

# **Авторский обзор по материалам книги «Как мыслят преуспевающие люди, или мыслите, чтобы измениться!». Джон С. Максвелл**

Если вы в настоящий момент не преуспеваете или преуспеваете не так, как вам бы хотелось, то дело, возможно, в неправильном мышлении. Чтобы встать на путь успеха, Джон Максвелл предлагает совершить вместе с ним своего рода путешествие, во время которого вы узнаете, что такое правильное, или как его называет автор книги, плодотворное мышление, а также оцените, насколько оно у вас развито, и поймете, как же использовать его на полную мощность.

Джон Максвелл — один из ведущих мыслителей, писателей и лекторов по вопросам личностного и корпоративного развития. Он пользуется огромной популярностью не только в США, но и в других странах. Является автором более десяти книг, среди которых: «Воспитавай в себе лидера», «Создай команду лидеров», «Позиция победителя», «Путешествие от успеха к успеху» и другие.

В нашем обзоре мы поговорим о бестселлере Максвелла «Как мыслят преуспевающие люди, или мыслите, чтобы измениться!» В этой книге он показывает разницу между плодотворным (правильным) и посредственным (неправильным) мышлением. Посредственные люди концентрируются на повседневных делах и на выживании, а преуспевающие – на прогрессе. Максвелл показывает, как, изменив мышление, мы можем перейти с уровня выживания на уровень реального прогресса и полностью перевернуть свою жизнь.

## **Как же стать плодотворным мыслителем?**

Вот что советует Джон Максвелл:

**1. Постоянно стимулируйте свое мышление.** Читайте книги, просматривайте журналы, слушайте аудиозаписи и проводите время с плодотворно мыслящими людьми – черпайте информацию из разных источников. А наиболее интересное и важное для себя обязательно фиксируйте – записывайте на диктофон, на бумагу – держите это в поле зрения, храните где-нибудь в специально выбранном любимом месте для размышлений.

**2. Как можно чаще общайтесь с умными людьми.** Если вы хотите иметь острый ум, общайтесь с людьми, которые им уже обладают.

**3. Выделяйте время для размышлений.** Разработайте свой собственный график для размышлений. Пусть это будет час в день, или один день в месяц. Главное, чтобы это было специально отведенное время, когда вы можете уединиться с блокнотом и ручкой в комфортном для вас месте и поразмышлять. Идеи любят приходить в тишине и покое, они сторонятся суеты.

**4. Реализуйте свои идеи.** Не стоит их складировать – у идей небольшой срок годности; и прежде, чем он истечет, вы должны пустить их в ход.

**5. Сделайте процесс генерации новых идей постоянным.** Даже самая плодотворная, но единственная мысль не сможет в корне изменить вашу жизнь. Люди, сделавшие ставку на одну удачную идею, как правило, не добиваются успеха, и чаще чувствуют себя несчастными или внутренне опустошенными. Максвелл утверждает, что «успех приходит к тем, кто владеет целой золотоносной горой и постоянно ее разрабатывает, добывая золото из недр, — а не к тем, кто находит один самородок и старается жить этим в течение пятидесяти лет».

## **11 мыслительных навыков, которые необходимы каждому преуспевающему человеку**

### **Навык 1. Научиться мыслить масштабно**

Люди, которые видят всю картину целиком, обогащают свой опыт и живут более полноценной жизнью. В результате они добиваются большего, чем люди с ограниченным мышлением. Кроме того, они получают меньше нежелательных сюрпризов, поскольку способны увидеть все компоненты ситуации: проблемы, людей, время и ценности. Такие люди более терпимы к другим. Однако, это не все преимущества масштабного мышления.

**Масштабное мышление позволит вам стать лидером.** Лидер должен уметь видеть всю перспективу в целом, оценивать ситуации, принимая во внимание многие переменные, создавать своего рода карту новой территории, на освоение которой он поведет свою команду.

**Масштабное мышление действует как прожектор и не позволяет сбиться с пути.** Вы всегда видите цель и помните о главном. Это позволяет не погрязнуть в мелочах и ежедневной рутине.

**Масштабное мышление помогает вам видеть то, что видят другие и то, чего они не замечают.** Изучая проблему со всех возможных ракурсов, вы сможете взглянуть на нее с позиции другого человека, выявить его интересы и постараться умерить свои сиюминутные амбиции – вы увидите то, что видят другие. С другой стороны, масштабное мышление позволит вам строить долгосрочные планы и видеть всю картину целиком. Обе способности дадут огромную силу, привлекут к вам доверие и уважение других людей.

### **Как же научиться мыслить масштабно?**

**1. Обсуждайте и анализируйте сложные разнообразные идеи.** Научитесь сводить вместе разные концепции, принимать и рассматривать даже на первый взгляд противоположные точки зрения.

**2. Находите время для учебы.** Пробуйте все возможное, используйте любой шанс для приобретения нового опыта. Не бойтесь негативных результатов – это не поражение, это прежде всего ваш опыт, новая возможность пойти в другом направлении.

**3. Не стесняйтесь просить помощи.** Обращайтесь за советами и подсказками к знающим людям – профессионалам, экспертам, консультантам. Люди, мыслящие масштабно, умеют учиться не только на своем, но и на чужом опыте.

**4. Расширяйте свой кругозор.** Чтобы мыслить масштабно, вам

необходимо дать себе разрешение «открыть новые земли». Обогащайте свой опыт. Не забывайте, что есть еще много того, что вы не испытали. Не бойтесь стать первооткрывателем в чем-либо!

**5. Не пытайтесь всеми силами избежать неопределенности.** Следование стереотипам, конечно, упрощает нам жизнь, но наша задача – не избегать неудач, а двигаться по пути успеха.

## **Навык 2. Научиться мыслить сосредоточенно**

Сосредоточенное мышление помогает направить вашу творческую энергию на избранную цель, действуя подобно лазеру. С ее помощью мы справляемся с растерянностью, сомнениями и прочим мысленным беспорядком.

На чем лучше сосредоточить ваше мышление, решать только вам. Максвелл лишь подсказывает, что можно воспользоваться двумя способами:

**Способ 1. Правило 80/20:** отдавайте 80 процентов своих усилий 20 процентам самых важных дел.

**Способ 2. Благоприятные возможности – большая отдача:** сосредоточьтесь только на благоприятных возможностях, которые обещают хорошую отдачу. Выберите то, в чем вы настоящие профи, или же то, что близко вашему сердцу и приносит истинное удовлетворение. Иначе говоря, направляйте все свои силы и внимание на те области, которые точно принесут плоды.

## **Как поддерживать состояние сосредоточенности?**

Как только вы определите объект своих размышлений, сосредоточьтесь на нем. В этом вам помогут следующие шесть рекомендаций:

**1. Расставьте приоритеты. В первую очередь займитесь не легкими, трудными или срочными делами, а первостепенными — теми, которые принесут наибольшую отдачу.** Это позволит вам меньше отвлекаться и рассеивать свое внимание.

**2. Установите время для сосредоточенного мышления.** Утро, день, вечер, выходные – на ваш выбор, но этому надо отвести специальное время.

**3. Первостепенные дела должны быть в поле вашего зрения всегда.** Пишите карточки, ведите календарь, наймите помощника – выберите удобный для вас способ.

**4. Ставьте четкие цели.** Пока нет четких ясных целей, сосредоточиться просто не на чем. Но суть целей не в том, чтобы определить конечный пункт назначения, а в том, чтобы вы могли сосредоточить внимание и выбрать нужное направление своих действий.

Обдумывая свои цели, примите во внимание, что они должны быть:

- ясными и четкими, чтобы можно было сосредоточиться на них;

- понятными и реальными, чтобы их можно было достичь;
- в меру трудными, чтобы все-таки они могли изменить вашу жизнь.

**5. Проводите ревизию.** Периодически останавливайтесь и задавайте себе вопрос: «Продвигаюсь ли я в направлении, которое помогает мне реализовать взятые на себя обязательства, поддерживать мои приоритеты и осуществлять мечты?».

**6. Научитесь отказываться от чего-то.** Невозможно двигаться во всех направлениях сразу. Чтобы расти, нужно научиться выбирать, что не всегда приятно и легко. Но чем раньше вы этим займетесь, тем скорее сможете посвятить себя наиболее важному делу.

### **Навык 3. Научиться мыслить творчески**

Творческое мышление далеко не всегда врожденное качество, ему можно научиться. Ведь **творческое мышление — это чаще всего просто умение по-своему компоновать мысли и идеи других людей.** Великие таланты и виртуозы также учатся у мастеров на их опыте. И те, кого мы привыкли считать необычайно одаренными от природы, основывали свои работы на том, что уже было сделано другими.

Джон Максвелл характеризует творческое мышление уже знакомыми нам качествами, которые в целом определяют плодотворное мышление. Здесь и ценность выбора, и отсутствие страха неудач и неопределённости, и открытость всему необычному и парадоксальному. Творческое мышление добавляет жизни конкретике и необходимой рутине. Благодаря ему люди отваживаются даже на самые нереальные проекты.

### **Как научиться мыслить творчески?**

**1. Избавьтесь от «киллеров», убивающих творчество.** Вы душили в себе творчество каждый раз, когда говорите сами себе или верите в чужие слова о том, что вы совсем не творческая личность, что надо следовать правилам, быть серьезным и практичным человеком, а не витать в облаках, не задавать лишних и нелогичных вопросов – это портит имидж. Вы пресекаете на корню творческое развитие, когда соглашаетесь с незыблемостью предыдущего негативного опыта неизвестных вам людей – они уже пробовали, но не смогли, у них что-то не сработало, но отняло много сил, времени и денег, а у вас теперь нет права на ошибку и вообще вы однозначно потерпите неудачу.

**Устраните эти разрушительные установки.**

**2. Не трудитесь еще усерднее над одной и той же старой задачей.** Обязательно внесите в нее какие-нибудь изменения.

**3. Задавайте правильные вопросы,** чтобы стимулировать творческое

мышление, например:

- Почему это должно быть сделано именно так и есть ли альтернативное решение?
- В чем суть проблемы и о чем мне она напоминает?
- У кого другая точка зрения на этот счет, и что может случиться, если мы не сделаем этого вообще?

**4. Создайте творческую среду и проводите время с другими творческими людьми.** Творческие люди постоянно генерируют идеи, достаточно поставить перед ними задачу.

Стремитесь к тому, чтобы и ваша повседневная жизнь была наполнена творчеством, главное – узнавайте и осваивайте что-то новое. Это может быть, например, поездка в экзотическую страну с необычными традициями или чтение книг на принципиально новую для вас тему.

#### **Навык 4. Научиться мыслить реалистично**

Некоторые люди стремятся избегать реалистического мышления, поскольку думают, что оно мешает творческому. Это заблуждение. Столкновение с реальностью помогает увидеть разницу между тем, что есть сейчас, и тем, чего мы хотим. Реалистическое мышление значительно дополняет и обогащает жизнь. Благодаря своей конкретности и определенности реалистичное мышление становится фундаментом бизнеса, обеспечивая нам чувство защищенности.

**Реалистическое мышление помогает минимизировать риски и обеспечивает защищенность.** Трезвый взгляд на развитие событий, позволяет учесть в том числе и наихудший сценарий их развития. И тем самым дает возможность предпринять наиболее эффективные действия и свести риск до минимума. Учитывая в своих планах непредвиденные обстоятельства, вы становитесь более уверенными, а ваша команда и ваши проекты более защищенными. В результате доверие к вам как к лидеру возрастает и укрепляется.

#### **Как выработать навык реалистичного мышления?**

**1. Не бойтесь смотреть правде в глаза.** Правда практически никогда не бывает приятной и это поначалу может вас злить. Но ваша цель – научиться радоваться правде.

**2. Снова обращайтесь к опыту предшественников,** но опирайтесь на имеющиеся у вас ресурсы, тогда вы будете более осведомлены и подготовлены.

**3. Учитесь анализировать непредвзято – представляйте себе наихудший сценарий.** Дело не в том, чтобы все время ожидать наихудшего.

Просто это поможет вам не растеряться и выдержать удар, если это будет необходимо.

## **Навык 5. Научиться мыслить стратегически**

Наиболее полезные планы – долгосрочные. Люди, привыкшие к ежедневному планированию, менее успешны, чем те, кто строит долгосрочные перспективы благодаря развитому навыку стратегического мышления.

**Стратегическое мышление упростит нашу жизнь.** Умение планировать, составлять долгосрочные, подробные планы поможет вам преодолеть страх и подступиться к самым сложным и многозадачным целям. Когда есть долгосрочный план, становится очевидным то, что надо делать сегодня. Стратегическое мышление помогает думать не о том, чтобы нам такого сделать завтра, а о том, как сосредоточиться на сегодняшних делах, чтобы реализовать свою цель и уменьшить вероятность ошибки.

**Люди доверяют тем, кто умеет мыслить стратегически.** В какой бы области вы не применили стратегическое мышление, вы сможете занять лидирующие позиции –

люди прислушиваются к тем, у кого есть хороший план развития.

### **Как освоить стратегическое мышление?**

**1. Любую задачу необходимо разбивать на части.** Критерий для этого вы можете выбрать самостоятельно: по времени, по целям, по функциям или др. Просто помните, что практически никто не может проанализировать всю задачу целиком, да еще и выдать стратегически надежные реалистичные планы.

**2. Оценивайте реально проблемы и препятствия, а также имеющиеся у вас ресурсы.** Очевидно, что любая стратегия опирается на реальное положение дел.

**3. Разрабатывая собственные планы, начинайте всегда с очевидного.** Это придаст вам уверенности, и вы быстрее выйдете на творческий уровень и пойдете дальше к самым сложным целям. Но не забывайте пересматривать и по мере необходимости вносить коррективы в свой план.

**4. Будьте внимательны к своей команде.** Учитывайте возможности и ограничения тех, кто вас окружает. Люди должны быть на «своих», наиболее соответствующих им местах.

**И, конечно же, стратегическое мышление надо тренировать постоянно.**

## **Навык 6. Научиться мыслить о невозможном**

Плодотворно мыслящему человеку просто необходимо себе позволить

просто верить, просто фантазировать и просто мечтать. Это дает очень много энергии.

### **Мышление о невозможном:**

- вселяет уверенность, что вы способны сделать что-то очень трудное;
- притягивает к вам людей и благоприятные возможности;
- позволяет притягивать большие мечты и подниматься над средним уровнем.

**И самое главное – мышление о возможности невозможного удерживает вас от желания все бросить.**

### **Как же можно освоить это навык?**

**1. Пресекайте свои негативные установки в отношении невозможности чего-либо.** Отслеживайте свои скептические мысли и слова, привлечите к этому друзей и членов своей семьи – от вас не должно исходить пессимистических идей.

**2. Не слушайте «знатоков».** Как бы они не уверяли вас, что уже все испробовали и ничего не получилось, постарайтесь получить свой опыт.

**3. Позитивное мышление.** Речь здесь не о розовых очках и игнорировании очевидных фактов, а о навыке в любом негативном опыте видеть шанс и возможность для позитивного развития. Такую позицию можно и нужно выработать.

**4. Дерзкие мечты.** Не бойтесь и не стесняйтесь мечтать хотя бы немного более масштабно, чем прежде. Чем крупнее ваши цели, тем шире поле для деятельности и устойчивее вера в свои возможности.

**5. Рискуйте и находите вдохновение у великих людей.** Чем больше вы цените спокойствие и стабильность, тем меньше шанс, что вы достигнете успеха. Большие перспективы требуют риска, и тому есть много примеров в истории.

### **Навык 7. Научиться рефлексивному мышлению**

По признанию Джона Максвелла, рефлексивное мышление (от слова рефлексия) является главной составляющей его жизни на протяжении вот уже нескольких десятилетий. Он постоянно размышляет и анализирует свою жизнь, чтобы все время расти и одерживать очередные победы. Рефлексивное мышление для него «словно глиняный горшок для разума, оно способствует тому, чтобы мысли хорошенько «потомились» под крышкой, пока не дойдут до состояния готовности». Посмотрим, какую именно пользу видит автор книги в рефлексивном мышлении.

**Рефлексивное мышление позволяет видеть перспективу.** Размышляя, мы можем взглянуть на то или иное событие с разных сторон, но что еще



важнее – увидеть перспективу.

**Рефлексивное мышление помогает успокоиться.** Оно позволяет взглянуть на происходящее как бы со стороны, снизить накал сильных эмоций.

**Рефлексивное мышление способствует обретению уверенности.** Обдумывая свои действия, мысленно проходя раз за разом через все этапы принятия решений, вы сможете увидеть свои сильные и слабые стороны. Это позволит корректировать свои действия и чувствовать себя более уверенно.

**Рефлексивное мышление развивает интуицию.** Вся совокупность позитивного и негативного опыта, пропущенная через рефлексию, разовьет в вас своего рода прозорливость, или другими словами, чутье и интуицию.

### **Как приучить себя к рефлексивному мышлению?**

**1. Посвящайте время размышлениям в тишине и покое.** Не отвлекайтесь во время раздумий.

**2. Регулярно возвращайтесь к своим деловым записям.** По календарям и дневникам вы можете проследить все свои действия и понять, наблюдается ли у вас прогресс. Они также помогают вспомнить о тех вещах, над которыми вы не успевали должным образом поразмыслить.

**3. Ведите с собой диалог, задавая правильные вопросы.** Освоив это мастерство, вы будете поражены глубиной своего ума и получите больше перспективных идей.

**4. Создавайте архив.** Отражайте все, чему вы научились в карточках, записях, пометках. Это ваше интеллектуальное богатство.

### **Навык 8. Научиться подвергать сомнению общепринятое мышление**

Довольно непросто разрабатывать новые идеи, но еще сложнее отойти от старых, таких знакомых и понятных вещей. Если вы решили встать на путь плодотворного мышления, приготовьтесь быть непопулярным.

### **Почему вам стоит отказаться от общепринятого мышления?**

**Общепринятое мышление – зачастую показатель отсутствия мышления вообще.** Плодотворно и оригинально мыслить довольно трудно. Намного легче следовать сложившимся канонам, делать то, что и другие, полагая, что им виднее.

**Общепринятое мышление искажает картину реальности.** Вы полагаете, что раз большинство думает и поступает таким образом, то это единственно верный способ. Но это может стать опасной иллюзией защищенности и безопасности. Большинство может ошибаться.

**Общепринятое мышление ригидно и часто ведет к посредственным**

результатам.

### **Хотите отказаться от общепринятого мышления?**

Для начала выработайте привычку всегда думать, прежде чем следовать примеру других. Такая критичность может сделать вас непопулярным. И если вы твердо решили мыслить вразрез с общепринятыми нормами ради достижения важной цели, вам придется привыкнуть к состоянию дискомфорта и всегда помнить, что ваше оригинальное мышление недооценят и не поймут, даже если оно принесет успех.

Но не останавливайтесь – оригинальное мышление ведет к прогрессу. Замечайте и оценивайте мышление, которое отличается от вашего, тестируйте собственные идеи, попробуйте что-нибудь новое и по-новому.

### **Навык 9. Научиться совместному мышлению**

Под совместным мышлением автор понимает способность слышать и использовать мнения других людей. Одна голова хорошо, а две лучше.

**Совместное мышление приведет к более быстрым результатам, чем индивидуальное.** Намного быстрее научиться у человека, имеющего большой опыт, чем осваивать что-то самостоятельно.

**В совместном мышлении больше новизны, зрелых идей и отдачи.** Объединив свои мысли с мыслями других людей, вы можете получить принципиально новые, необычные для вас идеи. Привлекайте людей с различным опытом.

**Совместное мышление – это единственный способ обрести масштабное мышление.** В основе любой грандиозной лежат три-четыре хороших идеи, высказанные разными людьми.

### **Как стимулировать людей к участию в совместном мышлении?**

**1. Уважайте и цените идеи других.** Привлекайте оригинальных и талантливых людей, выслушивайте все мнения. Используйте вклад плодотворных мыслителей, действующих с вами в одном направлении. Усиливайте свою команду, так вы добьётесь лучшего результата.

**2. Перестаньте конкурировать и переходите к сотрудничеству.** Чаще собирайте людей вместе, чтобы они делились своими мыслями. Если вы честно будете выбирать лучшую идею, а не идею более приятного вам человека, тогда люди начнут делиться своими мыслями намного охотнее.

**3. Собирайте мнения,** прислушивайтесь к советам, анализируйте все предложения – это только добавит вам уважения и создаст атмосферу доверия в вашей команде.

## **Навык 10. Научиться бескорыстному мышлению**

Бескорыстное мышление помогает изменить наше представление об успешности. Отдачу от бескорыстного мышления часто трудно измерить, но она может быть намного более ощутимой и значимой, чем что-то материальное. Жертвуя и отдавая, вы наполняете свою жизнь, обретаете дополнительные смыслы. Помогая другим, вы многое узнаете о себе самом, вы получаете удовлетворение от приносимой пользы, от благодарности.

### **Как приучить себя к бескорыстному мышлению?**

- 1. Учитывайте интересы и нужды других.**
  - 2. Дайте себе слово заботиться о людях.** Держите это слово.
  - 3. Не упускайте возможности на деле помогать людям.** Не важно, какая именно помощь это будет. Важно ваше желание, ваша направленность. Мыслите как даритель.
  - 4. Вкладывайте в людей.** Вступая в любые отношения, обязательно продумывайте ваш вклад в партнера. В ваших силах позаботиться о том, чтобы от этих отношений каждый получил пользу.
  - 5. Тестируйте себя, проверяйте свои мотивы.** Большинство людей привыкли думать и вести себя эгоистично, и довольно трудно в одночасье раз и навсегда стать щедрым человеком. Поэтому так важно перепроверять свои побуждения и спрашивать себя: учитываю ли я интересы всех участников?
- Отдавайте, пока есть возможность. Пожалуй, это единственный тип мышления, который приносит прежде всего духовные дивиденды.**

## **Навык 11. Научиться мыслить, ориентируясь на основную цель**

Чем бы вы ни занимались – трудом, служением, исполнением супружеской или родительской миссии – вы всегда должны иметь представление о результате этой деятельности. Желаемый результат и есть основная ваша цель. Держите ее всегда в поле зрения, так вам будет проще принимать самые выгодные решения и верно оценивать ситуации. Мышление, ориентированное на цель, дает ясное видение не только результатов, но и самого процесса.

### **Как же сформировать установку на такое мышление?**

- 1. Обозначьте вашу основную цель.** Сосредоточьтесь на сути своей цели, на ожидаемых результатах. Постарайтесь нейтрализовать сильные эмоции, устранить свои нереалистичные ожидания, а также любые посторонние расчеты, способные вас дезориентировать. Задайте себе вопросы: «Чего я пытаюсь достичь? Что должно произойти? Что будет для меня приемлемым?». Ответ и определит вашу конкретную главную цель.

**2. Всегда помните о своей основной цели.** Только тогда вы сможете следовать нужным вам курсом, и ваши намерения не будет расходиться с вашими делами. Все дополнительные преимущества этого обстоятельства вы уже способны увидеть сами.

**3. Вам необходим стратегический план для достижения главной цели.** Задачи, ресурсы, этапы и прочие элементы. Уделите особое внимание поэтапному планированию, оно поможет вам проверять, верным ли курсом вы движетесь. Сумма промежуточных целей должна продвигать вас к основной цели, в противном случае вы неверно определили стратегию или некорректно поставили главную цель.

**4. Мотивируйте членов своей команды к достижению главной цели.** Мышление, ориентированное на цель, – это системное мышление. Ваша работа, отношения, развитие и достижения и весь ваш образ жизни должны согласовываться с выбранной вами целью. Невозможно время от времени настраиваться на результат – это приведет только к путанице и противоречиям.

Мы познакомились с 11 навыками плодотворного мышления – мышления, ориентированного на прогресс и достижение успеха. Как советует автор книги Джон Максвелл, вы можете освоить все навыки или же выбрать только приемлемые лично для вас – это не так принципиально. Важнее всего, чтобы в вашей жизни была та самая главная цель, следуя которой вы сможете достичь успеха. Все в ваших руках.