность, мотивация, вдохновение, многозадачность, стрессоустойчивость и позитивное мышление. Немного вникнуть в историю их появления, дать определение, разобраться в том, что они означают.

Кроме того, я решил показать, что не всегда понимание смысла слова помогает стать этому слову жизнеспособным. В частности, у таких явлений, как работа в режиме многозадачности, постоянное позитивное мышление или непрекращающийся поиск вдохновения есть не только сторонники, но и критики. И с их точки зрения, всё это не работает.

У меня есть пара мыслей, почему они не работают в самостоятельном режиме, которыми я поделюсь с вами в заключительной главе. Она будет посвящена дисциплине. Там я так же постараюсь вникнуть в смысл этого слова, разобраться с его значением и посмотреть, как она помогает эффективности, мотивации, вдохновению и остальным открыться с другой стороны. Из нерабочих инструментов стать тем, что облегчает нам жизнь.

Что ж, лично я не особо люблю долгие вступления. Особенно такие, где начинают рассказывать краткое содержание глав, пересказывая книгу целиком. Поэтому давайте перейдём к делу.

1. Эффективность

*Нет ничего более лёгкого, чем быть занятым,
И нет ничего более трудного, чем быть
результативным.*

Ален Маккензи

Как часто вам приходится слышать, что вы неэффективны? Или, наоборот, достаиваться похвалы от начальства, заметившего, насколько вы эффективный сотрудник?

Личная эффективность в последнее время стала чем-то сродни религии. Мы гонимся за эффективным использованием времени, стараемся быть эффективными в работе, в отношениях с другими людьми и даже со своей семьёй. Ни минуты покоя.

Если вы ненароком подумали, что сейчас я начну философствовать на тему, когда вы в последний раз гуляли под дождём или любовались закатом, то можете успокоиться, этого не будет. Я и сам, честно сказать, гулять под дождём не люблю – мокро, неудобно, холодно.

Вообще речь не об этом. Просто все говорят и говорят про эффективность, но понимают ли, о чём они говорят? Вот лично вы какой смысл вкладываете в это слово? Что оно для вас значит?

Когда-то у меня было такое определение: эффективность – это когда успеваешь сделать много дел за ограничен-

ный промежуток времени. Часто после такого эффективного дня я приходил домой и просто валялся с ног от усталости. Даже свет в комнате не было сил выключить. Тогда я и задал себе вопрос:

Может это фиктивная эффективность?

Полез в интернет, стал читать разные статьи. Мне же хотелось эффективность повысить. Кардинально и быстро. Но столкнулся я с тем, что везде давались разные определения.

Где-то под эффективностью понималась способность максимально быстро и качественно выполнять разного рода задачи. Такое определение мне сразу не понравилось, потому что очень было похоже на мою жизненную ситуацию. И эффективностью в этом случае не пахло.

Кто-то говорил, что эффективность – это эффективное достижение целей и решение задач. От такой формулировки мне стало даже грустно. Как можно что-то определять через само себя? Если я не знаю, что такое эффективность, как я могу понять, эффективно ли достигаю цели и решаю задачи?

Помимо разных определений и невозможности свести всё к единому знаменателю, интернет пестрил тысяча и одним способом достижения этой самой пресловутой эффективности. В качестве самого простого предлагалось вести дневник, записывать максимально подробно цели и планы, знать, зачем ты вообще что-то делаешь, всегда отдавать себе отчёт в происходящем, не вступать в пустые разговоры с инопланетянами, так как они обернутся неэффективной тратой вре-

мени. Правда, если вы пишете книгу о контактах с веземным разумом, то такие разговоры могут обернуться для вас эффективностью на блюдечке с каёмочкой веземного цвета.

Были способы и посложнее. Например, улучшать коммуникативные навыки и заводить полезные знакомства. Потрясающе. Я читал и, буквально, видел, как моя эффективность возрастает. Ещё чуть-чуть, и для меня не останется ничего невозможного.

Говоря так, я, конечно, шучу. Решил уточнить, чтобы вы не приняли мои слова за чистую монету.

Так вот, весь этот массив знаний, который вывалила на меня мировая паутина, показался мне максимально бесполезным. Хорошо, что мне хватило терпения продолжить «копать» дальше. И в какой-то момент я докопался до простого, ставящего всё на свои места определения.

Эффективность – это соотношение между затраченными ресурсами и полученным результатом.

«Неужели всё так просто!» – воскликнул я, когда его прочитал. Теперь-то мне стало понятно, что, чем меньше затратишь усилий на достижение какой-то цели, тем эффективнее будешь действовать.

Предположим, что мне нужно сходить в магазин за хлебом и кефиром. Рядом с домом два магазина. Один прямо за углом, второй чуть подальше, через дорогу. В обоих торговых точках есть те продукты, которые нужно купить, зна-

чит наиболее логичным с точки зрения эффективности будет поход в ближайший магазин: я потрачу меньше времени и сделаю меньше шагов, а результат будет точно такой же, как если бы я сходил в магазин через дорогу.

Вроде всё элементарно. Только получается, что моё представление об эффективности как о способности успевать делать много оказалось слегка ошибочным. Выходит, чрезмерная загруженность и постоянная занятость не говорят об эффективности расходования времени или эффективном достижении целей.

Постоянная занятость говорит, что человек не может правильно оценить свои ресурсы, старается объять необъятное, а в итоге тратит силы на всё, не делая при этом ничего. В качестве результата получается физическая и моральная усталость, стресс и попытки замотивировать себя, которые не всегда приводят к успеху.

Можно задать резонный вопрос «почему»? И ответом на него будет отрицание крылатого выражения:

Цель НЕ всегда оправдывает средства

В самом деле, что имеют в виду люди, которые говорят эту фразу в её изначальном виде – цель оправдывает средства? Мне кажется, что-то типа: «Делай что хочешь, но баркас мой со дна достань». Не важно, большая или маленькая у вас цель, на её достижение с такой точки зрения нужно бросить все имеющиеся у вас ресурсы.

Эффективность – это соотношение между затраченными ресурсами и полученным результатом.

Как часто мы видим, что люди жертвуют всем ради достижения своей цели. Кто-то может голодать, отказывая себе во всём, экономить каждый рубль, чтобы съездить в отпуске к морю. Кто-то закладывает квартиру в банк, чтобы купить дорогую машину. Определённая категория людей берёт в кредит телефоны, стоимость которых превышает их двухтрёх месячную зарплату. А кто-то почку ради этого продаёт. Честное слово, сам по телевизору видел интервью с близкими этого человека.

Зная теперь определение эффективности, задайте себе вопрос: насколько эффективно эти люди расходуют свои ре-

сурсы, достойна ли цель таких вложений?

Конечно, на вкус и цвет товарищей нет, можете возразить вы. Но дело не в этом. Раз уж мы решили разобраться, что такое эффективность, то будьте объективными. Даже если в одном из примеров вы узнали себя.

Так вот, на мой взгляд, такая цель совсем не оправдывает вложения.

Через год выйдет новая модель телефона. Но вторую почку продать уже не получится. Дорогая машина может не произвести эффекта на коллег, девушек, не повысит ЧСВ¹. А ещё в неё может кто-то врезаться. Море никуда не денется, ради него не обязательно голодать. Правда, тут есть шанс отъестся хотя бы на курорте.

¹ Чувство Собственной Важности

ВОТ ЗАЧЕМ НУЖНЫ ЦЕЛИ

В какой-то момент я понял, кое-что из прочитанного ранее не так уж бесполезно. Когда эффективность переходит в область достижения целей соизмеримыми ресурсами, сразу становится ясно, зачем нужно ставить цели, почему они должны быть максимально подробными, зачем им обозримые временные рамки.

Одно время было популярно планирование на пять – десять лет вперёд. Уверен, вы о нём слышали. Задайте себе вопрос, насколько эффективен этот метод, каков шанс, что через десять лет вы достигнете тех высот, которые запланировали? Мне кажется, либо вы достигнете их в обозримом будущем, в течение года или двух, максимум трёх лет, либо ваша цель просто растает под лёгким бризом несрочности. На чём-то далёком так сложно сфокусироваться. Не даром говорят, лучше синица в руках, чем журавль в небе. К целям эта пословица тоже относится. А значит и к эффективности.

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.