

МИХАИЛ ИВАНОВ

ПУТЬ

опыт старшего брата...



Выбирай верную дорогу

12+

Михаил Иванов

Путь. Опыт старшего брата

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=44554163

SelfPub; 2019

ISBN 978-5-532-09161-0

Аннотация

Используя информацию, изложенную в этой книге, ты получишь конкурентное преимущество в жизни! Эту небольшую книжку можно прочитать за два часа. Все главы в ней – руководство к действию. В процессе чтения ты как бы сможешь заглянуть в свое ближайшее будущее. И, возможно, внесешь корректировки в свое настоящее. Каждый из нас движется по своему пути. На любом пути встречаются развилки, когда нужно выбрать направление. Сделанный выбор влияет на всю дальнейшую жизнь. Бывает, что мы не осознаем последствий, к которым приведет наше решение... Я расскажу о своем опыте, но, в любом случае, решать тебе!

Содержание

Предисловие	5
Старт. Мотивация	11
Шаг 1. Школа	17
Шаг 2. Цель	23
Шаг 3. Куда дальше?	30
Шаг 4. Гранит науки	43
Шаг 5. Армия	48
Шаг 6. Карьера. В активном поиске	54
Шаг 7. Карьера. Первая работа: от стажера к профессионалу	65
Шаг 8. Карьера. Чего хочет начальник?	76
Шаг 9. Ошибки. Работа над собой	83
Шаг 10. Проблемы. Как с ними жить	88
Шаг 11. Сказка о потерянном времени	93
Шаг 12. Деньги. Минимальные знания	97
Шаг 13. Отношения с родителями	108
Шаг 14. Отношения. Семья. Дети	111
Шаг 15. Отношения с друзьями	115
Шаг 16. Спорт. В движении – жизнь	119
Шаг 17. Вредные привычки и вредные поступки	124
Шаг 18. Счастливого пути	129
Еще советую прочитать:	131

...Мне некогда читать Вашу книгу, простите...

(с) Игорь Манн,

автор книг по саморазвитию, маркетолог № 1 в России,
совладелец издательства «Манн, Иванов и Фербер»

...Книжку написал? Мммм! А ты сегодня обедал?

(с) Мама

Моим Родителям посвящается!

Предисловие

Легко ли написать книгу?

Да! Если знаешь для чего и для кого, то мысли ложатся на бумагу с завидной скоростью...

Привет! Эта книга написана для тебя. Да-да, именно...

Особенно, если тебе 12-16 лет или даже 20, смело читай!

Если больше, вероятно, ты уже сделал многие ошибки и упустил те возможности, про которые тут написано. Расскажи про свой опыт кому-то, кто в этом нуждается, тебе будут благодарны.

Если тебе меньше лет, то наслаждайся беззаботным (надеюсь) детством, эта книга пока не для тебя...

В любом случае, ты, конечно, можешь полистать несколько страниц... Ничего страшного не случится!

Я постарался написать весь текст так, чтобы читать и понимать его было легко. Если в какие-то моменты это будет не так, пропусти те страницы, которые будут напрягать, читай остальные.

Признаю, что некоторые моменты раскрыты тут лишь поверхностно. В то же время книга должна натолкнуть тебя на определенные мысли. А дополнительную информацию при желании ты можешь получить из других источников. В самом конце я перечислил список книг, которые, по моему мнению, должен прочитать каждый. В них ты найдешь отве-

ты на многие свои вопросы. Получишь дополнительную полезную информацию для себя.

Если ты еще учишься в школе, то все равно прочитай все, что тут написано. Даже главы с советами про поиск первой работы и профессиональное развитие. Информация в них позволит тебе немного заглянуть в будущее. У тебя есть шанс заранее понять, с чем тебе придется иметь дело. Возможно, ты что-то скорректируешь в своих действиях и поведении уже сейчас.

После первого прочтения сохрани эту книгу и при необходимости периодически перечитывай. По мере взросления и перехода на следующие этапы некоторые моменты будут обретать для тебя новый смысл.

Недавно мне исполнилось тридцать лет, я родился в небольшом провинциальном городке с населением в двадцать тысяч жителей в весьма небогатой семье. Окончил школу там же. Перспективы на дальнейшее будущее, мягко говоря, были несколько туманны. Поступил в высшее учебное заведение неосознанно, скорее, по желанию родителей, – в единственный в нашем городе вуз, еще учась в одиннадцатом классе школы. На тот момент абсолютно не понимая, чего я хочу и могу в жизни, и не думая о том, чем мне действительно хочется заниматься. К сожалению, как и подавляющее большинство моих сверстников.

Конечно же, мы с мамой выбрали самую востребованную на тот момент профессию, все родные говорили мне, что,

получив диплом, я стану «хозяином жизни». К получению диплома, правда, оказалось, что экономистов стало как-то многовато. Да и зарплата у них так себе. А если тебе уже 22 года и еще нет десяти лет опыта, то на работу устроиться практически невозможно.

Немного смешно, правда? А мне в тот момент было как-то не очень...

Потом была насыщенная череда событий и моих решений, которые сильно повлияли на мою дальнейшую жизнь. Всего через три года я уже был самым молодым менеджером (руководителем) в отделе. В серьезной Консалтинговой компании в Москве. У меня уже было свое жилье в столице, и я сам уже принимал на работу сотрудников.

Сейчас у меня есть своя шикарная квартира в красивом новом жилом комплексе бизнес-класса с охраной и выходом в старинную усадьбу. Но я не живу в ней, потому что мы с девушкой в этом году купили еще одну, трехкомнатную.

Можно сказать, что я добился определенного успеха по сравнению со среднестатистическим молодым человеком в России. В то же время я не вхожу в тот узкий круг «небожителей» от бизнеса, сколотивших миллионы, а значит между нами нет какой-то безумной пропасти. Я не научу тебя, как купить дорогую машину с нуля, за один год. Но я расскажу тебе, как не тратить время впустую, выбрать дело всей своей жизни, быть счастливым и финансово независимым.

В этой небольшой книге я хочу поделиться с тобой своим

опытом! Опытom моих ошибок и моих успехов, расскажу, сколько времени я потерял зря. Сколько раз напрасно принимал навязанное, не свое решение. Сколько наделал глупостей и сколько упустил возможностей. Расскажу, какие действия, напротив, были удачными. Даже помечтаю, какой могла бы быть моя жизнь сейчас, знал бы я сразу все то, что знаю теперь.

Стоп! Сколько лет тебе сейчас?

А ведь как раз столько, сколько было и мне тогда... Улавливаешь?

Будет ли тебе это полезно? Сомневаешься?! Могу привести факт.

На каждом собеседовании, а я их провел уже более сорока за несколько лет, почти все кандидаты в рассказе о себе вещают одну и ту же историю. Мою историю. После школы – неосознанный выбор учебного заведения и профессии. Куча потерянного времени и иногда денег, сожаление и запоздалое осознание простых истин...

Мы все делаем одинаковые ошибки!

В процессе чтения ты можешь как бы заглянуть в свое ближайшее будущее, а потом вернуться и изменить его, если что-то не очень понравится.

Когда мы молоды, мы иногда не доверяем родителям, с одной стороны, они прошли уже многое и имеют хороший жизненный опыт, с другой стороны, прошло минимум двадцать лет с того момента, когда они были в нашем возрасте,

и они многое современное не понимают. Жизнь стремительно меняется.

Ситуация усугубляется тем, что для родителей мы всегда дети, и они слишком пренебрежительно порой относятся к нашим убеждениям, ценностям и некоторым поступкам. Хотя сами были такими же. Они иногда неправильно доносят до нас информацию и дают. Никто не любит, когда ему читают нотации, мы же все это уже слышали, мы уже не дети, мы делаем осознанные поступки. Или делаем так, как делают все, но это нас устраивает, мы ведь тоже хотим попробовать.

Это родительское пренебрежение и давление, в свою очередь, формирует у нас естественную психическую реакцию, мы не соглашаемся, не принимаем их мнение и советы, иногда специально и показательно делаем наоборот.

Родители для нас зачастую не авторитеты. Нас учит улица, заставляет что-то делать или не делать, пример сверстников и свой собственный опыт.

Некоторым из нас везет, у нас есть старший брат, сестра или хороший знакомый, более опытный, чем мы, и прошедший те шаги, набивший те шишки, которые мы сейчас набиваем. Мы можем спросить у них совета, или они подсказывают что-то сами.

Им мы доверяем больше и часто поступаем, как они, или избегаем поступков, которые они советуют избежать. Они хорошо понимают нас, они не читают нам нотации. Но они есть далеко не у всех. А еще дать действительно правильный

совет сложно.

Я сейчас беру на себя очень большую ответственность, но объективно я готов на это подписаться. Я на этих страницах буду давать тебе советы с позиции твоего старшего брата или старшего товарища. Ты меня не знаешь, и я не являюсь для тебя авторитетом, но я и не буду читать тебе нотации, и не буду давить, просто буду рассказывать о своем опыте.

Принимать мои советы или нет, решать тебе. Всю ответственность за свои поступки все равно несешь ты сам.

Если тебе интересно и ты готов читать дальше, то первый совет я дам тебе прямо сейчас.

Поехали...

Старт. Мотивация

Не ленись никогда! Твое желание делать что-то называется мотивацией, мотивация бывает разная.

Чтобы было понятнее, представим ситуацию. Тебя неожиданно будят в семь утра в воскресенье и говорят: иди на стадион и бегай полчаса – это полезно. Пробежав, ты получишь бесплатную бутылку минералки. Согласись, в такой ситуации ты пошлешь своих доброжелателей довольно далеко, а сам останешься в постели.

А если тебе в тех же условиях прочитают убедительную лекцию о пользе бега и здоровом образе жизни? Вероятно, ты захочешь побегать, но как-нибудь в другой раз.

Идем дальше! Тебе предлагают уже не бутылку минералки за полчаса бега на соседнем стадионе, а 100 долларов! Если твой папа не миллионер, то ты, наверное, выскочишь с постели раньше, чем твой собеседник договорит.



Что изменилось? Включился мотивирующий фактор, играющий для тебя серьезное значение. При одновременном достаточно простом необходимом действии.

Если тебе предложили бы за те же деньги бегать весь год каждый день в любую погоду, то ты наверняка бы глубоко задумался. Действие гораздо сложнее, и мотивация нужна более существенная.

Но! Более существенная не значит больше денег. Например, тебе говорят: бегай каждый день по полчаса весь год в любую погоду. И каждый день, пока ты бегаешь, мы будем вкусно кормить десять детей-сирот. Скорее всего, победишь! Верно? Потому что появился дополнительный смысл в действии. Не бег ради бега, а благотворительная акция.

Возможно, ты также победишь при условии, что бегать будешь не один, а с группой таких же бегунов. По итогам забега будет определяться победитель, которого поздравят и вручат грамоту. Теперь включился соревновательный момент, ты хочешь быть первым, лучшим, хочешь признания.

Так работает мотивация. Важна ли она? Скажу так, немотивированные люди практически никогда не добиваются действительно хорошего результата в том, что делают.

Отсюда два вывода!

Во-первых, нужно делать то, что действительно нравится тебе, а не равняться на окружающих. У них свои интересы и своя мотивация.

Во-вторых, если что-то делать не хочется, но нужно,

например: помогать родителям, делать уроки, заниматься спортом, учить английский – необходимо себя замотивировать.

Рецепты для всех разные, попробуй что-то из перечисленного или что-то свое.

1. Сядь поудобнее, закрой глаза, подумай о том деле, которое тебе нужно сделать, теперь представь, что оно уже выполнено. Визуализируй результат, представь, что все получилось очень хорошо, на высшем уровне. Подумай о том, какая реакция будет у окружающих. Как тебе самому будет приятно... Теперь открой глаза и приступай!

2. Посмотри мотивирующее видео, особенно много хороших роликов создано на тему рационального использования времени, спорта и саморазвития. Просматривая их периодически, можно постоянно держать себя в тонусе.

3. Пospь с родителями или с другом, что сделаешь определенное дело в определенный срок. Чем больше усилий предполагает действие, тем оощутимее должен быть для тебя предмет спора.

4. Пообещай себе вознаграждение за конкретно выполненное задание. Вознаграждение – это то, что тебя порадует. Например, бегал с утра всю неделю – сходи на выходные в кино.

Еще замотивировать может личная цель, это как бы спор с собой, вызов себе.

Я когда-то в школе поставил себе цель, что через две неде-

ли буду подтягиваться на перекладине десять раз. В реале я делал это всего пять раз с трудом. Главная моя мотивация на тот момент была мысль – визуализация. Меня в очередной раз вызывают к турнику на физкультуре. И я вместо жалких четырех раз лихо делаю десятку! Чем непременно повергаю в шок учителя и одноклассников.

Я не успел натренироваться за две недели, подтянулся только восемь. Даже этот мой результат вызвал удивление и уважение, и, как ты понимаешь, я начал заниматься. У меня появилась мотивация! Самое замечательное, что по истечении двух недель я привык каждый вечер «мучать» турник и продолжаю регулярно заниматься на протяжении всего времени. Сейчас я подтягиваюсь шестнадцать раз. Многие мои знакомые на это неспособны. Меня бодрит эта мысль!

Кто-то учит английский и, представляя, как свободно через какое-то время разговаривает на нем, снова и снова штудирует учебник и заучивает фразы.

В принципе, мотивация нужна в большей степени для того, чтобы начать какое-либо действие. Когда ты начал, то становится в разы легче.

Не хочется готовить домашнее задание для школы или института?

Стоп! Удели мне три минуты! Подойди к столу или тому месту, где ты обычно его готовишь. Достань все необходимое, сядь, убери все лишнее. Открой книгу или тетрадь, прочитай первое задание. Все. Теперь можешь сам выбрать,

что делать дальше. Ты, конечно, можешь вернуться к тому занятию, которое делал до этого момента. Но согласишься, что продолжить делать домашнее задание после того, как ты начал в него погружаться, стало совсем легко. Важно начать!

Понимаешь, что нужно пойти на стадион побегать, чтобы привести себя в форму к лету. Лень? Встань! Оденься в спортивную форму, выйди из подъезда. Теперь можешь вернуться или пойти бегать. Круто? Еще бы!

А еще знай, что если чем-то занимаешься в течение двадцати одного дня, то формируется привычка. И после этих трех недель продолжать существенно легче, главное продержаться 21 день!

Пишу эти строки и понимаю, что с утра еще хотел показать пресс, а сейчас уже почти обед. Отложил ноутбук и лег на пол. Как вы думаете, я сейчас просто поваляюсь немного или все-таки начну делать упражнения? Пospорим?

Прямо сейчас последуй моему примеру!

Встань и начни делать то, что не очень-то хотел, но это для тебя важно. Не читай пока дальше! Прямо сейчас! Давай!

Шаг 1. Школа

– Да ладно?!

– Ага, сама в шоке! А еще сумочкой по лицу со всего размаха, там просто у всех глаза на лоб полезли!

– Сама Маринка виновата, нечего парней уводить чужих! Я бы еще волосы все ей выдрала...

Две одноклассницы на задней парте обсуждают нюансы личной жизни их общей подруги. Параллельно с завидной частотой проверяя мессенджеры и социальные сети.

Кто-то дурачится и троллит товарища, кто-то задумчиво рисует человечков на полях. Многие вполголоса переговариваются о своем или сидят в смартфонах.

Пара человек явно неплохо провели вчерашний вечер и теперь почти спят сидя.

Урок русского языка в старшем классе в самом разгаре...

И только несколько человек внимательно слушают преподавателя, периодически что-то записывая. Ботаники, конечно же, «лошары». Потом их возьмет на хорошую работу какой-нибудь двоечник, думают многие вокруг.

Реальность, к сожалению или счастью, не такая. Один из самых важных уроков, которые я извлек в следующие десять лет с момента обучения в старших классах: знания – самый ценный актив.

Может быть, ты со мной сейчас не согласишься, ведь ты

клевый парень или девчонка и всегда пробьёшься в жизни за счет своего природного обаяния, харизмы и подвешенного языка. Тем более то, чему учат в школе, вообще никогда больше тебе не пригодится...

Точно могу сказать: тебе на сто процентов пригодятся те нейронные связи, которые образуются в процессе твоего обучения. А также, куда бы тебя ни занесла жизнь после школы, тебе очень пригодится умение излагать свои мысли, которое ты можешь приобрести просто периодически вслух отвечая домашнее задание и заранее подготовившись к ответу, естественно. Ну а приобретенный словарный запас напрямую будет влиять на уровень твоего дохода все остальное время. Это проверенный многими факт.

Нет, ты, конечно, можешь и потом все это приобрести, а сейчас – самые лучшие годы твоей жизни, естественно, нужно больше веселиться и развлекаться.

Но! Если ты не обделен теми самыми нейронными связями, то через несколько лет (а то и раньше, при поиске первой работы) ты получишь запоздалое осознание, что учиться, особенно в старших классах, было все-таки важно. И тебе станет жаль потерянного времени. Не веришь?

Сейчас я тебя немного напрягу...

Давай раскинем плюсы и минусы, что ты получишь и что потеряешь, если все-таки начнешь проявлять интерес к урокам, учить домашнее задание и осознанно прокачивать свой уровень знаний.

Плюсы:

- мой уровень общего развития будет в среднем выше, чем у большинства людей моего возраста, сформируется платформа для дальнейшего развития;
- словарный запас будет богаче, речь более грамотной;
- решать повседневные задачи в любой сфере будет легче, принятые решения будут, в целом, более правильными и обоснованными;
- я буду яснее излагать свои мысли, легче будет запоминать новую полезную информацию, разговаривать с любыми собеседниками будет проще;
- полученные знания и хорошие выпускные оценки позволят с большей вероятностью поступить в выбранное учебное заведение;
- в целом, у меня будет существенно больше возможностей для выбора дальнейших вариантов действий;
- некоторые одноклассники и знакомые будут относиться ко мне более уважительно, и будут брать с меня пример.

Минусы:

- меньше времени останется на развлечения;
- некоторые одноклассники и знакомые (как правило, с низким уровнем развития) не поймут и начнут относиться ко мне пренебрежительно.

Как видишь, у меня плюсов получилось больше, чем минусов. А у тебя?

Кстати, написанные мной минусы могут быть и плюсами,

если у тебя останется меньше свободного времени, ты, скорее всего, начнёшь относиться к нему более разумно. И поверь, если даже сейчас ты не понимаешь, о чем я говорю, то к N-ому возрасту ты осознаешь, что нужно было учить уроки и развивать мозги, а не сидеть в социальных сетях и играть в компьютерные игрушки. Но время будет уже потеряно.

Знакомые, которые перестанут с тобой общаться (если такие будут), после того как ты изменишь свое поведение, не очень-то тебе и нужны. Они только тянут тебя вниз. Таких людей нужно отпускать как можно скорее.

Я хорошо учился в школе, в старших классах немного хуже, но, в целом, школу окончил без троек. Это то, чем я сейчас могу гордиться, и это помогло мне во многом.

ВОЗМОЖНОСТИ



Есть и то, о чем я жалею, что мог бы начать прокачивать свои знания и разговорные навыки еще тогда, больше читая и разговаривая на темы, которые не являются для меня повседневными. Если бы я начал четырнадцать лет назад, то сейчас, к тридцати годам, я был бы очень крутым и, возможно, был бы одним из лучших в России в любой выбранной мной сфере. Это открыло бы передо мной возможности, которых сейчас нет.

Не повторяй мою ошибку, развивайся, школа – отличный полигон для этого. И это первый твой серьезный шаг.

Успехов!

Шаг 2. Цель

Все вокруг, особенно разные напыщенные умники, которые уже чего-то добились в жизни, кричат направо и налево, что у каждого должна быть цель. Якобы без цели нельзя двигаться вперед, как судну в море нельзя двигаться без курса. Правы ли они? Мой опыт показал, что на все сто процентов.

Если хочешь добиться того, что для тебя важно, у тебя должен быть ориентир!

Приведу простой пример! Допустим, ты вызвал такси, и водитель спрашивает – куда ехать. И вот тут возможны следующие варианты: ты или назовёшь цель (конечный адрес) и тогда попадешь туда достаточно быстро, или если не сможешь его назвать, то водитель никуда не поедет либо повезет тебя в то место, куда ему захочется (и это будет его цель). При этом вполне возможно, что ты будешь отдаляться от своего адреса (своей настоящей цели).

Это очень важная мысль! Если у тебя нет цели, ты как пассажир в такси, не назвавший адреса, либо совсем не двигаешься, либо двигаешься куда-то не туда. Имея же цель, ты по-любому попадешь куда захочешь, это будет лишь вопрос времени.



Поставив цель, ты будешь как тот человек, который забил в навигатор конечную точку и дальше может выбрать маршрут и транспорт. Построив маршрут, ты можешь идти пешком, ехать на велосипеде, автомобиле или лететь на самолете. Главное, ты точно попадешь, куда надо. А если начнешь двигаться не туда, то сможешь это сразу же понять.

На примере с навигатором очень хорошо понятно, как правильно ставить цели. Во-первых, цель должна быть конкретной. Попробуй забить в навигатор просто название города, а не конкретную улицу и дом, оцени разницу.

Во-вторых, цель должна быть достижимой. Ты можешь забить в навигатор, например, Мальдивы, но если ты раньше

вообще никогда не путешествовал, то это не значит, что ты туда быстро попадешь. А вот если выберешь соседний город в нужном направлении, то, как правило, проблем не возникнет. И до Мальдив от него уже ближе.

В-третьих, поставив цель, выбери лучший маршрут, избегай пробок. Запланируй промежуточные небольшие цели и пути их достижения. Подумай, какие могут быть препятствия и как их лучше обойти.

В-четвертых, оцени свои ресурсы и возможности (а хватит ли бензина ехать на машине или здоровья идти пешком).

А еще, цели нужно записывать и визуализировать!

Ты должен постоянно помнить о своих целях, напоминалки должны быть на виду. Очень небольшой процент людей записывает свои цели, и, как правило, именно они добиваются того, чего хотят.

Хочешь машину, отлично! Ставя цель, определи, какая марка и модель машины тебя устроит. Какого года выпуска, какой цвет, какой салон. Сколько она будет стоить. И обязательно – к какому моменту она должна у тебя появиться. Найди в Интернете картинку с такой машиной, распечатай и повесь на видное место. Это изображение-визуализация будет тебя мотивировать и будет напоминать о цели. Это как конечная точка в навигаторе.

Теперь построй маршрут. Как именно ты будешь идти к цели (покупке автомобиля), какие шаги тебе нужно будет предпринять. Например, получить права, если их еще нет.

Найти работу с определенным доходом, чтобы получалось откладывать определенную сумму в месяц и т. д.

Следовать маршруту бывает непросто, особенно если сразу поставлена масштабная, большая цель. Поэтому большие цели лучше разбивать на маленькие, промежуточные. И обязательно отслеживать прогресс. Все твои действия должны приближать тебя к цели, а не отдалять.

Хочешь похудеть – опять же, конкретизируй. Хочу похудеть на десять килограммов за следующий год. Это серьезная (страшная) цель. Попробуем разбить ее на более «перевариваемые»: 10 кг за 12 месяцев – это 835 граммов в месяц, или 30 граммов в день. Согласись, звучит уже не так страшно. Визуализируй. Меньше ешь, регулярно тренируйся и отслеживай прогресс, и все получится. Так и с любыми другими целями.

Дополнительно навык достижения целей (целеустремленность) можно развивать, для этого нужно тренироваться. Отличной тренировкой может быть спорт. Достаточно поставить себе небольшую спортивную цель. Например, каждый день, несмотря ни на что, в течение 30 дней хотя бы по десять минут заниматься спортом. Отжиматься, бегать, качать пресс. Эту небольшую цель выполнить достаточно легко. При этом, успешно достигнув небольшой цели, через тридцать дней ты станешь гораздо упорнее в чем-то более масштабном. Твой небольшой успех будет тебя подогревать.

Достигнув одной цели, нужно поставить перед собой дру-

гую, более значимую, когда и она будет достигнута, не останавливаясь – двигайся дальше.

У меня, например, цели не было как раз до того момента, как я начал расти личностно и профессионально. А может наоборот, расти я начал после того, как начал ставить перед собой цели и отслеживать продвижение к ним.

А как быть, если не можешь понять, что будет твоей конечной точкой маршрута? Тогда нужно взять листок с ручкой и записать: а что важно для тебя, что тебе нравится делать, кем бы ты хотел себя видеть или какие у тебя должны быть результаты. Твои цели – это твои ближайшие мечты. **ЗАПИШИ ИХ! Визуализируй!** Каждый день делай вещи, которые приблизят тебя к мечте.

Если не получилось так, то определи цели методом исключения, сначала запиши все, что для тебя важно и желанно. А потом постепенно вычеркивай то, что наименее значимо. То, что останется, и есть цель. Только не забудь записать ее в конкретной формулировке.

Вместе с постановкой цели для тебя очень полезно будет научиться планировать и расставлять приоритеты. Планировать нужно каждый день, заранее. Это позволяет избежать ситуации, когда у тебя было явно важное дело, приближающее тебя к целям, но ты сделал очень много всего, кроме него. Как планировать свой день? Возьми листок с ручкой и запиши все дела, которые тебе нужно сегодня сделать, желательно в порядке важности. Самое важное сверху, потом ме-

нее важное и так далее. Важное дело или дела должны быть запланированы на конкретное время, а все остальное планируй на остальное свободное время. По мере выполнения сокращай список путем вычеркивания.

Конечно, это очень упрощенное описание процесса тайм-менеджмента (так называется процесс планирования и расстановки приоритетов). Есть много хороших книг, в которых вопросы планирования и распределения приоритетов отлично раскрыты, я укажу их в конце, в списке литературы, которую обязательно нужно будет тебе прочитать.

Навык планирования у меня был выработан достаточно рано, но изначально был не особо твердым. Этот навык развивался с увеличением количества задач. Сейчас, когда мне приходится решать сотни задач в день, без планирования и распределения приоритетов быть успешным физически невозможно. При таком количестве задач успеть все нельзя, и не нужно переживать по этому поводу, достаточно успевать действительно важное. В любой деятельности двадцать процентов наших действий определяют восемьдесят процентов результата. Главное, делать эти двадцать процентов.

Сейчас я легко распределяю свои приоритеты и помогаю выделять самое важное своим сотрудникам. Жалею только о том, что не пытался целенаправленно укрепить навык планирования раньше, еще в школе или институте. Это помогло бы мне развиваться быстрее.

Постановка целей, расстановка приоритетов и планирова-

ние времени позволит тебе гарантированно успевать самое важное и добиваться того, о чем ты раньше только мечтал.

Хорошо, что ты теперь про это знаешь, не правда ли?

Шаг 3. Куда дальше?

Этот шаг очень важный. Нет, не так! Ооооочееень ВАЖ-
НЫЙ!!! Так лучше...

Школа заканчивается, и нужно решать: а что теперь. Нужно ставить цели, и пришла пора выбрать, чем дальше ты будешь заниматься (как минимум, ближайшие несколько лет). Хорошие оценки в школьном аттестате и полученные знания лишь расширяют горизонты, но не фокусируют на чем-то конкретном.

В свое время я допустил одну из самых крупных ошибок в своей жизни. Поступил в высшее учебное заведение неосознанно, скорее, по желанию родителей, в единственный в нашем городе вуз, еще учась в одиннадцатом классе школы. На тот момент абсолютно не понимая, чего я хочу и могу в жизни. А самое главное, не попытавшись задуматься о последствиях такого решения. Тогда я рассуждал так, получу диплом о высшем образовании, а там посмотрим... К сожалению, как и подавляющее большинство моих сверстников.

Оглядываясь назад, могу сказать точно: выбирать нужно максимально осознанно! Заниматься нужно тем, что нравится, от чего ловишь кайф.

Выбери работу себе по душе, и тебе не придется работать ни одного дня в своей жизни. Конфуций (с)

Какая простая истина, и как много людей поступается

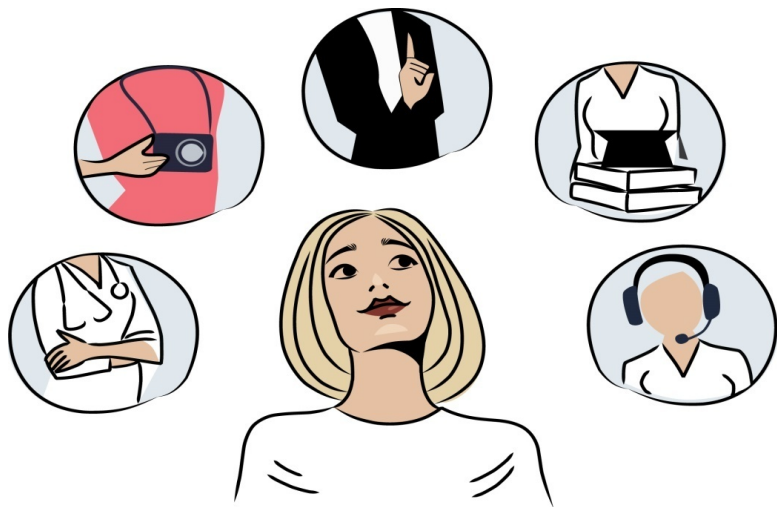
этим принципом. На работе мы проводим большую часть времени в неделю, да еще и лучшие годы своей жизни. Только задумайся, ведь если ты будешь заниматься любимым делом, то работа будет всегда в радость! По сути, ты не будешь воспринимать ее как работу. Тому, кто получает удовольствие от того, чем занимается, не трудно подниматься с постели в понедельник утром. Ты не будешь постоянно смотреть на часы и ждать, когда закончится этот ужасный день. На любимой работе не устаешь, не перегораешь, тебе всегда хочется развиваться в своей должности. Ты даже неосознанно будешь к развитию стремиться и предлагать творческие решения. А главное, работая ты будешь счастлив!

Запомни и осознай, престижность и высокооплачиваемость профессии не имеет значения. Только твоя к ней склонность и интерес. Лучше быть выдающимся слесарем на заводе или продавцом в отделе продаж – мастером своего дела! Чем никаким юристом, дизайнером или программистом. Лучшие специалисты в своих областях – это всегда люди, которым нравится сфера их деятельности. Такие работники всегда высоко ценятся и весьма успешны.

Иногда мы сразу понимаем, чем нам хочется и чем нравится заниматься. Или мы выяснили это опытным путем. Тогда проблем нет. Однозначно, нужно поступать в учебное заведение и искать работу в этом направлении.

А как быть, если еще не знаешь, кем хочешь работать, и не думал про это серьезно? Во-первых, не отчаивайся, ты не

один такой! Тех, кто определился еще в школе и сделал правильный выбор, единицы. Почему это так? Мало кто понимает, насколько шаг важен и что конкретно нужно делать, чтобы сделать правильный выбор.



Есть понятие «профориентация», это система мер, направленных на оказание помощи молодежи в выборе профессии. Это значит, что есть специальные методы, ресурсы и учреждения, которые могут помочь понять тебе, к каким специальностям у тебя есть склонность и чем тебе на самом деле будет интересно заниматься.

Если возможно, обязательно подключи к этому вопросу

родителей, а если они уже включились и выбирают за тебя, то немедленно включись в вопрос сам. Поверь, от того, насколько осознанно ты выберешь дальнейшее направление деятельности, зависит очень многое. Иногда родители пытаются решить, кем нам нужно стать, за нас, не учитывая наше мнение. Но тогда они выбирают для себя, а не для нас. И запросто могут обречь нас заниматься абсолютно неинтересным делом, как минимум, какой-то существенный отрезок времени.

А это значит отсутствие интереса, мотивации, нежелание ходить на учебу, а потом на работу. И естественно, если человек занимается не тем делом, то он не стремится ни к какому развитию и вряд ли выйдет на какой-то выдающийся уровень дохода. Готовы ли твои родители взять на себя такую ответственность? Поговори с ними или дай прочитать эти строки. Выбор должен быть только твой, задача родителей – помочь сделать этот выбор, посодействовать в процессе твой профориентации. И ни в коем случае не склонять ни к какому своему варианту. Это очень важно!

Итак, выбираем профессию. Как делать точно не нужно:

** выбирать высокооплачиваемую профессию только потому, что профессионалы в данной области много зарабатывают;*

** выбирать престижную профессию только потому, что она престижная;*

** выбирать под давлением родителей или родственников;*

** выбирать за компанию;*

** выбирать, потому что соответствующее учебное заведение ближе всего к дому;*

** выбирать что угодно просто ради диплома.*

Лично я выбрал специальность экономиста, выбрал вместе с родителями, т. к. профессия была престижной и у меня в городе было единственное высшее учебное заведение, близко от дома. К получению диплома стало ясно, что молодых экономистов стало очень много (на престижную специальность по ошибке идут многие), устроиться без опыта работы можно только бесплатно и реального интереса к этой профессии у меня нет. В итоге потерял четыре года, причем самых перспективных с точки зрения развития. По специальности не работал ни одного дня. Тогда особо и не огорчился, т. к. со многими моими знакомыми было так же, а сейчас, понимая всю суть и многогранность проблемы, жалею о случившемся очень сильно.

Что бы я делал сейчас, и что хочу тебе посоветовать!

Первое. Напиши, чем тебе нравится заниматься.

Иногда это бывает нелегко, но это необходимо. Есть хороший проверочный вопрос, его можно задать самому себе, только отвечать нужно честно. Вопрос звучит так: если бы мне не нужно было думать о финансовой стороне вопроса, то чем бы я занимался (-лась)? Ответ на этот вопрос позволяет понять реальную зону интереса человека. Подобный вопрос многие работодатели или менеджеры (и я тоже) задают

на собеседовании. Если в голову приходит промежуточный ответ, например «читал бы много книг», «учился», то нужно покопаться в себе, спросить «а зачем?», и т. д. Конечным ответом должна быть конкретная трудовая деятельность или сфера бизнеса. Если на первоначальный вопрос возникает ответ «отдыхал бы» или «уехал на море», то нужно переформулировать вопрос: «а когда надоело бы, чем бы занялся».

Когда получишь ответ, искать будущую профессию желательно в этой сфере.

Второе. **Пройди профориентацию** (тесты, общение со специалистом).

Не нужно пренебрегать этим действием, даже если мнение о будущем направлении деятельности уже сформировалось, его можно будет проверить. Или у тебя откроются глаза на сферы деятельности, по поводу которых ты даже не думал.

Есть онлайн-тесты в Интернете, воспользоваться лучше проверенным источником, на основе отзывов. Также рекомендую воспользоваться услугами психолога, специализирующегося на профориентации.

Результатом ты получишь не только понимание сферы деятельности, к которой ты предрасположен, но и сможешь запросить рекомендуемый перечень профессий для себя.

Вполне возможно, что есть замечательная, по всем параметрам подходящая для тебя профессия, на специалистов которой есть спрос, а ты про нее даже не знал.

Третье. Нужно немного заняться самоанализом, возможно, вместе с родителями. *Нужно написать на бумаге свои сильные и слабые стороны. Это бывает неприятно, но свои качества при выборе специальности необходимо учитывать.*

В дальнейшем, когда ты будешь искать работу, твой будущий работодатель будет искать кандидата с нужными компетенциями (знаниями, умениями (навыками) специалиста и его личностными особенностями). Если ты выберешь профессию, в которой необходимы компетенции, которые ты за время учебы не сможешь развить, то на работу по этой специальности тебя не возьмут. А если и возьмут, то ненадолго.

Сожалею, но факт: если у тебя есть выраженные дефекты речи, то телеведущим или известным блогером тебе, скорее всего, не стать (впрочем, всегда есть редкие исключения). Если у тебя мягкий характер, ты не очень любишь общаться с людьми и никогда не проявлял лидерских качеств, то выбирать в качестве специальности менеджмент (менеджер – это руководитель) будет несколько опрометчиво.

Напротив, если у тебя выдающиеся коммуникативные навыки, можешь быстро найти общий язык с незнакомцем или тебя единогласно выбирали старостой в классе и, более того, тебе нравилось принимать на себя ответственность, то эти качества и навыки необходимо учитывать при выборе.

Четвертое. Учитывай тенденции.

Окружающий нас мир постоянно меняется, некоторые

профессии, которые десять и двадцать лет назад были очень востребованными, уходят с рынка. Например, есть мнение, что профессии водителя-дальнобойщика или водителя такси через некоторое время в развитых странах уйдут в небытие. Это связано с техническим прогрессом и развитием систем автопилота в автомобильной промышленности. Уже сейчас, с развитием уровня сервиса, появился каршеринг, когда можно взять напрокат автомобиль без водителя. Это привело к снижению спроса на услуги такси, автомобиля с водителем.

Фраза о том, что скоро некоторые профессии станут не нужны, так как людей заменят роботы, – уже не громкий лозунг из будущего, а наша с тобой действительность.

Но не нужно отчаиваться, так как появляются новые интересные специальности, которых раньше не было, например робототехник или игропрактик (кстати, мой текстовый редактор тоже о них раньше не знал, пришлось добавить в словарь, чтобы убрать подчеркивание красным).

Экономическая ситуация и внешняя политика тоже влияют на рынок труда, так с введением мировых санкций в нашей стране активнее стало развиваться сельское хозяйство, и спрос на специалистов-агрономов значительно вырос.

Из открытых источников можно узнать, что сейчас в России не хватает квалифицированных управленцев, программистов и инженеров. Вместе с тем, наблюдается переизбыток юристов, дизайнеров и психологов. Но через пять или

десять лет ситуация опять может измениться.

Все это я к тому, что выбирая специальность плюсом ко всему обязательно нужно учитывать ситуацию на рынке труда. Причем оценивать востребованность не на момент поступления в учебное заведение, а постараться оценить, какие будут тенденции к моменту его окончания. Информацию к размышлению можно почерпнуть в открытых источниках.

На основе всего вышеперечисленного сделай выбор. Выбранная профессия должна быть для тебя доступной в плане твоих возможностей (компетенций). Она должна лежать в зоне твоего собственного интереса. Профессия должна быть в списке рекомендуемых для тебя по итогам профориентации.

Обязательно проверь свой выбор, пообщайся с успешным специалистом в данной профессии, в идеале – посети предприятие или пройди небольшую стажировку, пусть договориться тебе помогут родители или знакомые. Кроме того, сейчас есть специальные организации, которые предлагают подобные услуги за приемлемую оплату. Не поленись сделать это! Да, сейчас ты потратишь несколько недель времени (и, возможно, некоторую сумму денег), зато это позволит избежать гораздо более серьезных трат времени и денег в ближайшем будущем. Да что уж там, это будет самая выгодная инвестиция в твоей жизни!

Отличный пример, моя знакомая хотела стать врачом-хирургом. Она выбрала институт, поступила, перевезла уже ве-

щи в другой город. И на одном из первых занятий будущих Великих хирургов повезли в морг на практический урок. Прямо на этом занятии она сделала твердый вывод, что медицина – это не ее.

Жаль, что подобные практические уроки предлагаются далеко не во всех сферах деятельности.

После того, как специальность выбрана, а выбор проверен, нужно выбирать учебное заведение, в котором ты за следующие несколько лет получишь необходимые знания.

Сначала тебе нужно выбрать тип учебного заведения в зависимости от желаемого образования. Это либо среднее специальное (профессиональное) образование, либо высшее образование.

В чем разница? Среднее специальное образование считается менее престижным, хотя есть исключения. Основные разновидности средних специальных учебных заведений – это техникумы и колледжи. Поступить можно уже после девятого класса, и упор в процессе обучения делается на практические занятия. Также многие средние специальные заведения сотрудничают с крупными организациями, и по окончании учебы можно получить трудоустройство. Срок обучения зависит от специальности и конкретного учебного заведения и в среднем составляет 2-4 года. При желании по окончании суза можно продолжить обучение в вузе по этой же специальности, причем сразу со второго или третьего курса.

В высшее учебное заведение поступают после 11-го клас-

са, имея на руках диплом о полном среднем образовании. Основные разновидности высших учебных заведений – это институты, университеты и академии. В вузах обучение длится 4-6 лет в зависимости от специальности. Выпускник получает, в основном, теоретические знания и диплом о высшем образовании.

Некоторым специальностям можно научиться только в вузах, некоторым, наоборот, преимущественно в сузе. Куда идти? Вопрос непростой, давай порассуждаем...

Поступив в среднее специальное учебное заведение на выбранную подходящую специальность, можно дополнительно проверить, насколько она тебе подходит и нравится. Т. к. в процессе обучения ты достаточно погрузишься в особенности профессии и заранее узнаешь нюансы и подводные камни. Если окажется все-таки, что это не твое, то пусть осознание придет как можно раньше. Ошибка не фатальна, и еще не поздно все поменять. В высшем учебном заведении осознание приходит, как правило, позднее, так как студентов, в основном, накачивают теорией, а реально погрузиться в тонкости выбранной профессии получается зачастую уже после выпуска. Если получится устроиться по специальности...

В большинстве случаев реальность такова, что если к работодателю приходят устраиваться на работу двое молодых соискателей: первый – выпускник суза с практическим опытом за плечами, понимающий, что конкретно нужно делать, и второй – студент, накачанный теорией, с дипломом о выс-

шем образовании, но «хлопающий глазками», то зачастую предпочтение отдается первому. Исключение – некоторые специальности, при приеме на работу по которым безоговорочное требование – высшее образование.

Вообще полезно сразу после того, как определился с профессией, посмотреть на каком-нибудь ресурсе, созданном для поиска работы: а какие, собственно, требования к соискателям выдвигают работодатели. Какие компетенции на твоей будущей должности ценятся. Понимание этого позволит сразу выбрать правильный вектор развития и, в том числе, поможет правильно выбрать тип учебного заведения.

Еще один немаловажный фактор при выборе учебного заведения – престижность. Престижность, по сути, отражает качество образования и уровень преподавателей учебного заведения. Не секрет, что в разных учебных заведениях качество образования отличается. Фактор престижности будет иметь значение и при поиске работы: выпускник более престижного учебного заведения имеет больше шансов устроиться и получает автоматическое преимущество. В более престижное учебное заведение, как правило, сложнее поступить. Нужно иметь высокие оценки в школьном аттестате, пройти вступительные экзамены, показав хороший результат, и если обучение платное, то в престижном заведении оно будет стоить солидных денег. Однако, если это возможно, поступай в престижное учебное заведение, даже если оно в другом городе, не близко от дома.

Оценить свои возможности необходимо еще до подачи заявки на поступление. Причем как исходный уровень знаний, так и материальные возможности семьи. Ведь если не получится поступить на бюджетной основе, то к стоимости оплаты за обучение прибавляется стоимость аренды жилья, если выбранное учебное заведение находится в другом городе.

При выборе рекомендую составить небольшой список подходящих учебных заведений и ранжировать их по степени привлекательности. Документы подавать сразу в несколько.

Если по каким-то причинам поступить в самое желаемое учебное заведение не получается, не отчаивайся. Поступай на аналогичную специальность в другое подобное заведение. В конечном итоге твой уровень подготовки и глубина полученных знаний будет в наибольшей степени зависеть от твоего желания и способности учиться, чем от каких-либо других факторов.

Проверено! Выбирай осознанно!

Шаг 4. Гранит науки

Объем человеческого мозга около четырех терабайт (некоторые ученые утверждают, что значительно больше). На жесткий диск такого объема поместилось бы почти 17 млн книг. Имея такое хранилище данных, хочется записывать туда информацию без остановки.

Если ты правильно выбрал профессию, по интересу и выбрал соответствующее учебное заведение, то учиться тебе априори будет не скучно. А еще, ты один из немногих студентов, который будет работать по полученной специальности. Следовательно, валять дурака и учиться кое-как, чтобы просто получить заветную корочку, – это не про тебя.

Неважно, какую именно специальность ты выбрал. Мой тебе совет: впитывай все знания, которые тебе дают на занятиях, как губка. И теория, и особенно практика будут для тебя, безусловно, полезны. Следующие несколько лет, пока ты учишься, можно либо потерять впустую (как я в свое время), либо получить такую основу знаний, умений и навыков, которые помогут тебе в дальнейшем достичь действительно значительных успехов на будущей работе. А значительные успехи, особенно в любимом деле, – это быстрый карьерный и материальный рост, а также дополнительные возможности.

Конечно, студенчество – это веселое время, множество соблазнов отвлекает от процесса учебы. Отношения с про-

тивоположным полом, вечеринки и посиделки с друзьями. И на лекциях сосредоточиться еще как-то можно (ну если вчера вечером было выпито не слишком много, и удалось поспать хотя бы шесть часов). Зато после пар нужно учить домашнее задание, ведь эта процедура лучшим образом способствует закреплению пройденного материала, и вот тут уже концентрация внимания и выдержка подвергаются настоящему испытанию.

Мой тебе совет: не отрекайся от радостей жизни, научись совмещать. Наверное, это легче сказать, чем сделать, но я и не обещал, что будет легко. Навыки планирования вот тут как раз тебе очень пригодятся. Заранее оцени объем времени, который тебе нужно будет потратить на домашнее задание или добровольные дополнительные занятия. Оцени объем своего свободного времени. А теперь запланируй время занятий и время отдыха. Можно чередовать.

Если тебе предстоит выполнить какой-то грандиозный курсовой проект или практическую работу, во-первых, делай сам. Подобные работы хорошо прокачивают навыки. Во-вторых, делай заранее. Начни как можно раньше и делай понемногу каждый день, избегай действия «студенческого синдрома» (когда начинаешь выполнять задание в последний момент). Лучше закончить раньше и потом еще некоторое время наносить последние штрихи.

Работа над домашним заданием, курсовой работой или проектом потребует от тебя определенных волевых усилий.

Вознаграждай себя по окончании такой работы. Купи себе что-нибудь или некоторое время посвети любимому занятию, несмотря ни на что. Это будет подкреплять твои усилия в дальнейшем и являться дополнительным стимулом. И, конечно, главное – начать, дальше будет легче.

Если у тебя остается значительное количество свободного времени, потрать часть его на чтение дополнительной литературы по выбранной тобой специфике или на дополнительные занятия.

Постарайся знать больше, чем твои однокурсники. Тебе нужно получить конкурентное преимущество над ними, если ты хочешь найти самое лучшее место по выбранной специальности. Нередко лучших студентов заранее вербуют хорошие компании – работодатели. Будь привлекательным объектом вербовки!

Всегда помни про свои цели, это то, что тоже будет двигать тебя вперед. Прокачивай себя по уровню знаний и навыков всегда, когда возможно. Тяжело в учении – легко в бою.

А теперь вернись, пожалуйста, в начало главы, внимательно прочитай еще раз и постарайся осознать написанное. Если ты последуешь изложенным в ней советам, твоя дальнейшая жизнь будет качественно другого уровня, чем могла бы быть.



Поверь, твои знания будут оценены по заслугам всего че-

рез несколько лет...

Учись с удовольствием!

Шаг 5. Армия

Девочки, извините. Эта глава преимущественно для мужиков.

Обучение в средне-специальном или высшем учебном заведении дает право отсрочки призыва на военную службу. По факту получения диплома вопрос встает уже конкретно. Служить или не служить?

Не секрет, наверное, что у нас в России зачастую есть возможность не отдавать долг Родине. Как правило, военный билет можно приобрести за некоторую денежную сумму. Ну, или просто бегать от военкомата до тридцати годков (довольно рискованный вариант).

Конечно же, возможность выбора предполагает сомнения. С одной стороны, потеря года времени, потеря возможной финансовой выгоды (этот год можно было бы работать и зарабатывать деньги). А в некоторых случаях боязнь потерять здоровье. Если после учебного заведения, то есть опасения по поводу сохранности полученных знаний. С другой стороны, интересный жизненный опыт, легальный и чистый военный билет. Уважение многих друзей и знакомых.

Как будет правильно, судить не мне. Вопрос для каждого индивидуален. Есть ребята, которым отслужить нужно обязательно. Есть парни, для которых служба даст не очень много нового. Первое время интересно будет, конечно, всем.

Ожидания могут не совпадать с реальностью, очень многое зависит от конкретной воинской части и роты, в которую ты попадешь. Где-то служат с боевым оружием, изучают рукопашный бой и тактику, а в каких-то частях основная тактическая задача – копать веселее и красить интенсивнее. Тем не менее, на распределительном пункте, куда ты попадешь из военкомата, можно попроситься в конкретные войска, если есть пожелания. Нет гарантии, что туда и возьмут, но шансы увеличатся.

В армии не так страшно! С каждым годом служить становится все веселее и безопаснее. Такое явление, как дедовщина, во многих частях сейчас уже не более чем забавная традиция. Духов напрягают гораздо меньше, и грань, между старшим и молодым призывом, с каждым годом стирается.

Конечно, армия – очень атмосферное место, и взаимоотношения с сослуживцами довольно часто бывают неуставными. Молодой призыв, безусловно, работает гораздо больше, чем старички, и шуршит на благо старослужащих. Модель поведения нужно будет определить самостоятельно, по ситуации. Расскажу несколько общих моментов.

Не бери с собой из дома кучу вещей, только самое необходимое и не дорогое. Набор для бритья, зубную пасту и щетку, носки, кусачки для ногтей, все из средней или низкой ценовой категории. Премиальный бритвенный станок или профессиональная зубная паста сразу же уйдет старослужащим. Одежда самая простая, чтобы не жалко было выбро-

силь, так как уже на распределительном пункте тебя переоденут в форму. Ни в коем случае не езжай в дорогой одежде, с навороченным телефоном и золотыми украшениями. Либо все пропадет, либо тебя классифицируют как мажора» и попытаются далее трясти на деньги.

Сотовый телефон, в принципе, можно попробовать пронести, но только самый недорогой. В некоторых частях, ты сможешь им далее воспользоваться. Деньги в открытом виде не бери категорически. Можно взять закладку на самый крайний случай, это 500 или 1000 рублей, свернутые через иголку, в четверть по ширине, в рулон, и запаянные в полиэтилен. Их изначально легко спрятать, а потом можно сшить на форме потайной карманчик и хранить там.

Если будешь писать бумажные письма, то имей в виду, что их будут проверять посторонние люди, то есть открывать и читать. Поэтому заранее договорись дома с родителями о фразах – сигналах, пусть у тебя будет своеобразный код, которым можно сообщить, о том, что нужна помощь или о других важных вещах. Например, я заранее договорился с родителями, чтобы они не реагировали, если я буду просто просить в письме прислать деньги. Если бы я действительно хотел попросить денег, я должен был написать специальную, непримечательную фразу. Такие меры, могут пригодиться, если старослужащие попытаются вымогать у тебя деньги.

С самого начала нужно себя правильно поставить, нельзя игнорировать старослужащих, и в тоже время нельзя вы-

полнять все подряд, например унижительные вещи. Если уж попал в армию – нужно научиться давать разумный отпор. Совет, применимый только для призывника в армии: не выделяйся и все будет нормально!

Когда уже ты сам будешь старослужащим, ни в коем случае не унижай новичков и не применяй к ним физическую силу, очень легко ты можешь сломать жизнь и им и себе. Напрягать их можно, но все в рамках разумного.



Качества, которые, несомненно, укрепляет воинская служба – дисциплинированность и самостоятельность.

Также служба в армии – время лишений, ты не можешь есть, когда и что хочешь, спать, когда хочешь, общаться с противоположным полом и родными (по крайней мере, первое время). После того как отслужил, немного по-другому начинаешь смотреть на жизнь на гражданке и, возможно, больше ценить некоторые простые вещи. Некоторые даже находят свое призвание и остаются служить по контракту.

Лично я отслужил и в целом, не жалею, служба в армии укрепила меня и помогла стать еще самостоятельнее.

Жалею лишь о том, что в моменты, когда у меня уже было много свободного времени, я тратил его бесполезно.

Сейчас, если бы я мог изменить прошлое, то все свободное время, которое у меня было в армии, уделил бы изучению интересной мне предметной области. Чтению соответствующих книг (иметь смартфон с доступом в Интернет в армии не составляет труда, ну как минимум, в большинстве частей). И дополнительным занятиям физкультурой. Например, за год службы можно при соответствующем желании накачать пресс кубиками. На гражданке сделать это сложнее из-за отвлекающих факторов.

Если ты пойдешь в армию после учебного заведения, то советую уделить время поддержанию полученных навыков и знаний. Если есть возможность, постарайся получить обязанности, совпадающие с твоей сферой интересов, это будет тебе дополнительной практикой и принесет реальную пользу.

В целом, там не скучно! Делай выводы...

Шаг 6. Карьера. В активном поиске

Пора сделать окончательный выбор! Та отрасль, должность и организация, в которую ты сейчас устроишься, либо собственный бизнес оставят свой отпечаток на всю твою дальнейшую жизнь, ну или даже изменят ее полностью. Очень аккуратно определись с тем, что сейчас будешь искать...

Мой однозначный совет! Ищи работу по полученной специальности (при условии, что ты выбрал осознанно), ту, которая тебе действительно интересна и нравится! Конечно, сейчас ты молодой специалист с дипломом, без опыта, которых множество. Может быть, ты вообще еще только учишься и ищешь подработку. Может быть, только пришел из армии. Все равно! Ищи по специальности! Или, на крайний случай, очень близкую к специальности профессию.

Понимаю, что велик соблазн пойти туда, где сразу берут без опыта и сразу платят нормально. Я и сам, к сожалению, десять лет назад пошел по таким же местам работы. И только потом понял, как же я ошибался.

Есть утверждение, что в любой деятельности работает правило 10 000 часов. Это правило гласит: для того чтобы стать профессионалом высочайшего уровня, нужно наработать десять тысяч часов практики.

Хочу уточнить формулировку: только при условии, что

каждый час из этих десяти тысяч человек максимально вовлечен в деятельность и нацелен на результат, а сложность и разнообразие работы с повышением мастерства также увеличивается!

Вдумайся, почему в нашей стране и в мире так мало специалистов высокого уровня, несмотря на то, что немалое количество людей больше чем по десять лет занимаются одной и той же деятельностью, да еще и по сорок часов в неделю...

Большинство из них занимаются не своим делом, без вовлечения, без интереса, без стремления к совершенству. Из восьми часового рабочего дня люди половину времени занимаются вопросами, лежащими в смежных сферах, или вообще личными делами. Оставшиеся четыре часа в день уделяется односложным действиям, повторяющимся много раз, в целом же развития практически не происходит.

Очень часто недостаточно просто делать свою работу! Нужно усложнять и разнообразить задачи дополнительно и специально.

Также, как ты понимаешь, набрать эти заветные часы можно за совершенно разные промежутки времени и к разному возрасту. Скорость прогресса будет зависеть от точки старта (чем раньше по возрасту начал – тем лучше) и от количества часов в день, уделенных конкретной деятельности.

Именно поэтому обязательно нужно сразу же, со старта, заниматься той деятельностью, которую ты выбрал и которая тебе реально интересна!

Если с полным вовлечением начать заниматься чем-то в 20 лет по три часа в день ежедневно или по пять-шесть часов в день с двумя выходными и официальными праздниками, то к тридцати годам ты станешь суперпрофессионалом. Специалистов, равных тебе, будет очень мало, а твои востребованность и ценность будут значительными.

Продавец-консультант в торговую точку, сотрудник в точку общепита, помощник отделочника на стройку, охранник. Если твоя осознанно выбранная специальность не продавец (с ростом до начальника отдела продаж или директора по продажам), не менеджер ресторана, не профессиональный строитель и стать начальником службы безопасности не твоя цель, не устраивайся на эти и подобные не твои вакансии.

Сейчас тебе не важны несколько лишних копеек, тебе нужен опыт в своей специальности. Помни о цели.

Иди туда, где тебе будет интересно, где ты начнешь применять полученные знания, нарабатывать навыки и профессионально развиваться. Пусть даже там платят мало. А если ты из семьи с достатком, устраивайся даже без оплаты туда, где сможешь получить опыт и знания.

Не жалея о потерянных деньгах, когда ты станешь признанным профессионалом (а это должна быть одна из твоих целей), твой доход за день будет соизмерим с тем месячным доходом, который ты сейчас можешь недополучать. Не веришь? Поинтересуйся текущей оплатой очень хорошего специалиста в выбранной тобой специальности... И неваж-

но, повар (шеф-повар дорогого ресторана), парикмахер, слесарь, строитель, юрист, продавец, программист, бухгалтер, инженер-конструктор. Если мы говорим про действительно крутого специалиста (которым и тебе нужно стать), то их месячный доход составляет весьма приличные суммы. А если еще при этом заниматься любимым делом, то жизнь будет очень даже приятной штукой.

То, что написано выше, настолько важно для тебя, что я снова попрошу тебя прочитать еще раз и осознать мой совет. Если последуешь ему и не будешь отступать в дальнейшем, то это изменит твою жизнь.

Конечно, я понимаю, что бывают разные жизненные ситуации, и иногда несколько лишних копеек настолько имеют значение, что люди, понимая, что это неправильно, все равно выбирают не свое. Идут туда, где больше платят.

Перед тем как сделать окончательный выбор, взвесь еще раз все «за» и «против», посоветуйся с родными. Может быть, они смогут поддержать тебя материально первое время. Дополнительная подработка (уже в любой сфере) тоже может стать решением проблемы.

Итак, определился? Тогда начинай искать! Тут очень к месту будет поговорка «под лежащий камень вода не течет»! Прекрасно помню те моменты, когда сам был в поиске. Могу сказать точно: если хочешь найти хорошую работу, тем более соответствующую своим целям и полученной специальности, придется потрудиться.

Поиск работы – это всегда важный шаг, есть множество статей и книг, посвящённых этому вопросу. Рекомендую кроме прочтения этой книги изучить вопрос с помощью Интернета, там можно почерпнуть дополнительную полезную информацию.

Ниже опишу кратко примерный порядок действий и некоторые общие моменты, которые тебе обязательно нужно учитывать.

Первое. Четко определись с искомой вакансией и ее параметрами (уже должно быть сделано).

Второе. Ты должен занимать активную позицию в поиске! Выложить резюме на пару сайтов и ждать, когда на тебя выйдет работодатель и пригласит на собеседование, – это не про нас! Работодатели ценят активность, поэтому в некоторых компаниях, в принципе, технология набора предполагает, что кандидаты сами присылают резюме и записываются на собеседование. Крупные солидные компании не испытывают недостатка в кандидатах на вакантную должность, попасть туда можно только за счет собственных усилий.

Третье. Тебе нужно составить резюме. Его нужно выложить на крупных ресурсах (это увеличит шансы найти работу, вдруг компания твоей мечты все-таки пригласит тебя на собеседование). Ну а большинство потенциальных работодателей, на которых ты выйдешь сам, будут все равно просить его прислать. Опять же, в Интернете в свободном доступе есть множество советов, как правильно и красиво со-

ставить этот документ. Почитай, не будет лишним (можно прямо сейчас).

Главное, помни: твое резюме должно быть максимально привлекательным для работодателя, в то же время оно должно быть правдивым. Обязательно выдерживай рекомендованную структуру документа, можно скачать готовые шаблоны из сети или воспользоваться конструктором резюме.

Четвертое. Подготовься к собеседованиям. Поздравляю, если ты следовал моим советам (или не моим, но выбрал будущую профессию в соответствии со своей профориентацией), то у тебя есть хорошее преимущество. Твои компетенции в большинстве случаев будут совпадать с тем, что хочет как раз видеть работодатель в будущем сотруднике. Ну и твой неподдельный интерес к специфике работы тоже будет играть свою роль. Дело останется за малым, сумей продать себя работодателю на собеседовании, и ты получишь желаемую работу.



Собеседования обычно проводятся по похожей структуре. Есть даже специальные методики. Цель собеседования – проверить соответствие твоих исходных данных необходимым на определенной должности компетенциям. Не рекомендую заранее продумывать и пытаться заранее просчитать все возможные вопросы собеседования с целью подготовки «хороших ответов». Будь собой и демонстрируй обычное живое общение. В противном случае, опытный интервьюер (человек, проводящий собеседование) поймет, что ты даешь социально-желательные (заранее подготовленные) от-

веты, тебя определяют как сомнительного и, скорее всего, не возьмут.

Стоит заранее подготовиться лишь к некоторым вопросам, которые, скорее всего, будут тебе заданы. Обязательно заранее подготовь самопрезентацию, это твоя краткая автобиография с уклоном на профессиональные моменты (учеба по специальности или практический опыт). Я, например, в начале собеседования всегда прошу кандидата рассказать о себе в свободной форме. В самопрезентации уместно раскрыть свои хорошие личные качества, постарайся давать объективную и правдивую оценку. Расскажи про увлечения и хобби, особенно если соответствующие навыки ценятся на желаемой вакансии.

Будь готов также к ответу на вопрос «почему ты решил выбрать именно эту компанию и эту вакансию». Тут тебе должно быть легко. А работодатель, несомненно, оценит то, что ты действительно хочешь заниматься предлагаемой деятельностью, получил соответствующее образование и готов интенсивно набираться опыта.

Часто на собеседованиях также звучит вопрос «назовите свои три плюса и три минуса». К нему тоже имеет смысл подготовиться. Называть нужно честно. В то же время минусы лучше называть такие, которые могут трактоваться как плюсы. Например, мой минус – упрямость (целеустремленность в высокой степени) в некоторых вопросах, т. е. буду настаивать, пока не добьюсь своего, иногда перегибаю палку.

И, конечно, классический вопрос «чем ты будешь полезен нашей компании, и почему стоит взять именно тебя». Вопрос действительно хороший, особенно если ты без опыта работы. Основными твоими преимуществами являются лучшая обучаемость (по сравнению с возрастными коллегами), мобильность и гибкость, ты не являешься носителем какой-либо корпоративной культуры, а значит легче приспособишься. Ну и вообще, ты молод и амбициозен, а значит будешь стремиться к росту и развитию в интересной тебе сфере. Если ты уже обладаешь какими-то интересными работодателю навыками, то их тоже будет уместно тут упомянуть.

Остальные вопросы собеседования могут быть какими угодно, и лучше всего отвечать на них честно и аргументированно. В конце концов, ты сам заинтересован получить подходящую тебе работу. Если ты пройдешь собеседование, обманув работодателя, не обладая реальными качествами, которые заявил, то ни ты, ни твой руководитель не получишь удовольствия от взаимодействия, и, скорее всего, испытательный срок ты не пройдешь.

Пятое. Непосредственно поиск. Цель – найти подходящую вакансию и записаться на собеседование. Каналы поиска могут быть любыми, главное, чтобы искомое соответствовало твоим четко определенным критериям. Знакомые, кадровые агентства, сайты в Интернете, объявления в бумажных изданиях – искать можно везде.

Если вдруг чувствуешь неуверенность и боишься бесе-

дований, то сходи туда, куда заведомо устраиваться не собираешься, просто пообщайся, поотвечай на вопросы. После этого ты уже примерно будешь понимать, что тебя ждет. По итогам собеседования тебе скажут решение, и даже в случае если тебя готовы взять на работу, ты можешь сам взять паузу подумать и, если что-то не устраивает, в итоге отказаться. Так можно выбирать между несколькими приглянувшимися вариантами. Только заранее оговори, до какого срока ты дашь ответ и чересчур не затягивай.

Если уже есть на примете организации, которые тебе примерно знакомы и где ты точно хотел бы работать, то обязательно попробуй устроиться туда.

Вообще, в процессе поиска не стоит хвататься за первое попавшееся место работы. Оцени предложения на рынке труда, походи на собеседования. Нужно, чтобы было с чем сравнивать. В среднем, поиск подходящего места работы занимает около месяца. Для твоей дальнейшей карьеры и для твоего опыта хорошо, чтобы на своем первом месте работы ты отработал не менее года, в идеале – не менее двух-трех лет. Если, получив первый опыт, будешь потом переходить работать в другую организацию (например с большими перспективами), то кадровая служба будет оценивать твою долгосрочность, в том числе по продолжительности работы, на предыдущих местах. Кандидаты-«прыгунки», которые меняют несколько мест работы, проработав на каждом по несколько месяцев, вызывают настороженность.

Есть исключение. Если ты уже устроился, у тебя начался испытательный срок, и ты в первые же месяцы понял, что в организации не все хорошо и есть не приемлемые для тебя моменты. Это могут быть категорическое несоответствие твоих реальных должностных обязанностей тем, которые были заявлены. Нечестная зарплатная политика организации. Острая несовместимость и отсутствие взаимопонимания с руководителем или коллективом. В таких случаях, особенно на испытательном сроке, ты запросто можешь уволиться по собственному желанию и продолжить поиски. Главное, чтобы ты мог адекватно и аргументированно объяснить новому работодателю, что являлось причиной такой быстрой смены места работы.

Важный момент: если ты попробовал подряд несколько организаций и везде сталкиваешься с неподходящими для тебя условиями труда, подумай, с чем это может быть связано, может быть, ты ищешь что-то не то или дело в каких-то твоих личных особенностях. Тогда меняй или что-то в себе, или свой запрос и дерзай дальше! Кто ищет, тот всегда найдет!

Шаг 7. Карьера. Первая работа: от стажера к профессионалу

Поздравляю! Ты нашел работу и принят на испытательный срок. Тебя оформили, провели (или не провели) инструктаж по технике безопасности и передали в руки непосредственного руководителя. Дальше в зависимости от специфики твоих обязанностей и занимаемой должности варианты развития событий могут быть очень разными.

Позволь дать тебе несколько советов, чтобы события развивались благосклонно по отношению к тебе.

Про лень я тут уже писал, запомни, если твоя должность не тестировщик диванов (на предмет удобства и качества сна), то *тебе с ленью не по пути*. Ленивых сотрудников не любит ни один руководитель (я вот, например, на дух не переношу), да и коллеги, как правило, тоже.

Обязательно проявляй в работе разумную инициативу. Если ты хочешь успешно пройти испытательный срок, а тем более развиваться в своей должности (а потом при желании и по карьерной лестнице), ты не должен быть инертным трутнем. Ты должен выгодно отличаться от таких же стажеров, как ты.

В первый же день узнай у своего непосредственного руководителя, что тебе нужно сделать и какие показать ре-

зультаты, чтобы «быть молодцом». Какие у тебя конкретно обязанности, что будет считаться хорошим выполнением твоей работы, а что плохим (тоже нужно узнать, чтобы быть в курсе, как делать нельзя). Эти моменты тебе нужно выяснить абсолютно однозначно, чтобы у тебя были четкие ориентиры. И далее ты сам или вместе со своим руководителем смог поставить себе цели на испытательный срок (на дальнейшие периоды цели лучше ставить позже, когда вникнешь в специфику работы).

Выясни, какие есть правила и регламенты, о которых тебе сразу следует знать. Спроси, есть ли у твоего руководителя какие-то личные пожелания к тебе и к выполнению твоих обязанностей. Учитывай в своих действиях полученные сведения.

Все это поможет тебе сразу не залететь на проблемы и наладить контакт со своим начальником. По сути, хороший руководитель сам должен сразу же провести с тобой установочную встречу и разобрать с тобой все эти моменты. Если же этого не случилось, то ты теперь знаешь, что делать.

Если ты вдруг думаешь, что это не так важно, то я тебе расскажу кое-что.

Случай из жизни. Я отработал на своей первой официальной работе уже чуть больше года, на одной из низких должностей, не требующих особых усилий и знаний. Достигнув потолка развития на этой должности и в совершенстве овладев своими обязанностями, через полгода я заскучал, т. к.

понимал, что способен на большее. Решившись, я перешел в отдел по работе с постоянными клиентами компании на вакантное место.

Я попал к руководителю, которая совсем недавно выросла из специалиста и еще не имела соответствующего опыта руководства. Мне никто не объяснил однозначно, что и как мне нужно делать, в каком случае мою работу можно считать успешной, а в каком наоборот. Какие у меня цели на испытательный срок и т. д... Сам я, к сожалению, тоже не понимал еще, что без этих знаний работать нельзя. Как следствие, через месяц я был на волоске от увольнения, т. к. постоянно делал ошибки и двигался не в тех направлениях. Узнавал я, что это ошибка и что я что-то не то делаю, уже по факту свершения действия.

Усугублял мое положение тот факт, что я не знал о личных предпочтениях в стиле управления своего руководителя, намного позже я понял, что для нее было важно, чтобы сотрудники (тем более новички) с ней советовались, прежде чем принять какое-либо принципиальное решение. Я же первое время порой откровенно спорил, вместо того чтобы советоваться и прислушиваться к ее мнению.

В компании мне очень нравилось, уходить я не хотел, поэтому подал заявку на похожую должность в другое направление и другой отдел. Не особо веря в успех и что вообще способен работать с клиентами. Но... Успешно прошел собеседование!

В новом отделе меня хорошо приняли, сразу рассказали мне все те вещи, которые мне нужно было знать, и мы вместе с непосредственным руководителем поставили цели на испытательный срок и расставили акценты, что хорошо, а что плохо.

Обладая однозначным пониманием, что и как нужно сделать, а также действуя в определенных важных направлениях, о которых сейчас тебе расскажу, я всего за год прошел путь от стажера до руководителя группы, подняв показатели по своей клиентской базе в три раза и поставив месячный рекорд по количеству заключенных договоров.

Что же еще я такого делал?

То, что и тебе советую. *Максимально быстро пройди все контрольные аттестационные мероприятия, если такие имеются. Жадно набрасывайся на все те знания, которые тебе будут предлагать, сам выясняй дополнительную информацию.* Я в свое время за шесть месяцев прочитал все, что нашел в офисной библиотеке по своей новой специфике (примерно 25 книг), это дало мне хорошую фору в знаниях...

Сейчас очень полезным каналом для получения информации в любых областях знаний может быть известный видеохостинг Ютуб. Периодически просматривая видео по своей тематике, можно очень хорошо прокачать свой уровень. Я, например, смотрю видео о саморазвитии, продажах и эффективном управлении ежедневно, добираясь на работу. Это

одна из причин, по которым я езжу на работу на общественном транспорте, а не на машине.

Но только читать и смотреть видео – мало, параллельно нужно найти человека, который успешно владеет каким-либо полезным тебе навыком и готов с тобой этим навыком поделиться. Такой человек называется наставником (коучем, ментором), обычно в организации таким человеком для сотрудника является его непосредственный руководитель. Если ты нашел сам или к тебе прикрепили наставника, первым делом напиши с ним вместе список вопросов, по которым он будет делиться с тобой своими знаниями и опытом. Отсортируйте их в порядке важности и назначьте ряд регулярных встреч.

Не жди, когда наставник сам вспомнит о тебе, сам назначь время заранее, а потом сам напomini о запланированной встрече. *В процессе передачи знаний не стесняйся задавать вопросы.* Никогда не жалуйся на переизбыток информации или на то, что встреча пересекается с другими твоими запланированными делами. Будь благодарен, что наставник, в принципе, готов с тобой встретиться и тратить на тебя свое время. В прямом смысле благодари его за это.

Но в некоторых организациях у руководителя нет функции наставничества. А иногда руководитель бывает слишком занят для того (хотя что может быть важнее), чтобы терпеливо помогать своему сотруднику в наработке навыков. Что это значит?

То, что тебе все равно необходимо действовать!

Если наставника тебе найти не удалось или у него не находится достаточного количества времени на тебя, сам ищи пути получения полезных знаний. *Посмотри по сторонам, обрати внимание на то, кто из твоих коллег успешно (в идеале – образцово) выполняет какие-либо действия, и понаблюдай за ними. Выдели и возьми на заметку те элементы, которые будут тебе полезны.* И даже если у тебя есть наставник, информацию можно получать из обоих каналов.

Я, например, вместе с тем, что имел наставника в лице своего непосредственного руководителя и часто разбирал с ним ту или иную ситуацию, дополнительно слушал успешные переговоры коллег и периодически просил поделиться опытом в том или ином вопросе тех, кто в нем, по моему мнению, хорошо разбирался... Эти несложные действия позволяли мне серьезно продвинуться вперед в профессиональном плане за короткое время. А так как я спрашивал многих и собирал самые эффективные навыки и приемы (и применял их), то скоро я начал выделяться на фоне других сотрудников отдела, меня заметили. Это помогло моему дальнейшему продвижению.



Еще один важный совет: все рабочее время уделяй работе. Я не говорю сейчас, что нужно работать не поднимая головы или не покладая рук. Просто эффективно используй то время, за которое тебе платит работодатель. Старайся дать, хотя бы немного больше, чем от тебя ожидают. Это обязательно отметят и оценят. Избегай отвлекающих факторов, мессенджеры в телефоне, интернет-серфинг, онлайн-игрушки и т. д. Для тебя важнее добиться целей, если очень хочется, на развлечения есть свободное время. Закончил выполнять задание, скажи об этом и попроси еще.

Конечно, при таком подходе в некоторых случаях на тебя могут попытаться повесить дополнительные обязанности

или скидывать самые сложные задачи, не увеличивая оплату. Если ты хочешь получить продвижение, то это даже полезно для тебя, главное, не надорваться. *Если понимаешь, что объем работы становится в тягость, – поговори об этом с начальником.* Если же ты справляешься, то тот факт, что ты делаешь больше и умеешь выполнять более сложные задачи, позволит тебе через какое-то время смело требовать повышения оплаты или повышения по должности (если тебя к тому моменту еще не продвинет руководство).

Даже если при всем твоём рвении тебя не отмечают, то полученный опыт решения большого количества задач или решения задач повышенной сложности полезен тебе лично. Отработав какое-то время (один-два года) в текущей компании, ты сможешь со своим опытом легко найти более интересные условия на рынке труда.

Внимание! В то же время тут кроется одна опасная ловушка, про которую тебе обязательно нужно знать. *В любом коллективе неизбежно проявляется «правило толпы».* Это значит, что одни сотрудники оглядываются на других и даже подсознательно могут копировать их модель поведения. *Если в коллективе принято работать с полной отдачей, то проблем нет. Но, к сожалению, иногда работники в коллективе негласно, а иногда и по договоренности, умышленно занижают свою выработку, чтобы им не увеличивали объем работы.* Чаще такая картина проявляется, если оплата труда не сдельная и не привязана к показателям выработки (KPI).

Например, при окладной системе.

В таких коллективах в рабочее время специалисты примерно половину времени заняты действительно работой, а другую половину либо имитацией работы, либо личными делами или развлечениями.

Если тебе не очень повезло и ты попал в такой коллектив, имей в виду: если ты будешь без оглядки проявлять свои амбиции, выделяться и просить у руководителя дополнительные задачи, в то время как остальные потихоньку ковыряют привычные объемы, то непременно станешь угрозой для остальных сотрудников. К тебе будут относиться не иначе, как к новичку-выскочке. Наверняка твои коллеги либо объявят тебе бойкот, либо постараются как-то дискредитировать тебя, чтобы впоследствии от тебя избавиться. Ни то, ни другое не пойдет тебе на пользу.

В такой ситуации поговори со своими коллегами, посоветуйся. Объясни, чего ты хочешь получать от работы и какие у тебя планы. Послушай, что они тебе на это скажут. Если ты столкнёшься с пониманием, то смело действуй! Возможно, что ты даже сможешь изменить ситуацию, и, видя твои успехи, за тобой потянутся остальные. Тогда ты станешь лидером.

Если оценка твоих помыслов будет резко негативной, то в зависимости от ситуации либо смиришься и просто набирайся знаний и опыта до поры до времени. Либо меняй коллектив переводом (объяснив, что не сработался, без подробностей)

или через увольнение и новый поиск работы.

Еще несколько моментов. *Не стучи, не будь доносчиком и старайся избегать интриг в коллективе. Не отзывайся негативно о коллегах.* Если у тебя есть стойкая неприязнь к кому-то, которую ты не можешь сдерживать, подумай, с чем конкретно эта неприязнь связана, подойди и обсуди это с объектом неприязни лично, с глазу на глаз. Если это невозможно, то со своим руководителем. Лучше сделать так, чем доводить до открытого конфликта в момент умышленной или неумышленной провокации.

По возможности помогай своим коллегам. Помогая кому-то, мы всегда помогаем себе. Особенно новичкам, они со временем непременно будут спрашивать у тебя помощи и совета. Когда ты будешь вникать в проблемы и задачи другого человека и помогать искать решение, у тебя будет неизбежно развиваться навык наставничества и лидерские качества. Возможно, ты даже сможешь стать для кого-то полноценным наставником. А это, несомненно, полезно, в первую очередь, и для тебя самого.

Кроме того, на некоторые вещи ты сможешь взглянуть с другой стороны.

Помогая новичку, не делай за него, подробно расскажи, что и как нужно сделать, а потом сопроводи по ходу выполнения задачи. По итогам вместе с ним проверь результат, если что-то не так, укажи на это и помоги откорректировать. Важно, чтобы в следующий раз он смог выполнить подобное

действие самостоятельно.

Выдвигай рационализаторские предложения! Если ты понимаешь, что что-то можно улучшить, то сформулируй свое предложение и запиши его на бумагу. Не торопись подходить к руководителю, подумай, не приведет ли нововведение к каким-либо негативным последствиям. Попробуй описать плюсы и минусы. Подумай, как красиво преподнести плюсы и что делать с минусами. Когда все продумаешь, иди к своему непосредственному руководителю (не вздумай «перепрыгнуть» через его голову) и кратко, но емко изложи свое предложение. Расскажи, какие плюсы получит организация от его внедрения, и поделись остальными своими соображениями. Если ты действительно придумал что-то стоящее, то ты получишь хороший плюс в свою копилку. Если же твое предложение окажется не очень хорошим, ничего страшного, ты все равно заявишь о себе как об инициативном сотруднике и получишь дополнительный опыт.

С самых первых дней действуй осознанно, позиционируй себя как специалиста в своем деле. Обрастай знаниями и опытом, и тогда вскоре ты действительно станешь профессионалом. Стремись стать одним из лучших в любимом тобой деле! Это путь к успеху, признанию и счастью!

Шаг 8. Карьера. Чего хочет начальник?

Внимание, вопрос! Как думаешь, сколько потенциально успешных карьер и иногда судеб рушится из-за того, что молодой специалист на первой подходящей ему по всем другим параметрам должности не смог взаимодействовать с непосредственным руководителем (а такой есть у всех, кроме собственника предприятия)?

Точную цифру назвать не берусь, в разных источниках разные данные, примерно 28% россиян приходилось увольняться из-за конфликта с начальником. Шанс примерно один к трем. Не хило, правда? Есть даже распространенное мнение, что сотрудник никогда не поймет руководителя. Да что уж там, я и сам, работая с сотрудниками, периодически сталкиваюсь с непониманием.

Вероятность, что кто-то еще расскажет тебе, как себя вести с начальником (с позиции самого руководителя), крайне мала. Пользуйся моментом, читай внимательно. Даю тебе несколько общих советов.

Повторенье – мать ученья! При чтении некоторых книг ловил себя на том, что автор повторяет одну и ту же мысль несколько (а иногда и много) раз по тексту. Зарекался так делать, но, увы!

НЕ ЛЕНИСЬ! Не любят этого начальники...

Не дерзи и соблюдай иерархию, даже если твой начальник в доску свой парень из соседнего дома. Или младше тебя. Или шуплый доходяга, и ты его можешь одной левой. Или производит впечатление недалекого человека (бывает и такое). Или вызывает личную неприязнь. Никогда не забывай, он (она) – босс. Слабого руководителя ты скоро перерастешь и, возможно, сам станешь его руководителем. Но пока это не так, а ты молодой специалист или стажер. Наберись терпения. Если совсем невмоготу, но сама работа нравится и терять ее не хочется, то закрепиись сначала. Покажи хорошую работу, покажи, на что ты способен, а потом уже качай права. Хорошему, эффективному сотруднику, скорее всего, пойдут на уступки в адекватных рамках. А дерзкого стажера, вероятнее, просто уволят.

Если тебя хвалят, запомни за что, и действуй в том же духе. Если ругают, постарайся понять – почему. Не обижайся и не жалея себя, жалеть себя – это позиция неудачника. Наверняка ты все-таки что-то сделал не так. Пойми истинную причину, почему ты ошибся и что нужно сделать в следующий раз. Поговори про это с начальником.

Не подлизывайся, тех, кто стелется перед начальством, в глубине души не любят и сами руководители, и к таким сотрудникам возникает стойкая неприязнь у всего коллектива.

Согласовывай все, что лежит вне зоны твоей компетенции. Определить эту зону нужно с самого начала, поговорив

об этом с руководителем.

Будь конструктивным сам. Если твой руководитель неконструктивен – фильтруй его слова, все, что сказано лично о тебе, а не о твоей работе, не имеет отношения к делу. Мысленно опускай все это, выделяй основное, с чем можно работать, из всего сказанного и принимай соответствующие меры. При необходимости задай уточняющие вопросы и попроси объяснить, в чем именно твоя ошибка. Не оправдывайся, ищи решение проблемы. Детально разберись в ситуации и больше не повторяй ее.

Все, что с тобой происходит, – это твой опыт. Любая твоя ошибка, с которой ты научился работать, делает тебя сильнее. Такие мысли лично мне помогают удерживать себя в руках и направлять разговор на решение проблемы. Даже во время чересчур эмоционального общения с коллегами. Возьми на заметку, возможно, и тебе поможет.



Никогда не обманывай своего начальника, даже если случилось что-то неприятное и ты понимаешь, что можешь попасть под серьезное наказание. Расскажи все сам и честно. Накосячил, обрати сам внимание на проблему, не уходи от нее. Во-первых, гора с плеч упадет, во-вторых, это оценят, в-третьих, проблема будет решена, пока еще последствия не такие страшные. Если всегда будешь придерживаться таких принципов, то тебе будут доверять.

Выполняй задачи своего руководителя качественно и в срок. Бывает, что руководитель неточно сформулировал саму задачу или назвал размытые сроки выполнения. Как только ты примешь такую задачу, вся ответственность за ее выполнение ложится на тебя. Поэтому сразу уточняй те моменты, которые не однозначны. Можно переспросить: «правильно ли я понял, что мне нужно сделать так». Если ты уточнишь неоднозначный момент, это никак не будет твоим минусом, скорее плюсом. Зато явным минусом будет факт выполнения не тех действий, которые требовались. Делай так, чтобы не пришлось переделывать, перед тем как сообщить о выполнении задачи, проверь себя сам. Множество глупых ошибок можно найти, если просто еще раз внимательно посмотреть на результат своего труда.

Если задача не сделана в срок, то она может потерять свой смысл. В момент постановки задачи оцени свою загрузку, если понимаешь, что не успеешь, сразу скорректируй сроки с руководителем. По ходу выполнения работы предупреди заранее о том, что не успеваешь, сразу, как только ты это понял. Ни в коем случае не молчи, хуже всего, когда начальник уже просит тебя отчитаться, а у тебя еще не все сделано или ты вообще еще не приступал. Если у тебя много пересекающихся по времени задач, не пытайся выполнить сразу все, обязательно попроси у руководителя помощь в расстановке приоритетов.

Всегда, пока ты работаешь, у тебя часто будут появляться

вопросы. Несомненно, твой руководитель хорошо и подробно способен ответить на все твои вопросы, особенно по текущим задачам. Но, наверняка, ты не один такой у своего начальника, да и вообще задач у него на порядок больше. Поэтому прежде чем обращаться к нему с вопросом или с новой проблемой, поищи сам ответ. Следуй правилу: приходишь с проблемой, приноси и решение. По многим вопросам, которые вызывают у тебя затруднения, тебе могут помочь твои опытные коллеги. Иногда, наоборот, ты сам можешь предложить прорывное решение по какому-то вопросу, т. к. у всех остальных видение ситуации просто замылилось.

Был случай: водитель одного большого грузовика пытался проехать под достаточно низким мостом, но машина застряла. Движение и вперед, и назад могло повредить кузов. Дорога была узкая, и больше никто не мог проехать. Само собой, собралась большая толпа желающих помочь. Звучали разные советы... Аккуратно разобрать кузов и разгрузить машину. Частично разобрать мост. Снять асфальт... И только одна маленькая девочка предложила спустить колеса... Предлагай свои решения!

Еще совет: не критикуй своего непосредственного руководителя, его, как и родителей, не выбирают. Тем более, если будешь нехорошо о нем отзываться за глаза, то в тот момент, когда это всплывет (а это рано или поздно случится), тебе может стать некомфортно.

Если решишься поговорить с ним лично о его качествах

или поступках, то это, конечно, лучше, чем заочно. Но не все руководители поймут (не все умеют воспринимать критику от сотрудников и работать с ней), с некоторыми так можно и вовсе испортить отношения. Исключение, если руководитель сам проявляет открытую позицию на критику и просит не молчать, если что-то не нравится. Как правило, так поступают самые опытные и успешные. Они понимают, что критика – это та же самая обратная связь, которая помогает работать над собой и становиться лучше.

Не забывай, кстати, и сам периодически получать обратную связь по поводу своей работы и своих компетенций. Спрашивай у начальника, что, по его мнению, у тебя получается, а что нет, с чем в первую очередь нужно работать. Развивай дальше то, что получается хорошо и работай над своими слабостями. Это путь к успеху!

Шаг 9. Ошибки. Работа над собой

Ты умеешь ездить на велосипеде? Скорее всего, да. А ты помнишь, как ты учился?

Чтобы поехать на двухколесном велосипеде, нужно хорошенько оттолкнуться и одновременно начать крутить педали, удерживая равновесие с помощью руля. Причем, чем быстрее едешь, тем легче держать равновесие и тем меньше вероятность упасть. Тот, кто уже давно катается, делает это непринуждённо и легко, получая кайф от езды. Новичок же, с дрожью в ногах восседающий на двухколесного монстра, вначале не получает никакого удовольствия от процесса. Страх упасть практически парализует, а многие неудачные попытки и болезненные падения не добавляют энтузиазма.

Да, ты много раз падаешь. Это естественно! Ты делаешь ошибки! То слишком резко поворачиваешь руль, то заваливаешься на бок, то слишком медленно отталкиваешься. Но ты встаешь и повторяешь все сначала. Желание научиться кататься заставляет продолжать. И, несмотря на все трудности, в конце концов ты проезжаешь несколько метров, чудом удерживая равновесие. Потом немного дальше. И так далее, пока через какое-то время в твоей механической памяти прочно закрепляются новые навыки, которые теперь останутся на всю жизнь.

Очень часто начинать делать что-то новое и непривычное бывает страшно. В такие моменты мы все похожи на ребенка, который учится кататься на велосипеде. Сначала мы резко набираем опыт в новой для нас деятельности. На этом этапе происходит грандиозное количество ошибок. Но и навыки относительно точки старта развиваются очень быстро. Потом количество ошибок уменьшается, уменьшается и скорость развития навыка.

Сам по себе факт совершения ошибки не страшен. Не ошибается тот, кто ничего не делает! Любая ошибка и негативная ситуация делает тебя сильнее, поэтому относись к проблемам позитивно, как к возможностям для роста. Не спору, бывают фатальные ошибки в разных сферах, последствия у них могут быть очень серьезными. От таких ошибок нас обычно уберегает инстинкт самосохранения и осторожность. Если появилось предчувствие, что что-то не так, то лучше проверить факты, перед тем как действовать. Можно посоветоваться с кем то, кому доверяешь, кто имеет опыт.

В любом случае, помни! Самая главная ошибка – не учиться на ошибках! Если ты допускаешь одну и ту же оплошность более двух раз, то это плохой признак. Сделал что-то не так, во-первых, нужно понять, из-за чего ошибка произошла. Один из способов – задавать себе вопросы «почему» несколько раз, пока не доберешься до сути. Например, почему я упал с велосипеда? Потому что не смог удержать равновесие. Почему я не смог удержать равновесие? Потому

что слишком медленно ехал и слишком резко повернул руль.
И когда причина найдена, делаем выводы.



Вывод: нужно ехать быстрее и не поворачивать руль слишком резко!

Относись к ошибкам спокойно и, главное, учись на них, это путь к профессионализму. Если ты знаешь, чего хочешь, у тебя есть мотивация и желание, то, несмотря на большое количество неудачных попыток, ты обязательно добьешься своего, если не будешь сдаваться.

Великие люди, добившиеся непревзойденных высот, падали на самое дно гораздо глубже, чем кто-либо. Генри Форд, Дональд Трамп, однажды полностью разорившиеся, имевшие миллиардные долги и снова взлетевшие на самый верх, научившись на своих ошибках. А уникальный пример Томаса Эдисона: его считали безумцем, когда он более десяти тысяч раз предпринимал попытки довести свое изобретение – электрическую лампочку накаливания – до ума. И в конце концов добился успеха. Он, безусловно, относился позитивно к своим промахам, впоследствии он говорил: «Я не ошибся 10000 раз, я всего лишь нашел 10000 неработающих вариантов».

Неудачи и ошибки дают нам необходимый опыт для того, чтобы мы могли развиваться. Воспринимай их в позитивном ключе и работай над собой, тогда ты обязательно добьешься желаемого!

Шаг 10. Проблемы.

Как с ними жить

Бывает, что череда собственных ошибок, а иногда и внешние обстоятельства приводят к серьезным проблемам. Если такое случилось, не нужно игнорировать ситуацию, делать вид, что ничего не происходит и т. д. Но и отчаиваться тоже не нужно. Любая проблема имеет начало, имеет и конец. Зачастую вначале проблему решить проще, чем через какое-то время. Это как развивающееся заболевание, на первой стадии достаточно принять курс лекарства, но если запустить – понадобится сложная операция. Поэтому, нужно не бежать ОТ, а наоборот – пойти НА проблему, вытащить ее на поверхность и решить как можно скорее тем или иным способом.

Сложно представить действительно серьезные, неразрешимые трудности в цивилизованном обществе в наше время. Они встречаются редко. Часто нам свойственно преувеличивать, раздувать не очень значимые проблемы. После чего они нависают над нами многотонной слоновьей тушей, пригибая к земле и утягивая на дно.

Бросил или изменил любимый человек, уволили с очень хорошей работы, нашли заболевание средней тяжести, залетел в долги на несколько сотен тысяч или даже миллионов?

Все это решаемо, все пройдет! Нельзя падать духом и опускать руки.

Не сложились отношения, ну и что, вокруг множество других представителей противоположного пола – знакомься, и через какое-то время найдешь свое. Уволили с работы – найди другую, развивайся в другом месте. Заболел – лечись, неизлечимо, но жить можно – живи, радуйся жизни. Задолжал – продай все лишнее, устройся на работу, постепенно выплачивай долг. Даже несколько миллионов долга можно выплатить за десять, пятнадцать лет, работая не на самой высокооплачиваемой работе.

В любом случае, даже если совсем тяжело, подумай о том, что есть люди, которым гораздо, гораздо хуже тебя прямо сейчас. Миллионы людей во всем мире ежедневно сталкиваются с проблемами, которые тебе и представить сложно. И радуются тем простым вещам, которые для тебя являются обыденностью и принимаются как должное.

Смертельно больные, мучающиеся от страшных болей и знающие, что им осталось жить несколько месяцев или недель. Инвалиды с ограниченными возможностями, лишенные многих радостей жизни (пример – Ник Вуйчич, посмотри видео о нем). Да что там, миллионы людей, родившихся и проживающих в Африке, в государствах Конго, Либерия, Бурунди и подобных им, ежедневно выживают в настоящем аду. Нехватка пищи, питьевой воды – многим за неделю доступно ее (если зловонную, мутную

жидкость можно таковой считать) меньше, чем выливается в твою раковину, когда ты чистишь зубы. Нехватка медикаментов, предметов первой необходимости. Постоянные вспышки смертельных заболеваний и войны дополняют и без того печальную картину.

По разным данным, от одного до трех миллиардов людей в мире живут в условиях крайней бедности, на 0,5-2 доллара в день. У них нет нормальной еды, жилья, одежды...

Согласись, что по сравнению с ними твои беды не такие уж серьезные...

Запомни, твои «неразрешимые» проблемы – это не проблемы, а временные трудности, тебе просто не с чем сравнивать (и это хорошо)!



Очень важен позитивный настрой, даже в сложных ситуациях ищи позитив. Иногда ситуацию можно вытащить чисто на положительных эмоциях. Никто не хочет иметь дело с паникером и пессимистом. Вспомни сам, с кем тебе комфортнее общаться: с собеседником, который весь пропитан депрессией и жалуется на все и всех вокруг, или с веселым и бодрым человеком, распространяющим веселый заряд по-

зitiva и хорошего настроения? Представь и одного, и второго (наверняка люди обоих типов есть в твоём окружении) и почувствуй собственное настроение в общении с обоими! Ну, и каким бы ты сам хотел, чтобы тебя воспринимали?

Все, что нас не убивает, делает нас сильнее!

Улыбнись!

Шаг 11. Сказка о потерянном времени

Ниже приведены две группы словосочетаний, подумай, что общего между ними...

Первая группа: просмотр телевизора, социальные сети, интернет-серфинг, валяться на диване, видеоигры, болтать по телефону.

Вторая группа: живое общение с друзьями, прогулка в парке (на природе), поход на шашлыки, кататься на велосипеде, чтение книг, подвижные игры, рыбалка, занятия спортом, логические игры.

Как ты уже понял, это две группы разного рода занятий. А теперь попробуй представить человека, которому свойственны занятия первой группы, а теперь – второй группы.

Не знаю, как у тебя, у меня в первом случае это человек, немного заторможенный, малоподвижный, необщительный, не в очень хорошем расположении духа, неопрятный, набирающий лишний вес, и его однозначно нельзя назвать успешным. Во втором случае я для себя представляю веселого и энергичного человека, загорелого, спортивного, остроумного, успешного, такие люди притягивают взгляды и ведут за собой других людей.



Это пример, как то, чем ты занимаешься в свободное время, определяет тебя и как тебя воспринимают окружающие.

Мы живем в удивительное время! Количество доступных нам занятий и развлечений поражает. Многие проводят большинство своего свободного времени в социальных сетях, за просмотром телевизора, играя в компьютерные онлайн игры или бесцельно шарясь на просторах Интернета.

Эти занятия можно отнести к категории отдыха, они не приносят пользы. Но они вредят, если злоупотреблять. В настоящее время все чаще говорят об интернет-зависимости, зависимости от игр и соцсетей. Молодые люди полностью уходят в онлайн мир, отрекаясь от реальных друзей, род-

ственников, проваливая учебу и теряя работу. Есть даже случаи со смертельным исходом, когда люди, играя, забывают есть и спать.

У среднестатистического россиянина в сутки есть всего три-пять свободных часов от сна, работы и перемещений из пункта «А» в пункт «Б». Если при этом смотреть телевизор или сидеть, уткнувшись в компьютер или телефон по два-три часа в день, то за год ты уделишь этому занятию ровно месяц, а за 50 лет набежит четыре с половиной года (в случае с телевизором, из них один год – просмотр рекламы). Согласись, не повод для гордости. Причем будет потрачено твое основное свободное время, потрачено впустую и необратимо.

Прошедший час, день, неделю, месяц не вернешь, время идет только вперед. Но то, как распоряжаться собственным временем, решаешь только ты сам. Можно сидеть в соцсетях, а можно читать интересные книги, можно смотреть телевизор, а можно изучать иностранный язык или заниматься спортом.

Можно деградировать, а можно развиваться – это твой выбор.

Хороший прием для осознания того, как ты используешь собственное время, – в конце недели подводить итог, что ты сделал полезного, насколько приблизился к целям, чем вообще можешь похвастаться.

Я, например, какое-то время назад практически отказался

от социальных сетей и уже очень давно не смотрю телевизор. С удивлением я обнаружил, что стал чаще общаться вживую и встречаться с друзьями. Я также стал больше читать и гулять на свежем воздухе. Я больше успеваю и веду активный образ жизни. Это здорово!

То, чем ты занимаешься, определяет тебя, сократи до минимума время, уделяемое на занятия из первой группы, и делай больше вещей из второй группы, это изменит твою жизнь.

Живи офлайн!

Шаг 12. Деньги.

Минимальные знания

Не мог не написать про деньги, все-таки я бакалавр экономики.

Говорят, что к некоторым деньги липнут, в то же время очень много твоих знакомых почти всегда с пустыми карманами. Давай разбираться почему?!

Те, у кого никогда нет денег, имеют, как правило, следующие качества и привычки:

- * не считают свои личные финансы (не ведут учет того, сколько зарабатывают и сколько и на что тратят);
- * делают спонтанные, незапланированные покупки;
- * делают дорогие покупки, не по средствам – «понты» (дорогой телефон, кожаный диван, шубу и т. д.);
- * не пытаются регулярно откладывать часть заработанного;
- * тратят больше, чем зарабатывают (лезут в кредиты, долги);
- * винят в отсутствии у них денег внешние факторы или других людей.

Не делай так!

Если хочешь, чтобы деньги всегда водились (и, возможно, немалые), то делай следующее!

Самое главное – начни считать! Если знаешь, сколько денег ты заработал (к тебе пришло) и сколько потратил (ушло) в прошлом или текущем месяце, – отлично. Если не знаешь, то тебе крайне трудно планировать свои расходы. Велика вероятность при незапланированной трате выпасть из бюджета, а значит, придется экономить на необходимом или занимать у знакомых.

Важно! Считать деньги не значит быть жадным. Напротив, ни в коем случае не жадничай! Еще ни один жадный, но состоятельный человек не был по-настоящему счастлив.

Сложи все свои доходы за месяц, сложи все свои расходы. Теперь из первой суммы вычти вторую. Если получается положительное число, значит ты в плюсе. Оставшуюся сумму можно куда-нибудь инвестировать (вложить с целью приумножения).

Если ты выходишь в ноль, это опасное положение, значит ты тратишь все, что зарабатываешь. Нужно срочно искать способ, как уменьшить траты или как увеличить доход.

Если ты в минусе, то твои расходы больше доходов. Скорее всего, тебе помогают родные или приходится занимать. В таком положении долго находиться нельзя. Срочно ищи способ больше зарабатывать или уменьшить расходы. Если ты студент и получаешь образование в той сфере, которая тебе интересна, – ищи подработку в том же направлении.

В любом случае, советую отказаться от всех «понтов», если ты не в состоянии сам их оплачивать. Смешно смотреть

на студентов или молодых специалистов с голодными глазами, но последним айфоном или в кредитной иномарке. Это никогда не бывает круто!

Даже если у тебя стабильный доход и его хватает с избытком, подстрахуйся на случай форс-мажора. Открой сберегательный счет в банке и положи на него депозит в размере минимум двух средних месячных сумм твоих расходов. Никогда не трогай эти деньги. Только в крайнем случае, для которого эта денежная «подушка безопасности» и предназначается.

Кроме того, если есть возможность, откладывай минимум 10% своего ежемесячного дохода. Если такой возможности нет, устройся на работу или подработку. Ты должен зарабатывать хотя бы столько, чтобы можно было сохранить минимум 10% от общей суммы. Не храни деньги дома «под матрасом», они должны работать. Пусть даже вклад под 7-10% годовых. Это гораздо лучше, чем ничего. Иначе твои сбережения будет пожирать инфляция (ежегодное обесценивание денежной массы). Возьми за привычку ежемесячно откладывать деньги. Эта привычка вместе с привычкой постоянного саморазвития будет одним из самых мощных рычагов твоего продвижения в жизни.

Для примера! Допустим, ты зарабатываешь 20 тысяч рублей в месяц. Откладывая ежемесячно всего две тысячи на депозит под 10% годовых с капитализацией процентов (начисленные проценты прибавляются к основной сумме вкла-

да) через пять лет ты получишь 156 тысяч рублей. Через десять лет – 410 тысяч. А если ты откладывал десять тысяч ежемесячно, то через пять лет у тебя будет уже около 800 тысяч. Пять или десять лет пролетят быстрее, чем ты думаешь! Лучше к тому моменту иметь несколько сотен тысяч на счете, чем их не иметь, как считаешь?



Естественно, вкладывать можно не только в банковские

депозиты. Но ты должен знать: чем более высокий доход предполагается по вложенной сумме, тем выше риск потери всех денег. Быстрые деньги, казалось бы, можно поднять на финансовых пирамидах, резком росте валют (криптовалют) или акций или... спортивных тотализаторах и казино. Да-да, все описанные способы быстро увеличить денежную сумму я лично ставлю в один ряд с казино. А в таких заведениях везет, как известно, единицам. И то, это даже не везение, а либо многолетний анализ конкретного финансового инструмента, либо наличие доступа к инсайдерской (закрытой, важной для принятия решений) информации.

В интернете, и в частности на Ютубе сейчас множество видео на тему инвестиций и быстрого заработка. К сожалению, среди всего этого объема крайне мало действительно полезных материалов. В основном, инвестиционные схемы, по итогам участия в которых обещаются золотые горы. А тем более, за совсем небольшие промежутки времени. Преподносятся такие схемы как новые инструменты и сервисы для заработка, про которые мало кто знает, в реале это финансовые пирамиды или просто кидалово. Если ты действительно хочешь быть финансово независимым и заниматься любимым делом, нужно очень внимательно фильтровать входящую информацию и использовать только надежные инструменты.

Тем не менее, действительно существует множество работающих схем и возможностей преумножить свой капитал.

Некоторые инструменты обладают достаточно интересной доходностью, и в то же время средним или низким риском.

У каждого из нас есть активы и пассивы. Активы создают положительный денежный поток, это то, что приумножает наш капитал. Пример: сдача квартиры в наем или сдача автомобиля в посуточную аренду. Пассивы создают отрицательный денежный поток. Пример: налоги, платежи по кредиту, расходы на автомобиль, на котором сам передвигаешься, и т. д. Для достижения финансовой независимости необходимо стремиться к увеличению активов и сокращению пассивов.

Подробно эта область знаний описана в книге Роберта Кийосаки «Богатый папа – бедный папа», эту книгу я рекомендую тебе прочитать обязательно. Единственное, нужно сделать некоторую поправку на то, что примеры, описанные у Кийосаки, применимы скорее в реалиях американской экономики. Тем не менее, про общие принципы достижения финансовой независимости написано там здорово.

Продолжим... Вариантов активов, создающих положительные денежные потоки, – множество. Квартиры для сдачи в аренду, комнаты, гаражи, автомобили. Некоторые сдают в аренду строительные инструменты, оборудование или гаджеты, следовательно, сумма, с которой можно начать инвестировать, не обязательно должна быть большой. Многие к тому же успешно используют финансовый рычаг (мультипликатор) в виде банковского кредита или ипотеки.

Я на своем опыте убедился, что ипотека – это хорошая

возможность заработать! У меня сейчас есть квартира, приобретенная в ипотеку, которую я сдаю. Это не инвесторский объект, поэтому прибыль с нее не очень большая. Хотя, мои арендаторы и выплачивают большую часть кредита вместо меня. А вот семь лет назад я покупал комнату в ипотеку специально с целью инвестиции. Там я получил хорошую прибыль и за короткий срок. Но давай поговорим о тебе!

Предположим, ты некоторое время откладывал небольшие суммы, и за два-три года у тебя накопилось что-то в районе 100-200 тысяч (возможно, больше, тем лучше). Далее нужен финансовый рычаг. Это может быть банковский кредит (ипотека) или займ от родителей или родственников. Сумма займа примерно должна быть в пять-семь раз больше собственных средств. Примерно 700-2000 тысяч рублей! Теперь ищем интересный объект. Интересный – значит подходящий по стоимости, достаточно ликвидный (чтобы можно было быстро продать при необходимости), с развитой инфраструктурой, хорошей транспортной доступностью. Желательно, чтобы рядом были крупные предприятия или учебные заведения.

Важно! Основная характеристика искомого – достаточно высокая возможная арендная стоимость. Именно поэтому рядом должно быть крупное предприятие или университет. Работники фирмы или студенты всегда ищут жилье рядом. Причем, даже если денег у тебя хватает только на комнату в коммуналке, это не страшно. Если нашелся хороший объект

– нужно брать! Если первый раз, то лучше через проверенных риелторов или обязательно через сервисы безопасных расчетов.

Соответственно, покупаем в ипотеку лет на десять. Делаем косметический (инвесторский) ремонт, ставим б/у мебель и технику, главное, в нормальном состоянии. Все! А теперь ищем жильцов и сдаем в течение всего срока выплат кредита. Если все сделано разумно, то объект будет практически сам себя окупать при минимальных вложениях с твоей стороны.

Посчитаем на конкретном примере! Было, например, 150 тысяч (накопил). Взял еще 700 тысяч в банке. Купил комнату за 800 тысяч и за 50 тысяч сделал ремонт. В банк нужно платить примерно 10 тысяч в месяц. Сдавать правильно подобранный объект можно за 7-9 тысяч. Итого, доплата из своих денег будет всего 1-3 тысячи в месяц. То есть, через 10 лет (а скорее всего, быстрее) объект будет полностью твоим всего за 1-3 тысячи в месяц (12-36 тысяч в год). В любой момент его можно продать (часто – дороже, чем купил) или жить самому. Задумайся – это работает.

Есть еще более прибыльные схемы получения дохода с недвижимости. Ипотечная квартира может не только полностью окупать себя, но и приносить неплохой ежемесячный доход. А еще есть широкий рынок коммерческой недвижимости... Но прежде чем делать конкретные шаги, нужно очень хорошо разобраться в вопросе, иначе можно запросто

прогореть.

В любом случае, озаботиться собственным жильем я тебе советую с как можно более раннего возраста! Гораздо разумнее, на мой взгляд, пусть взяв ипотеку, жить в своей квартире и постепенно выплачивать ее стоимость. Чем каждый месяц платить соизмеримую арендную плату какому-то «дяде», формируя для него положительный денежный поток, а для себя ничего не имея в итоге.

Как видишь, кредиты – это не всегда плохо. Если ты используешь кредит как финансовый рычаг и покупаешь актив, который не теряет в стоимости и приносит тебе деньги, то это положительный (хороший) кредит. Но если ты покупаешь в кредит просто какую-то дорогую штучковину, которая не приносит прибыль и теряет в стоимости (например: дорогой ноутбук, машину, телефон и т. д.), то это плохой кредит.

Если есть возможность такой кредит не брать – не бери. Лучше подождать и накопить свои деньги. Худший вариант неэффективного использования заемных средств – кредитная карта. Ты фактически, купив что-то один раз немного раньше, потом платишь за каждую покупку больше (стоимость покупки плюс проценты по кредиту) и иногда очень существенно переплачиваешь.

Ну что же, по моему мнению, это жизненно необходимый минимум информации про личные финансы. Подробно тему финансовой грамотности, личных сбережений, инвестиций и кредитов я настоятельно советую тебе дополнительно

изучить самостоятельно. Деньги в жизни хоть и не главное, но без них у нас меньше возможностей...

В конце книги я помещу несколько ссылок на рекомендуемую литературу по тематике финансовой грамотности. Обязательно прочитай эти книжки. Точно не пожалеешь!

Шаг 13. Отношения с родителями

Сидели у колодца старик и три женичины, а рядом с ними играли три мальчика. Вот говорит первая: «У моего сына такой голос, что всякий заслушается». Вторая хвалится: «А мой такие фигуры может показывать – заглядишься». И только третья молчит. Обращается к ней старик: «Что же ты про своего сына не рассказываешь?» А она отвечает: «Да ничего в нем необычного нет». Вот набрали женичины полные ведра воды, и старик с ними встал. Слышат: первый мальчик поет, соловьем заливается. Второй вокруг них колесом ходит. И только третий подошел к матери, взял тяжёлые ведра и понес домой. Спрашивают первые две женичины у старика: «Ну, как тебе наши сыновья?» А тот отвечает: «А где же они? Я только одного сына вижу...» Притча.

Мои родители прожили вместе уже более тридцати лет, они до сих пор любят друг друга. Они всегда любили, я чувствовал это, это было видно. У них, конечно, есть недостатки, их немало, но это не имеет для меня значения. Мои и твои родители – это люди, которые дали нам жизнь и вырастили нас так, как могли. Могло быть всякое, но тот факт, что они дали нам возможность жить и реализовывать себя, вызывает во мне чувство бесконечной благодарности. Даже если они не все делали правильно.

Родители часто дают нам советы, даже когда мы в них не

нуждаемся. Относись к этому спокойно. Они желают тебе добра. Они, действительно, более опытные и компетентны в некоторых вопросах. (Ну, или думают, что это так.) В любой ситуации, постарайся не обижать их, выслушай и попытайся понять. Даже если совет будет не очень полезным, будет здорово, если ты их спокойно выслушаешь и поблагодаришь. Хотя чем старше становишься, тем больше смысла находишь в словах родителей и тем больше их понимаешь.

К сожалению, тебе, наверное, приходилось наблюдать ситуацию, когда взрослый сын или дочь прилюдно ругаются или спорят с «предками». Хуже всего, когда они показушно на публику пытаются выставить своих родителей невеждами, отставшими от тренда, живущими не в теме. Они повышают голос и ругают отца или мать. Это всегда выглядит ужасно, и окружающие тоже чувствуют себя неприятно.

В такой ситуации подросток незаслуженно обижает и расстраивает близких людей. Единственное, что он сможет абсолютно однозначно доказать – свою личную недоразвитость и отсутствие элементарного терпения и понимания.

Считается, что Конфуций сказал: «У денег есть своя ценность, а наши родители бесценны, поскольку деньги можно заработать, а наших родителей не вернешь. Мы любим своих жен, но родителей больше. Женщин много, а родители одни. Работать надо много, работа требует очень много внимания, а нашим родителям мы обязаны уделять еще больше времени. Мы должны защищать свои жизни, но сперва мы долж-

ны защитить своих родителей. Если бы не их забота, воспитание, мы бы вообще не существовали на данной планете».

Будь добр и терпелив к родителям, они сделали для тебя очень много. Они содержали тебя финансово, пока ты сам не встал на ноги, если возникнет необходимость – не забудь отдать долг!

Уделяй им время и внимание. Жизнь не бесконечна, настанет момент, когда ты останешься один. В тот момент, ты, возможно, пожалеешь о некоторых вещах, но будет уже поздно.

Шаг 14. Отношения. Семья. Дети

Этот вопрос изначально для меня был очень сложным, но со временем я разобрался.

В возрасте 15 лет я был неуверенным в себе подростком, и мне казалось, что найти девушку мне будет сложно. За следующие 10-15 лет все изменилось в корне. Я понял, что найти девушку (а девушке парня) до невообразимости легко. Можно знакомиться в Интернете, в учебном заведении, на улице, в парке, в транспорте, в клубе, в спортзале, на работе и т. д. Причем, не нужно бояться заговорить первым. Банальная фраза: «Привет, ты мне понравилась! Как тебя зовут?» – и разговор завязался.

Сложно найти вторую половинку, т. е. человека, близкого по духу, с общими интересами, который всегда поддержит, будет мотивировать и вдохновлять.

Легко ошибиться с выбором, человека можно узнать зачастую лишь за пару лет совместной жизни (и то не всегда). А первое впечатление и романтика конфетно-букетного периода могут навесить шоры и исказить восприятие.

Есть мнение, что противоположности притягиваются, соглашусь, что это так. Но лишь в краткосрочной перспективе. В долгосрочных отношениях, особенно когда люди живут вместе семь, десять лет, страсть утихает, и на первый план выдвигаются другие факторы.

Всегда очень важны общие интересы, взаимоуважение, взаимопомощь, умение слышать и понимать друг друга. Выбор человека для серьезных отношений должен быть основан на подобных критериях. Отношения – это обоюдное постоянное и непрерывное взаимодействие.

Есть две крайности.

Первая: молодой человек или девушка лет 16-20 боятся (зачастую напрасно), что они никогда не найдут себе стоящего партнера, и поэтому цепляются за первый попавшийся вариант. Причем, значительно форсируя события. В результате – ранний брак, дети. Осознание через год-два совместной жизни:

- * я же еще слишком молод и совсем не успел насладиться прелестями холостой жизни;

- * партнер – не мой человек;

- * слишком рано завели детей, не имея материальной составляющей;

- * ранние семейные отношения мешают получить образование и заниматься построением жизни (теряется мобильность).

Вторая крайность (особенно этим страдают красивые девушки и ребята с высокой самооценкой): начинают перебирать варианты, выдвигая к партнеру завышенные требования. Поиск «того единственного» принца (принцессы), красивого, сильного, умного, богатого, любящего, который будет носить на руках, приводит к тому, что девушка (парень)

вовсе остаются в одиночестве, так и не найдя идеал. Или, в конце концов одумавшись, бросаются на первый попавшийся вариант, в итоге смотри выше.

Запомни – идеальных людей не бывает! В каждом есть свои положительные качества и свои минусы. Делая выбор, мы всегда выбираем подходящее для себя соотношение.

Сейчас лично я понимаю, что не нужно обременять себя ранними семейными узами и детьми, не осознавая ответственности. Не узнав человека, с которым собираешься связать свою жизнь. В то же время, сильно затягивать нельзя. Если между твоими детьми и тобой будет слишком большая возрастная разница, взаимопонимания будет мало.

В отношениях, перед тем как ставить штамп в паспорте, убедись, что это твой человек. Если тебе некомфортно, скучно рядом, вам не о чем поговорить, партнер тянет тебя вниз, вместо того чтобы поддерживать и возвышать, – задумайся.

Сомневаешься, не знаешь, как понять?

- * Поживите вместе (именно под одной крышей, но без родителей и на общий бюджет) хотя бы год.

- * Съездите в совместное путешествие.

- * Сделайте вместе ремонт.

- * Вместе решайте важные вопросы.

- * Постройте совместные планы на год, три, пять, десять лет.

Эти кейсы будут являться отличными тестами и помогут лучше понять и узнать друг друга. Дерзайте.

В любом случае, помни: в вопросе семьи и отношений не существует единственно правильного мнения. Действуй по обстоятельствам, с открытым сердцем и холодной головой.

Хороших людей рядом!

Шаг 15. Отношения с друзьями

Давай сразу проведем грань между друзьями и знакомыми! Знакомых может быть несколько сотен и даже больше. Настоящих друзей – единицы. Настоящие друзья и настоящие подруги (для девушек) помогут в любых ситуациях, они бывают ближе и надежнее родственников по крови.

Друзей мы обычно приобретаем в детстве или подростковом возрасте, намного реже, когда становимся взрослыми (наверное, взрослея, меньше доверяем людям). Друзей мы знаем как облупленных, мы в курсе всего, что с ними происходит. Это свои люди.

Мы помним, как ковырялись с некоторыми в песочнице, как мелкие дрались из-за игрушек или позже из-за девушки. Как вместе рисковали и совершали безбашенные поступки. Как выручали друг друга и делились последним.

Вырастая, мы, скорее, теряем друзей, чем приобретаем. Это происходит из-за смещения в приоритетах. Пока у нас нет второй половинки, семьи и работы, мы очень мобильны и большую часть свободного времени проводим с друзьями. Как только появляется что-то из перечисленного или все вместе, друзья отходят на второй план.

Как раньше, погонять в футбол, поехать на рыбалку или банально посидеть в кафе вместе получается нечасто. Даже если вы живете в одном городе. После того как многие разь-

езжаются, встречи становятся еще более редкими.

Бывает так, что ты собираешься встретиться с закадычным другом уже очень давно. Но у него все время появляются какие-то причины, и встреча отменяется. Особенно, если он уже семейный, а ты еще нет. Это распространенное явление, относись к этому спокойно. Не обижайся ни на кого, ты и сам будешь вынужден иногда поступать так же.

Еще одна распространенная причина расставаний с друзьями – ваши дорожки разошлись. Так бывает, когда с определенного момента ты и твой друг начали развиваться в разных направлениях. Например, один – в науке, другой – в спорте. А еще чаще, когда кто-то развивается, а кто-то деградирует. Это создает пропасть между бывшими близкими друзьями.

Тот, кто стремится к развитию, вынужден начать общаться с другими людьми, он постепенно переходит на другую ступеньку социальной лестницы. Чем больше становится разрыв, тем меньше остается общих интересов. В какой-то момент придет осознание, что сложно найти даже тему для разговора или звонка. Тогда лучше отпустить этого человека. Иначе он будет тянуть вниз.

Иногда ты можешь помочь и, наоборот, вытащить своего друга за собой наверх. Если это возможно, а у человека есть желание – делай!

Поддерживать отношения с друзьями можно и на расстоянии, встречаясь всего раз в месяц или даже в несколько ме-

сяцев. Если тебе дороги эти отношения, то будь сам инициатором встреч. Обязательно звоните периодически друг другу без всякого повода и просто общайтесь. Не забывай поздравлять дорогих тебе людей с днем рождения и другими праздниками.



По моим наблюдениям, помогают сохранить дружбу очень простые вещи. Всегда помогай своим друзьям, даже если они не просят, но ты видишь, что помощь нужна. А если просят помощи, то тем более – не отказывай. Уделяй им

время и внимание. Не понтуйся, не выпендривайся, даже если со временем ты вырвался вперед в жизни, будь проще. Не ври и не предавай своих друзей, не отворачивайся от них в сложные моменты их жизни. Всегда поддерживайте друг друга.

Идти по жизни вместе будет легче и веселее.

Шаг 16. Спорт. В движении – жизнь

Посмотри по сторонам, обрати внимание на людей средних лет! Тридцати-сорокалетние мужчины и женщины – вот кто нас интересует. Некоторые из них в хорошей спортивной форме, подтянутые, без лишнего веса. Они, как правило, в приподнятом настроении и более успешны по жизни. С ними хочется общаться, на них хочется смотреть, они привлекательны, энергичны и жизнерадостны.

Другие – хмурые, тучные, с заметным брюшком, сразу видно – они далеки от физических упражнений. На них меньше обращают внимание представители противоположного пола, и в целом они обладают заниженной самооценкой. Конечно, всегда есть исключения, но в большинстве случаев люди второго типа хотели бы изменить свою фигуру, заниматься спортом и быть более привлекательными. К сожалению, есть одно но!

Если не выработать привычку к регулярным занятиям спортом и физической активности в более раннем возрасте, то в тридцать-сорок лет маловероятно, что ты вдруг возьмешь себя в руки, перестанешь есть, что попало, вылезешь из теплого офиса или квартиры и побежишь на стадион под оглушительные рукоплескания членов твоей семьи и детей

(которые к тому возрасту уже, скорее всего, будут).

Даже если ты вдруг соберешь всю свою волю, найдешь свободное время и сделаешь это, вероятность того, что ты будешь заниматься спортом дальше, на постоянной основе, — низкая. И чем старше ты становишься, тем меньше шансов привести себя в порядок.

Опять же есть исключения, и некоторые примеры достойны восхищения и известны на весь мир. В Интернете можно найти множество историй, как женщину в сорок лет бросил муж из-за излишней полноты. И она, начав интенсивно тренироваться, через пару лет становится настоящей красоткой. Но для такого подвига, необходим настоящий вызов, резкое потрясение или железная воля. И опять же, зачем ждать до сорока лет, чтобы изменить себя.

Начни сейчас!

Самое главное — это регулярные тренировки! Если на данный момент у тебя лишний вес или, наоборот, недостаток веса, то в первое время нужно заниматься больше, выбрать программу и правильное питание. Примерно за год набрать вес или похудеть вполне реально. За это время сформируется мышечный корсет, и потом поддерживать форму будет гораздо легче.



Конечно, я не диетолог и не специалист по вопросу похудения. Но в совокупности из общедоступных источников и от знакомых получил достаточно информации. Мой вывод следующий.

Изнуряющая диета сама по себе помогает далеко не всегда. По статистике, девушки, севшие на диету, через какое-то время худеют. Но как только перестают диету поддерживать, быстро набирают вес до первоначального уровня и выше. А сорваться очень легко. Гораздо надежнее просто

снизить потребление калорийной пищи и есть пять-шесть раз в день небольшими порциями. Так ты не изнуряешь свой организм голоданием, и в то же время, т. к. нет переедания, вес снижается. В совокупности с физическими упражнениями эффект точно будет. И поддерживать такой режим продолжительное время гораздо легче.

Регулярность! Как в спорте, так и похудении. Если начал, ни в коем случае не бросай. Нет времени, условий и т. д. – чепуха! Можно заниматься где угодно, было бы желание. Когда приведешь себя в порядок, интенсивность и частоту упражнений можно снизить. По своему опыту: для поддержания формы достаточно 2-3 полчасовых тренировок в неделю. В моем случае силовых. Это турник и брусья.

Если ты – девушка, то фитнес и кардио. Для всех – пару раз в неделю можно прокачать пресс или выйти на пробежку. Ничего обременительного в таких упражнениях нет, но если приучить себя к ним на постоянной основе, то твой внешний вид и фигура будут в порядке вплоть до преклонного возраста. Ни одного минуса и куча плюсов!

Если по характеру работы у тебя малоподвижный образ жизни, то тем более занимайся спортом. Пусть понемногу, но минимум два-три раза в неделю необходимы физические упражнения продолжительностью не менее получаса. Кроме красивой формы это еще и здоровье. К тридцати годам уже начинаешь об этом задумываться. Да-да, и тебе тоже будет тридцать, быстрее, чем кажется. Подумай о себе заранее!

Больше двигайся, ешь умеренно, приведи себя в форму!

Смотри мотивирующие видео, подружись со спортсменами, отслеживай свой прогресс. Становись лучше! Регулярно! Через некоторое время ты будешь благодарен себе за это...

Быстрее! Выше! Сильнее!

Шаг 17. Вредные привычки и вредные поступки

Не стал писать в стиле твоей мамы, подумал, что так до-несу лучше... Если впечатлительный, не читай это! Тут не очень приятные факты...

* От болезней, причиной которых стало курение, в Рос-сии **ежедневно** умирает 600 человек. (220 тысяч в год. Это численность населения среднего города).

* Смертность у курящих намного выше, чем среди людей, которые не курят. Смертность выше у тех курильщиков, ко-торые курят долгое время. Чем больше выкуривается сигарет в день, тем выше смертность. Смертность от курения больше среди населения, начавшего курить в юном возрасте.

* Ежегодно четыре миллиона человек умирают от болез-ней, вызванных курением. Из-за курения каждые десять се-кунд умирает один человек на Земле.

* Пачка сигарет стоит, в среднем, 100 рублей. Курящий человек выкуривает, в среднем, 20 пачек сигарет в месяц – это 2000 рублей. В год это 24 000 рублей. (Средняя стои-мость годового абонеента в фитнес-клуб или средняя ме-сячная зарплата по России).

* Каждый год 4% смертей случаются именно по причине пьянства. Этот показатель в среднем соответствует 2,5 млн

человек, с каждым годом он непрерывно растет.

* До 90% суицидальных попыток происходит в состоянии простого алкогольного опьянения, благодаря усилению аффективного поведения выпившего человека. Алкоголь усиливает эмоциональную неустойчивость и импульсивность, играя роль спускового крючка при исполнении суицидального намерения.

* Среди смертей от различных отравлений интоксикация алкоголем и его суррогатами составляет значительную часть. В мозге находятся дыхательный центр и центр сердечной деятельности. Любые поражения этого органа, вызванные гипоксией и отеками в результате чрезмерного употребления алкоголя, приводят к возникновению воспалительных процессов в легких. Паралич дыхательного центра вызывает остановку дыхания и смерть.

* По официальным отчетам смерть от спайса в нашей стране ежегодно настигает восемь тысяч человек. За последние два года эта цифра неуклонно подбирается к девяти тысячам. Но официальная статистика редко отражает действительность. Официальные цифры отстают от реальных примерно в два раза. Причем высокий процент гибели настигает подростков в возрасте от 14 до 16 лет.

* В банальной драке вероятность погибнуть или убить противника чрезвычайно высока. Чаще всего убийства в драке квалифицируют по 105 и 111 статье Уголовного Кодекса. Так как человек в любом случае умышленно причи-

няет тяжкий вред здоровью, который может быть опасен для жизни. Длительность заключения при этом – до пятнадцати лет лишения свободы.

Понятно, на что я намекаю?

Лично я никогда не курил, это то, чем я сейчас могу гордиться. Я сэкономил кучу денег и прекрасно себя чувствую. Курящие люди вызывают у меня искреннее непонимание.

К сожалению, я чаще, чем следовало, употреблял алкоголь с 16 по 28 лет. Конечно, в умеренных количествах, но сейчас понимаю, что и это было зря. Были моменты, которые я не буду описывать и за которые стыдно. Было зря потрачено множество денег. В состоянии алкогольного опьянения легче тратишь и расстаешься с суммами, которые никогда бы не выбросил на ветер на трезвую голову. Потом непременно приходит осознание и сожаление.

К счастью, несколько лет назад я существенно ограничил прием алкоголя и обнаружил удивительные перемены.

Через примерно три месяца в голове появилась удивительная ясность, которой раньше не было. Память стала лучше, я стал более внимательным, настроение улучшилось. Я был так удивлен переменами, что поискал в Интернете объяснения.

Вот в чем дело, как оказалось. Спирт является растворителем. Растворяя жировую оболочку клеток, этанол и продукт его распада ацетальдегид (еще более ядовитое вещество) повреждают клетки. Появляется так называемое ток-

сическое опьянение. Кроме того, спирт увеличивает свертываемость крови, вызывает быстрое появление тромбов. Закупорка сосудов головного мозга приводит к кислородному голоданию (гипоксии). Поэтому похмелье после алкогольного опьянения сопровождается сильной головной болью.

Попросту говоря, в результате приема алкоголя отмирают клетки головного мозга. Они не восстанавливаются. Это я сейчас не упоминаю даже об общем негативном воздействии алкоголя на психику и организм в целом.

Даже после разового приема алкоголя нужно примерно месяц, чтобы организм восстановился, хотя ты все равно уже не будешь прежним. А если выпивать хотя бы раз в неделю, то ты постоянно будешь в состоянии отупения и легкой (или не легкой) депрессии. К сожалению, ты этого даже не заметишь, если не сделаешь паузу в приеме алкоголя на несколько месяцев.

Попробуй, оцени эффект!

Понимаю, мы живем в России. Одной из самых пьющих стран в мире. Пьют очень многие и по любому поводу. Пьют большинство друзей и знакомых. Более того, даже в деловой среде многие вопросы решаются в неформальной беседе за рюмочкой! Как тут не пить?

Тем не менее, это твой выбор, не более. Согласись, в кругу твоих знакомых наверняка есть тот редкий человек, который на предложение выпить отвечает твердым отказом. И если окружающие понимают, что это его личный твердый выбор,

то это вызывает уважение. Те, кто при этом начинают усмехаться, со стороны сами смотрятся смешно. И их мнение – точно не ориентир для выбора.

Жить без алкоголя легко и на самом деле приятно. Ну а если что, то всегда есть безалкогольное пиво или квас...

Откажись от алкоголя. Не склоняй других к приему алкоголя и относись с пониманием к их отказу. Ясная голова и трезвый ум – вот что круто!

Расставайся с вредными привычками и подружись с полезными. Это еще одна составляющая твоего успеха в любой сфере!

Шаг 18. Счастливого пути

Каждый из нас движется по своему собственному пути в жизни. Периодически на нашем пути встречаются развилки. На развилке нужно делать выбор – куда дальше. Любое принятое решение влияет на всю дальнейшую жизнь. Иногда мы выбираем правильное направление, то, которое ведет к лучшей жизни, к позитивным последствиям. Выбор мы делаем осознанно или интуитивно. Но иногда мы просто не знаем, какое решение принять и какое направление верное. Не осознаем последствий, к которым приведет сделанный выбор.

Эта небольшая книга – очередная развилка в твоей жизни. Возможно, ты уже идешь в правильном направлении, возможно, нет.

Информация, которая тут изложена, должна помочь тебе выбрать то направление, которое тебе ближе. Дать возможность скорректировать свои действия и поведение на том или ином этапе. Понять последствия заранее. Определить ориентиры и цели на ближайшее будущее.

Прочитав эту книгу (как и любую другую) всего один раз, через некоторое время ты сможешь воспроизвести только около 10% информации. Поэтому прочитай ее примерно через месяц еще раз. Тогда ты сможешь постоянно использовать примерно 40% информации в ней. А если ты вдруг будешь с кем-нибудь обсуждать прочтенное, то сможешь за-

помнить уже от 70% до 90%.

Обязательно прочитай книги из списка рекомендуемой литературы. Информация из них поможет сформировать тебе твердый фундамент для твоего качественного развития.

Следуя советам, изложенным в этой книге, ты получишь конкурентное преимущество в жизни. Не упускай эту возможность!

Счастливого пути!

Еще советую прочитать:

Андрей Шапенко «Комиксы про мироустройство»;
Джордж Клейсон «Самый богатый человек в Вавилоне»;
Зиг Зиглар «До встречи на вершине. Как обрести мотивацию и не потерять ее»;

Роберт Кийасаки «Богатый папа – бедный папа»;

Светлана Иванова «Как узнать человека за час»;

Питер Брегман «18 минут»;

Игорь Манн «Как стать номером один, в том, что ты делаешь»;

Брайан Трейси «Точка фокуса»;

Малкольм Гладуэлл «Гении и Аутсайдеры»;

Айн Рэнд «Атлант расправил плечи». Книги 1, 2, 3;

Джек Лондон «Мартин Иден».

Благодарности.

Спасибо, Мама и Папа, за то, что дали мне жизнь, вырастили меня и воспитали, теперь я знаю, как вам иногда было нелегко. Спасибо за то, что верите в меня и цените меня.

Спасибо тебе, родная, за то, что ты у меня есть! За то, что поддерживаешь меня и вдохновляешь.

Спасибо моим друзьям, тем, кто остался со мной! Спасибо за верность и помощь!

Спасибо моим наставникам и менторам!

Спасибо лидерам и авторам, написавшим книги и создав-

шим видео, по которым я получил свое настоящее Высшее образование!

Контакты автора для обратной связи: kniga-put@mail.ru