

Brian Tracy este unul dintre cei mai renumiți autori de studii de dezvoltare personală și coaching din America. Născut în Canada, într-o familie săracă, a renunțat la studiile liceale și a început să muncească de foarte devreme. La 20 de ani părăsește Canada și începe să călătorească prin lume. Astfel ajunge să lucreze în Anglia, Franța, Spania, Gibraltar, Turcia, Iran, India; și petrece doi ani din viață în Thailanda.

Își începe ascensiunea în lumea afacerilor ca agent comercial și ajunge să fie numit director de vânzări într-o companie cu un capital de 265 de milioane de dolari. După vârstă de 30 de ani, se înscrie la University of Alberta, unde obține o diplomă în comerț; își ia apoi masteratul în administrație și management la Columbia Pacific University. De-a lungul activității sale profesionale a lucrat în 22 de companii, în domenii diferite. Din 1981 a început să-și expună principiile de management personal și organizațional în conferințe și seminarii ținute în întreaga lume, iar serviciile sale de consultanță și pregătire în afaceri sunt apreciate de peste 500 de corporații.

A publicat peste 40 de cărți și a apărut în aproximativ 300 de conferințe video și audio; an de an, audiența sa numără peste 250 000 de persoane. Călătorește și ține prelegeri de mai bine de 100 de ori pe an și derulează operațiuni de afaceri în 17 țări.

Brian Tracy se bucură de o căsătorie fericită și are patru copii.

BRIAN TRACY

ÎNCEPE CU CE NU-ȚI PLACE!

21 DE SOLUȚII PENTRU A PUNE CAPĂT AMÂNĂRILOR
ȘI A REALIZA MAI MULT ÎNTR-UN TIMP MAI SCURT

Ediția a III-a

Traducere de
ALINA GABRIELA RUDEANU

CUPRINS

Prefață	9
Introducere	
Începe cu ce nu-ți place	15
Capitolul 1	
Pregătește-ți terenul	21
Capitolul 2	
Plănuiește-ți din vreme fiecare zi	27
Capitolul 3	
Aplică regula 80/20 în tot ceea ce faci.....	33
Capitolul 4	
Ține seama de consecințe.....	38
Capitolul 5	
Aplică în permanență metoda ABCDE.....	43
Capitolul 6	
Concentrează-te asupra ariilor cu rezultate-cheie	47
Capitolul 7	
Respectă legea eficienței obligatorii	53

Capitolul 8

Pregătește-te cu atenție înainte de a începe 58

Capitolul 9

Fă-ți temele..... 62

Capitolul 10

Pune-ți talentul la lucru..... 66

Capitolul 11

Află ce te împiedică 69

Capitolul 12

Mergi de la un butoi la altul 74

Capitolul 13

Asumă-ți responsabilitatea..... 78

Capitolul 14

Folosește la maximum forța personală..... 81

Capitolul 15

Mobilizează-te și treci la fapte 86

Capitolul 16

Grăbește-te încet..... 90

Capitolul 17

Rezolvă mai întâi sarcina cea mai grea 94

Capitolul 18

Portionează sarcina 97

Capitolul 19

Împarte timpul în bucăți 101

Capitolul 20

Fii tot timpul activ..... 105

Capitolul 21

Acordă exclusivitate fiecărei sarcini..... 109

Concluzii

Să punem totul cap la cap..... 113

CAPITOLUL 1

Pregătește-ți terenul

Există o anumită calitate pe care trebuie să o ai ca să poți învinge, și aceasta presupune să-ți trasezi clar obiectivul pe care-l urmărești, să știi foarte bine ceea ce vrei și să-ți dorești cu ardoare să reușești.

NAPOLEON HILL

ÎNAINTE DE A STABILI care este „broasca“ ta și de a purcede să o înghiți, trebuie să hotărăști cu exactitate ce vrei să înfâptuiiești în fiecare domeniu al vieții. *Claritatea* este cel mai important concept în productivitatea personală. Motivul principal pentru care unii oameni fac mai multă treabă mai repede este acela că au obiective și țeluri extrem de clare și nu se abat de la ele.

Cu cât îți va fi mai clar ceea ce vrei și ceea ce trebuie să faci ca să-ți duci treaba la bun sfârșit, cu atât mai ușor îți va fi să treci peste tendința de tergiversare, să-ți „mănânci broasca“ și să perseverați până la îndeplinirea sarcinii.

Un motiv major de tergiversare și lipsă de motivație este imprecizia, confuzia și neclaritatea în ceea ce privește sarcinile pe care trebuie să le îndeplinești, ordinea acestora și motivul pentru care se presupune că trebuie să le

înfăptuiești. Trebuie să eviți situația aceasta bine cunoscută cu toată forța de care dispui, străduindu-te să capeți o tot mai mare claritate în tot ceea ce faci.

Iată o regulă importantă a succesului: Gândește în scris

Doar aproximativ 3% dintre adulți au țeluri clar formulate în scris. Oamenii aceștia realizează de cinci și de zece ori mai mult decât persoanele care beneficiază de educație și aptitudini similare sau mai bune, dar care, dintr-un motiv sau altul, nu au cotatecșit niciodată să-și noteze exact lucrul pe care și-l doresc.

Există o formulă sigură de a-ți stabili și înfăptui țelurile și pe care o poți folosi pentru tot restul vieții. Aceasta constă în șapte pași simpli. Oricare dintre acești pași îți poate dubla și tripla productivitatea față de situația prezentă, în care nu-l aplici. Mulți dintre absolvenții programelor mele de pregătire și-au sporit dramatic veniturile în doar câțiva ani sau chiar în câteva luni, folosind această metodă simplă a celor șapte pași.

Pasul 1: Stabilește cu precizie ceea ce-ți dorești. Fie hotărâști de unul singur, fie discuți cu șeful tău pe marginea obiectivelor și țelurilor pe care le urmărești, până ce-ți va fi foarte clar ce se așteaptă de la tine și care este ordinea priorităților. Este uimitor cât de mulți oameni continuă să execute mereu aceleași sarcini insignificante pentru că nu au purtat această discuție esențială cu șeful lor.

PREGĂTEȘTE-ȚI TERENUL

23

Regulă: Una dintre cele mai proaste întrebuișări ale timpului este să faci foarte bine ceva ce, de fapt, nu trebuie făcut.

Stephen Covey spunea următorul lucru: „Înainte de a începe să te căteri pe scara succesului, asigură-te mai întâi că ai proptit-o de clădirea care trebuie.“

Pasul 2: Notează-ți hotărârile. Gândește în scris. Atunci când scrii pe o bucată de hârtie țelul pe care îl-ai stabilit, acesta capătă o formă definitivă și tangibilă. Creează ceva pe care să-l poți atinge și vedea. Pe de altă parte, obiectivul sau țelul care nu a fost notat rămâne la stadiul de dorință sau fantezie. Aceasta nu are nicio energie care să propulseze. Țelurile nescrise generează confuzie, neclaritate, dau o direcție greșită și conduc la numeroase greșeli.

Pasul 3: Stabilește un termen-limită pentru țelul pe care-l urmărești. Un țel sau o decizie fără scadență este lipsită de sentimentul urgenței. Nu are un început sau un sfârșit real. Dacă nu ne stabilim clar un termen-limită și dacă nu ne desemnăm sau nu acceptăm responsabilități concrete în vederea execuției, vom tergiversa lucrurile și nu vom reuși să îndeplinim decât foarte puțin din ceea ce ne-am propus.

Pasul 4: Întocmește o listă cu toate lucrurile pe care crezi că va trebui să le faci pentru a-ți atinge țelul. Pe măsură ce-ți vin în minte activități noi, adaugă-le la listă. Continuă să întocmești lista până ce este completă. Ea are avantajul că oferă o imagine a sarcinii sau obiectivului în ansamblu. Îți oferă o pistă pe care să poți alerga. Sporește dramatic probabilitatea de a-ți îndeplini țelul aşa cum l-ai definit și la scadența pe care ai stabilit-o.

Pasul 5: Organizează-ți lista sub forma unui plan. Organizează-ți lista după priorități și succesiune. Gândește-te câteva minute la ceea ce trebuie să faci mai întâi și la ceea ce poți să faci mai târziu. Stabilește ce trebuie făcut înainte de altceva și ce trebuie făcut după aceea. Mai bine chiar, desfășoară-ți planul vizual sub forma unor serii de părți și cerculete pe o foaie de hârtie. Vei fi uimit de cât de ușor îți se va părea să-ți îndeplinești țelul atunci când îl împărți în sarcini individuale.

Având un obiectiv notat pe hârtie și un plan de acțiune organizat, vei fi cu mult mai productiv și mai eficient decât o persoană care-și desfășoară țelurile în minte.

Pasul 6: Pune-ți imediat planul în aplicare. Fă ceva. Fă orice. Un plan obișnuit, dar executat cu hotărâre este cu mult mai bun decât un plan strălucit, dar în privința căruia nu se întreprinde nimic. Pentru a obține orice formă de succes, execuția este crucială.

Pasul 7: Ia hotărârea să nu treacă nicio zi fără să faci ceva care să te aducă mai aproape de obiectivul principal. Adaugă această activitate în programul tău zilnic. Citește un anumit număr de pagini legate de un subiect esențial. Sună un anumit număr de posibili cumpărători sau clienți. Acordă-ți un anumit interval de timp pentru exerciții fizice. Învață un anumit număr de cuvinte noi dintr-o limbă străină. Nu lăsa să se irosească nicio zi.

Mergi numai înainte. Odată pornit, continuă să te miști. Nu te opri. Numai această decizie, numai această disciplină te pot transforma într-una dintre cele mai productive și mai de succes persoane din generația ta.

PREGĂTEȘTE-ȚI TERENUL

25

Obiectivele bine definite în scris au un efect minunat asupra gândirii tale. Ele te motivează și te stimulează să acționezi. Îți stimulează creativitatea, îți eliberează energia și te ajută să depășești tergiversările sau orice alt factor negativ.

Obiectivele sunt combustibilul din furnalul succesului. Cu cât obiectivele tale sunt mai mari și mai clare, cu atât mai nerăbdător vei fi să le îndeplinești. Cu cât te gândești mai mult la obiectivele tale, cu atât mai mari îți vor fi pornirea și dorința intrinsecă de a le duce la bun sfârșit.

Gândește-te la țelurile tale și trece-le zilnic în revistă. În fiecare dimineață, când te apuci de treabă, acționează asupra celei mai importante sarcini, aceea care, odată îndeplinită, te poate ajuta să duci la bun sfârșit obiectivul cel mai important de la momentul respectiv.

ÎNCEPE CU CE NU-ȚI PLACE!

Ia chiar acum o foaie de hârtie albă și alcătuiește o listă cu zece obiective pe care dorești să le atingi în anul următor. Conceive obiectivele ca și cum a trecut deja un an și au devenit realitate. Folosește timpul prezent afirmativ și persoana I, astfel încât obiectivele să fie acceptate instantaneu de subconștiul tău.

Spre exemplu, vei scrie astfel: „Câștig n dolari pe an“ sau „Cântăresc n kilograme“ ori „Conduc cutare sau cutare mașină“.

Apoi, recitește lista de zece obiective și alege-l pe cel care, odată înfăptuit, ar avea cel mai mare impact asupra vieții

tale. Oricare ar fi obiectivul respectiv, notează-ți-l pe o foaie de hârtie separată, stabilește un termen de execuție, întocmește un plan, acționează pe baza planului și apoi întreprinde ceva în fiecare zi pentru a ajunge mai aproape de îndeplinirea obiectivului. Chiar dacă faci numai acest exercițiu, viața ta se poate schimba!

CAPITOLUL 2

Plănuiește-ți din vreme fiecare zi

Planificarea înseamnă să aduci viitorul în prezent, astfel încât să faci ceva în privința lui acum.

ALAN LAKEIN

AI AUZIT, DESIGUR, întrebarea: „Cum se mănâncă un elefant?“ Bineînțeles, răspunsul este: „Bucată cu bucată!“

„Cum faci să înghiți broasca cea mai mare și mai urâtă?“ În același fel; o împărți în activități concrete separate și apoi începi cu prima dintre ele.

Mintea, abilitatea de a gândi, de a planifica și de a lua decizii, este unealta ta cea mai puternică în lupta împotriva tergiversării și aceea care te va ajuta să obții cât mai multe rezultate. Abilitatea pe care o deții, aceea de a trasa obiective, de a le planifica și de a le pune în practică, îți determină întregul curs al vieții. Actul însuși de gândire și planificare îți descătușează puterile mentale, îți declanșează creativitatea și îți sporește energiile mentale și fizice.

Dimpotrivă, aşa cum observa și Alex MacKenzie, „acțiunea fără planificare este cauza tuturor eșecurilor“.