

Как превратить мысль в результат? Несколько проверенных правил

Хотели как лучше, а получилось как всегда.

(В. Черномырдин, экс-премьер-министр РФ)

Скажите, как часто посещают вас умные мысли? Можете не отвечать, никто не признается, что редко или никогда. И какую из мыслей, что постоянно крутятся в голове считать... неумной?

А другой вопрос. А сколько Ваших умных мыслей дали на выходе осязаемый результат? Понял... С этим туго. А ведь обидно, да! Только что была умная мысль и... пшик!

Хотели сделать как лучше... но пришла другая мысль, далее... В общем, только мыслим, иногда даже порываемся что-то делать, а результата нет.

А что делать, чтоб результат был? Да не такой, «как получится», а такой, который нужен!

Вот несколько простых, проверенных мною лично **правил**.

1. Правило быстрого старта. Начинайте реализацию как можно быстрее. Не надо раздумывать и просчитывать, просто хотя бы зафиксируйте свою мысль любым доступным способом. Кроме того, приступив к реализации быстро, Вы просто не успеете испугаться и найти достаточно убедительные «отмазки».

2. Правило «Начни с простого». Начинайте с самого простого и двигайтесь по нарастающей к сложному. Например, умная мысль – помыть посуду. Но уж очень сильно не хочется, и мозги начинают услужливо искать что-нибудь поприятнее. Что делать? Откройте кран. Просто? А что тут сложного? Сполосните чашки. Тоже просто, но уже... результат. А почему бы теперь тарелки не помыть? Вымыли тарелки. Осталась одна жирная сковородка. Ну, не бросать же! Всё, посуда вымыта, мысль привела к конкретному результату.

3. Правило пятнадцати минут. Дайте себе слово, что будете работать над воплощением мысли «в жизнь» всего 15 минут. Подготовьтесь, заведите будильник, начинайте и работайте. После того, как прозвенел будильник, остановитесь. Спросите себя, нужно ли продолжить дальше. Если «да», продолжайте до получения необходимого (с вашей точки зрения) результата.

4. Правило мотивации. Подумайте, как именно результат этой мысли вам поможет. Пример с посудой – убрать дискомфорт от созерцания страшного кухонного беспорядка в мойке. Мотивация помогает сделать не один шаг (не два, не десять...), а столько, сколько нужно для достижения результата. И обязательно подумайте о негативных последствиях отсутствия результатов. Тоже мотивирует... Только не увлекайтесь, иначе возможен обратный результат – нервная скованность и отказ от действий.

5. Правило плана. Составьте план выполнения и, насколько возможно, вычислите слабое звено (звенья). Именно оно (они) и подведёт в решающий момент, если вовремя не увидеть и не предпринять мер по его усилению.

6. Правило старта в течении 72 часов. Подходит для больших, глобальных идей, но иногда проскакивают интересные идейки, когда голова забита срочными и важными делами. Выпишите основные тезисы, где и как можете, дайте самому себе обещание приступить к реализации в течении трёх суток. Если этого сделано не будет, то всё, кранты... Психологи выяснили, что вероятность того, что начнешь что-то делать спустя трое суток, не более 10%. Вот такая не очень приятная особенность человеческой психологии.

7. Правило срока. Поставьте крайний срок достижения результата. Если достижений в этот срок не будет, бросьте заниматься ерундой.

8. Правило контроля. Всякое движение в сторону результата должно контролироваться. «События, предоставленные самим себе, имеют тенденцию развиваться от плохого к худшему», – Артур Блох, «Закон Мэрфи». И это действительно закон, такой же как и «Яблоко всегда падает на землю».

Как превратить мысль в результат

Автор: admin

21.06.2011 15:10 - Обновлено 30.10.2014 02:45

9. Правило молчания. Пустой трёп обычно не приводит ни к каким результатам, кроме отрицательных. Не делитесь мыслью ни с кем, пока не достигните пусть самого незначительного результата. Иначе ваша энергия уйдёт не в действия, а в слова.

10. Правило хваления. Обязательно похвалите себя при достижении любого, даже самого крошечного промежуточного результата. Как правило, он не тот, что вам нужен, но уже что-то... Похвалив себя, мы как бы подбрасываем дровишек в огонь.

Пожалуй, хватит. Всё равно большинство не будет следовать этим правилам.

Но уж если вы прочли эту статью до конца, знайте, в вас есть всё, чтобы (систематически применяя эти простые правила) сделать разницу между тем, что было, и тем, что будет, критической.

То есть разницу между полнокровной, успешной жизнью и стагнацией, которую многие и считают жизнью.

Так что же Вы выбираете?

Автор - **Михаил Груздев**

[Источник](#)