Автор: admin
04.12.2011 19:50 - Обновлено 29.10.2014 07:47

Достигать или утешаться? Подводим итоги и ставим цели

В канун Нового года многие всерьез задумываются над тем, что им удалось сделать за прошедший год, почему не все получилось, строят планы на следующий год. Недавно от эксперта психологии бизнеса Сергея Змеева я услышала интересную классификацию. Он делит людей на достигающих и утешающихся.

Пока у меня не было случая спросить, ему принадлежат эти определения или он позаимствовал их у кого-то еще. Но мне нравится эта классификация. По моему мнению, она очень четко отражает внутреннюю суть людей дела, людей успешных и отличает их от людей, которые только говорят о своих мечтах, жалуются на жизнь, но ничего не предпринимают для качественного улучшения своей жизни или жизни своих близких.

В чем же между ними разница? Объясню, как я это понимаю. И те, и другие имеют мечты. И те, и другие строят планы по достижению своих целей. И те, и другие доходят до того момента, когда надо принять трудное и ответственное решение о выборе. И вот в этот момент они ведут себя совершенно по-разному.

Для большинства людей вопрос выбора достаточно сложный, а иногда и мучительный. Это вопрос ответственности за себя, за свою и чужую жизнь, это вопрос обязательств и обязанностей. Это то, что потом часто нельзя изменить, не чувствуя себя предателем или подлецом. Это вопрос принятия решения, последствия которого могут стоить нам очень дорого.

Так вот, доходя до точки выбора, **достигающие** все-таки решаются на поступки, осознавая, что этим очень осложнят свою привычную жизнь, выйдут из своей зоны комфорта, вынуждены будут еще больше работать, меньше отдыхать на дорогих курортах (ездить на охоту, рыбалку, бывать в фитнес-клубах, спа-салонах, проводить время с друзьями и т.д.).

А **утешающиеся**, взвесив все за и против, находят массу причин, которые убедительно доказывают им, что сейчас не самый подходящий момент, чтобы так резко менять свою жизнь, что вокруг есть много людей, которые тоже не стали ничего менять и живут себе

спокойно. Пусть их жизнь и не будет такой уж яркой, и осуществление мечты придется опять отложить до лучших, более благоприятных времен (когда будет больше денег, больше свободного времени, больше полезных связей, больше здоровья, больше сил…), но зато сейчас ничего не придется предпринимать. А это такое для них облегчение. Все останется, как прежде. Может, и не так радостно и увлекательно, как могло бы быть, но ведь у многих еще хуже.

А если начать что-то менять, может получиться совсем не такой уж и прекрасный результат. Поэтому лучше не рисковать. И, приняв решение ничего не предпринимать, утешающийся с облегчением возвращается к своей привычной жизни. И продолжает утешаться грезами о благоприятной ситуации, которая обязательно когда-нибудь сложится в его жизни, и тогда он непременно осуществит свою мечту решительно и целеустремленно.

Каждый из нас в разные моменты жизни мог быть и в роли утешающегося, и в роли достигающего. Важна пропорция. И важно понять, какую роль вы играете в действительно критически важных ситуациях, чтобы перестать оправдывать себя за то, что жизнь сложилась именно так, а не иначе. Чтобы взять, наконец, на себя ответственность за то, что происходит в вашей жизни, и перестать винить в этом кого-то или неблагоприятные обстоятельства. Это никогда не поздно сделать. И Новый год – лучшее время для ответственных решений и больших перемен!

Вспомните и запишите те цели, которые вы ставили перед собой на уходящий год. Затем запишите все ваши достижения и успехи за этот год, все новые знания, умения и навыки, которые вы приобрели, все, что вы сделали хорошего для себя и других людей.

Потом подумайте над вашими целями на следующий год и над тем, как вы сможете этого достичь – какие новые умения и навыки вам для этого потребуются, какие ресурсы надо для этого привлечь, от чего следует отказаться. Обязательно запишите все это сначала ручкой на бумаге, а уж потом можете напечатать и на компьютере.

И тогда ваши цели и мечты наполнятся вашей энергией и обязательно осуществятся. Особенно, если вы будете делать все то, что записали.

Автор - Ирина Кобзева
Источник