

FLIP thinking

Arta
transformării
problemelor
în
oportunități



Berthold Gunster

Traducere din engleză de
Raluca Chifu

Cuprins

<i>Da, dar...</i>	7
<i>Pune-ți această carte pe noptieră</i>	11
<i>Regândirea</i>	17

PARTEA ÎNTÂI Bagajul

Acceptarea	31
Observarea	43
Problemele	55
Ce faci dacă totul merge bine?	61
Antifragilitatea	67
Gândirea blocată	73
Cele patru întrebări	87
Încheiere	95

PARTEA A DOUA Călătoria

Patru atitudini de bază	101
Iubirea	103
Strategia acceptării	105
Strategia așteptării	115

Strategia amplificării	123
Strategia respectului	135
Munca	145
Strategia perseverenței	147
Strategia concentrării	157
Strategia reorientării	167
Lupta	175
Strategia eliminării	177
Strategia importării	187
Strategia colaborării	193
Strategia atracției	203
Joaca	215
Strategia etalării	217
Strategia inversării rolurilor	227
Strategia perturbării	237
Strategia inversării	249

PARTEA A TREIA

În sfârșit

Pe scurt	265
Încheiere	275
<i>În culise</i>	277
<i>Lecturi recomandate</i>	281
<i>Note</i>	293

Da, dar...

Imaginează-ți: ai o idee grozavă și tot ce auzi sunt replici de tip „da, dar”. „Da, dar s-a mai încercat și n-a funcționat.” „Da, dar n-ar trebui să mai așteptăm puțin?” „Da, dar dacă nu funcționează...?”

Toate aceste replici te fac să simți că orice încercare de inovare va fi îngropată într-o mlaștină de obiecții aparent de bun-simț. Și exact așa se întâmplă: gândirea de tip „da, dar” înseamnă o atitudine închisă cu privire la viață, impunând restricții și amenințări ca niște balauri care îți blochează calea. Oricât de interesant ar fi un concept sau un argument, este întâmpinat cu rigiditate, care duce la stagnare.

Însă mai există un mod: atitudinea „da, iar”. Această perspectivă deschisă evidențiază ce *se poate* face dacă apreciem posibilitățile. Cu această atitudine vedem dincolo de balauri, spre calea din fața noastră. Rezultatul? Creativitate și inovare.

Această carte se referă la trecerea de la un mod de viață de tip „da, dar” la unul de tip „da, iar”; de la gândire raportată la probleme la gândire raportată la posibilități. Când abordăm o problemă cu o mentalitate în stil „da, iar”, soluțiile noi pot fi uneori surprinzător de ușor de descoperit. Dacă privești o problemă dintr-un alt unghi, chiar și doar la 90 de grade, poți ajunge la descoperiri importante, cu un efort extrem de mic. Nu trebuie să ne luptăm cu problemele noastre; le putem *transforma* în oportunități. Le putem transforma în aliați.

Arta transformării problemelor în oportunități poate fi învățată. Este un fel de jiu-jitsu psihologic, o tehnică pe care o numesc „regândire”^{*} (sau *Omdenken* în neerlandeza mea maternă). Regândirea nu duce doar la o soluție pentru o problemă existentă, ci, în mod neașteptat și surprinzător, poate deschide puncte de vedere complet noi. La fel cum o omidă se transformă într-un fluture, o problemă este *regândită* sub forma unei noi și frumoase realități. Acest lucru duce la un paradox surprinzător: cu cât abordăm mai multe probleme, cu atât mai bine.

La bază, regândirea îți poate face viața mai bună – paradoxal, nu prin evitarea problemelor sau negarea lor, evidențiind doar binele, ca o mică Pollyanna, ci prin îmbrățișarea lor, prin recunoașterea și acceptarea durerii, a pierderii și a lipsei. Ea începe întotdeauna cu recunoașterea realității. Un pesimist este complet indiferent față de cantitatea de apă din pahar; se va plânge doar că trebuie să spele din nou vasele. De ce să nu te bucuri, în schimb, de paharul cu apă?

Am creat conceptul de regândire în anul 1997, în Țările de Jos, acolo unde locuiesc. De atunci, împreună cu echipa mea de actori și traineri, am pus în scenă peste 10 000 de ateliere teatrale distractive și educaționale despre principiile regândirii, pentru peste 1 milion de oameni. Pe lângă performanțele din țara mea natală, o echipă britanico-americană de actori și traineri oferă ședințe în Spania, Singapore, Marea Britanie, Germania și Franța. În total, am scris 12 cărți despre principiul regândirii, toate devenind bestsellere. Doar în Țările de Jos, s-au vândut peste 1,3 milioane de exemplare (și nu uita că

* Originalul folosește expresia *flip thinking*, pentru care o traducere literală ar fi „gândire inversă”, dar pentru ușurința lecturii și pentru evitarea confuziilor și a perifrazelor am ales variantele „regândire” și „a regândi” (n.t.).

avem o populație de numai 17,4 milioane de oameni!). Acestea au fost traduse în italiană, portugheză, daneză, germană și engleză.

Povestea regândirii nu se oprește aici. Se dezvoltă, crește și se maturizează. Sunt mândru că tu, dragă cititor, faci parte din călătoria ei. Sper că îți va plăcea această carte și că vei învăța multe din ea. Mai mult decât orice, sper că vei înțelege că problemele nu sunt nici mai mult și nici mai puțin decât frustrări care nu și-au găsit încă forma. Frustrări care pot fi apreciate după ce sunt regândite și transformate într-o realitate nouă, dezirabilă și strălucitoare.

Berthold Gunster

Pune-ți această carte pe noptieră

Câteva gânduri despre cum să citești această carte

În primul rând.

Am citit odată că aproximativ 64% dintre oameni citesc cu regularitate înainte să adoarmă, că media timpului de lectură este de 10 minute, iar ritmul mediu este în jur de 300 de cuvinte pe minut. Poate că nu e adevărat pentru orice cititor, dar având aceste medii în minte, am împărțit cartea în capitole de aproximativ 3 000 de cuvinte fiecare, ca să poți citi câte un capitol în fiecare seară, înainte de culcare.

În al doilea rând.

Cartea nu este un roman; e non-ficțiune. Ea descrie gânduri, abordări și exemple care sper că te vor inspira cu privire la regândire. Însă nu există o „teorie a regândirii” pe care să o pot expune de la A la Z, într-un ghid logic și clar. Să-i explici cuiva cum să regândească fără să-l lași să încerce singur e ca și cum ai încerca să-i faci turul casei tale fără să-l primești înăuntru. Când privești din exterior, poate pe fereastră, prin fanta cutiei poștale sau chiar pe horn, vezi de fiecare dată altceva, iar pe parcurs (poate) ai senzația sâcâitoare că pierzi experiența completă. Așadar, te încurajez să nu mă crezi pe cuvânt, ci să intri în casă, să te implici și să aplici regândirea în propria viață ca să înțelegi cu adevărat despre ce este vorba.

În al treilea rând.

Învățarea are loc la mai multe niveluri: o parte se face conștient, dar mare parte se face inconștient. Citim un lucru, îl visăm, a doua zi vorbim cu cineva despre el, adeseori aplicăm intuitiv o perspectivă obținută și ne dăm seama abia mai târziu ce am făcut. Este un alt motiv pentru care îți recomand să citești relaxat, pic cu pic. Pas cu pas, câte un capitol pe zi, îi vei acorda minții tale timp să absoarbă și să se bucure de descoperiri. La un moment dat, poate va fi nevoie și să recitești unele capitole.*

În al patrulea rând.

Ignoră cele trei gânduri anterioare.

Citește cartea oricum vrei. Sau poate chiar deloc.

* Deși scriu și vorbesc despre regândire de peste 15 ani, adeseori mă întorc la materiale pe care le-am prezentat de nenumărate ori și îmi spun: „Ce interesant, ar trebui să fac ceva cu chestia asta!” Cu siguranță există o prăpastie imensă între a înțelege și a face (n.a.).

Da, dar...

**Când te gândești
la ce ar trebui să fie,
dar nu e.**

Da, iar...

**Când vezi ce există
și ce ai putea face
cu asta.**

Regândirea

*Un pesimist vede dificultatea din fiecare oportunitate;
un optimist vede oportunitatea din fiecare dificultate.**

Înainte să începem, dă-mi voie să-ți spun mai multe despre trecutul meu. Am studiat regia de teatru și m-am specializat în improvizație. Acest fond a pus bazele filosofiei mele despre regândire. Care sunt regulile principale ale improvizației? Două lucruri simple. Să *accepti* realitatea așa cum este și să *faci ceva* cu ea. Imaginează-ți o scenă de improvizație în care un actor este dentist și celălalt este pacient. Ar putea exista o scenă în care pacientul să nu aibă o problemă? Da, dar ar fi o scenă plictisitoare. „Bună dimineța.” „Bună dimineța.” „Ce mai faceți?” „Sunt bine.” „În regulă, ne vedem la anul.” „La revedere.” „La revedere.” Improvizația, ca orice dramă bună, pornește de la o problemă. Prin urmare, ce învață actorii de improvizație? Învață să accepte sau, chiar mai bine, să iubească problemele și ceea se poate crea din ele. Folosește așadar problemele ca punct de plecare.

Când am început să lucrez ca regizor de teatru, n-am urmat calea obișnuită. Timp de peste zece ani, am creat piese cu și despre oamenii care întâmpinau obstacole în viață: cei care trăiau în cartierele sărace ale orașului Utrecht, care sufereau

* Sursa acestui citat genial este necunoscută, dar adeseori îi este atribuit în mod greșit lui Winston Churchill (n.a.).

din cauza sărăciei, a șomajului și a altor probleme sociale. Am lucrat cu copii fugiți de acasă, cu oameni fără adăpost și cu persoane dependente de droguri sau alcool. Am creat piese de teatru cu acești oameni nu doar în Țările de Jos, ci și în Ucraina, Spania, Scoția, Germania, Polonia, Belgia și Statele Unite ale Americii. În Chicago am inițiat un proiect cu oameni fără adăpost intitulat *Not Your Mama's Bus Tour*, iar în cursul acestui turneu, oamenii fără adăpost au arătat publicului o parte a orașului, din perspectiva lor.

De-a lungul tuturor acestor proiecte de teatru, ca regizor, am fost nevoit să învăț un lucru important: că oamenii cu care lucram nu erau niște actori profesioniști. Deși mulți dintre ei aveau abilități actoricești de necontestat, a trebuit să accept multe limitări. Așadar, am fost forțat să învăț să lucrez ca un actor de improvizație: să accept realitatea așa cum este, să văd și să accept limitările „actorilor” mei și, în același timp, să descopăr abilitățile lor reale și cum pot face un teatru sincer, convingător și autentic cu ei așa cum erau și nu cum aș fi sperat eu să fie. Regândirea a fost, prin urmare, inevitabilă. Ce poți face când cinci posturi de televiziune (unul dintre ele fiind CNN) vor să transmită premiera unei piese cu persoane fără adăpost, dar unul dintre actori nu apare? Poți să fii furios, frustrat sau dezamăgit, dar aceste emoții nu vor rezolva problema. Doar regândirea o va face. Fă ceva din problemă. Așadar, pornind de la această perspectivă, am creat o scenă în turneul *Not Your Mama's Bus Tour* în care publicului i se spunea că, la stația următoare, o femeie fără adăpost avea să apară ca să spună o poveste sau... n-avea să apară deloc. Faptul că femeia apărea la timp, mai târziu sau nu apărea deloc făcea parte din spectacol. Cum a funcționat acest lucru? Minunat! Dacă apărea, publicul o aplauda. Dacă nu o făcea, publicul afla cât de dificilă putea fi viața pe străzi.

Să revenim la scenariile pe care un bun actor de improvizație le adoră: sunt exact opusul a ceea ce ne dorim în viață. Nu vrem să avem probleme și să „facem ceva din ele”! Vrem fericire! Bucurie! Sănătate! Vrem ca viețile noastre să meargă lin.

Din păcate, viața nu e așa. Pentru nimeni. Viețile tuturor sunt pline de dezamăgiri, de obstacole, de dezastre sau, pe scurt, de probleme. Care e tendința noastră când ne confruntăm cu problemele? Să le rezolvăm, desigur. Problemele sunt enervante. Vrem să scăpăm de ele sau să le prevenim încă de la început. Să fie clar, nu e nimic în neregulă cu rezolvarea problemelor. Dar adeseori, chiar dacă putem rezolva o problemă, ratăm o oportunitate. Din când în când, după cum învață să facă actorii de improvizație, putem crea ceva dintr-o problemă. Putem s-o transformăm într-o oportunitate. Putem transforma lipsa unei actrițe într-un moment crucial al piesei.

Prin această carte, vreau să te ajut să trăiești ca și cum ai juca un rol într-o piesă. O piesă foarte reală. Un rol foarte real, cu probleme foarte reale. Mai exact, propria viață. Însă multe dintre aceste probleme te pot ajuta să-ți găsești drumul spre oportunități neașteptate. Din când în când, le poți regândi. Problemele îți pot lua puterea, dar au și capacitatea de a te face mai puternic, mai înțelept, mai amuzant și – pe scurt – mai creativ. Prin această carte, vreau să-ți ofer instrumentele și perspectivele pentru a le regândi.

Regândirea nu e simplă. Ai nevoie de multe abilități. Însă nu-ți fie teamă. Toate acestea pot fi învățate. Poate cel mai greu lucru de dezvoltat, însă este atitudinea fundamentală de a accepta, la fel ca un actor de improvizație, lucrurile din viață pe care nu le poți schimba și apoi de a încerca să-ți dai seama ce poți face cu ele. Câtă vreme refuzi să accepți această atitudine fundamentală în viață, regândirea va fi o iluzie. Odată ce

o accepți, însă, ea va deveni o abilitate de învățat. Așadar, hai să începem acum.

În timpul emisiunii TV *Great! De Leeuw Again*, găzduită de comedianțul Paul de Leeuw și transmis în direct, un bărbat dezbrăcat a dat buzna în studio strigând „Opriți cruzimea împotriva animalelor”, lucru scris și pe pieptul său. Chiar în acel moment, gazda se afla în mijlocul unei secvențe, un apel telefonic surpriză către o telespectatoare, și tocmai începuse să vorbească cu ea. S-a panicat oare și a trecut la reclame? Nu. Și-a întrerupt discuția și i-a strigat bărbatului: „Așteaptă acolo. Vin imediat la tine și îți acord tot timpul de care ai nevoie”, apoi și-a terminat pe îndelete convorbirea. Bărbatul dezbrăcat a rămas pe scenă, oarecum confuz, dar așteptându-și politicos rândul. Când De Leeuw a terminat apelul, l-a chemat pe un scaun de pe scenă și i-a spus: „Ei bine, povestește-mi despre cruzimea împotriva animalelor”.

O persoană dezbrăcată în timpul unei transmisiuni live ar fi considerată de obicei o problemă. Însă, prin faptul că a spus „da, iar” situației, Paul de Leeuw a reușit s-o transforme. Un lucru care a început prin a fi o întrerupere a programului s-a transformat fără efort într-o parte a acestuia.

Incidentul exemplifică regândirea. Când abordăm o problemă ca pe o oportunitate, o putem folosi în avantajul nostru. Regândirea este un fel de jiu-jitsu psihologic. La fel cum poți învăța să folosești puterea adversarului în avantajul tău într-o luptă, poți folosi și puterea unei probleme în favoarea ta. În loc să te lupți cu problema, îi permiți să se lupte cu sine însăși.

Iată un al doilea exemplu. Doi tineri tocmai s-au căsătorit. Soțul a locuit cu părinții până la vârsta de 31 de ani, iar acum cuplul s-a mutat într-o casă la peste 150 de kilometri distanță de ei. Părinții vin în vizită la fiecare două săptămâni, înarmați cu găleți, mopuri și cârpe de praf, ca să facă o curățenie

strașnică, deși nesolicitată. Evident, tinerilor căsătoriți nu le place asta. Încep să facă curățenie înainte de vizitele părinților, dar aceștia găsesc întotdeauna motiv să se plângă că locul e o cocină și să se apuce de curățat.

Disperați, cei doi cer ajutorul psihologului Paul Watzlawick. Cunoscut pentru stilul său neconvențional, acesta le dă un sfat surprinzător: le spune să nu facă deloc curățenie înaintea următoarei vizite a părinților. De fapt, cu cât e mai mare mizeria, cu atât mai bine. Dacă părinții încep să facă curățenie, tinerii trebuie să se poarte ca și cum acesta ar fi cel mai normal lucru din lume – ca și cum e normal ca părinții să muncească din greu pentru copiii lor, iar aceștia să nu ridice un deget ca să-i ajute. Iar cei doi îl ascultă.

Data următoare când părinții vin în vizită, casa e un dezastru: e plină de grămezi de facturi nedeschise, haine murdare și mizerie peste tot. Părinții muncesc tot weekendul ca să o aranjeze, iar când pleacă acasă, duminică seara, se grăbesc atât de tare, încât lasă urme pe asfalt. „Își închipuie că suntem nebuni!” spune tatăl. „Da”, răspunde soția lui. „E ultima dată când ne ducem să-i ajutăm. Să se descurce singuri!”

Răspunsul lui Paul de Leeuw și abordarea celor doi tineri sunt contraintuitive. Ca să găsești un asemenea răspuns illogic la o problemă, trebuie să fii foarte creativ. Însă, în realitate, putem urma o serie de pași logici.

Pentru început, în ambele cazuri, problema este complet ignorată într-un fel sau altul. Atât tinerii căsătoriți, cât și Paul de Leeuw par să refuze să reacționeze, ca și cum n-ar fi nicio problemă. De fapt, pare chiar să le *placă* situația. În majoritatea cazurilor, dacă se întâmplă ceva ce nu ne dorim, reacționăm opunându-ne – în modul „da, dar”. Încercăm să scăpăm de problemă sau cel puțin să o minimalizăm.

Un bărbat dezbrăcat care aleargă țipând pe platoul unei transmisiuni în direct?

Da, dar asta nu e posibil. Opriți-l! Scoateți-l de acolo!

Părinți care invadează casa copiilor la fiecare două săptămâni ca să facă curățenie?

Da, dar așa ceva nu se face. Vorbiți cu ei! Rezolvați problema.

Desigur, uneori e bine să combați o problemă, dar adeseori rezultatul e ca și cum ai încerca să strivești un șarpe sub covor. Problema se strecoară cumva și apare din nou. Destul de multe probleme sunt pur și simplu prea complexe ca să se rezolve printr-o abordare directă și logică. După cum se și spune, „Dată fiind definiția unei probleme, problema este prin definiție imposibil de rezolvat”.

Mai mult, în cazul gândirii „da, dar”, impunem o limitare neconstructivă asupra unei situații. Devenim fixați asupra modului în care „ar trebui” să fie lucrurile. Tânărul cuplu vrea ca părinții să se conformeze unui model de „părinte bun”. De Leeuw ar fi preferat, probabil, ca emisiunea lui să meargă conform scenariului. În astfel de instanțe, în general vrem să *reparăm* situația. Așteptările noastre ne fac să o percepem ca pe o problemă. Însă problema nu este atât de mult în realitate, cât în mințile noastre, iar gândirea de tip „da, dar”, conform preconcepțiilor noastre cu privire la modul în care „ar trebui să fie” lumea, perpetuează problema (sau chiar contribuie la aceasta). Secretul e să învățăm să gândim în afara granițelor propriilor limitări.

Întrebă-te: cine face regulile care stabilesc ce înseamnă să fi un părinte bun? Cine stabilește cum ar trebui să se desfășoare o transmisiune live? Există reguli clare și fixe? Regândirea începe când renunți la ideea despre ce „ar trebui să fie” și ești deschis la ceea ce „ar putea să fie”.

Primul pas: deconstruirea – transformă problema într-o realitate

Primul pas din regândire este să-ți schimbi mentalitatea dinspre „da, dar” spre „da”. Efectiv spune „da” situației în care te afli. Părinții care se amestecă în treburile copiilor nu sunt o problemă de rezolvat, ci un adevăr. O realitate. Și să fim serioși, e de bun-simț, pentru că, orice ai spune despre realitate, este ceea ce este. Dacă o accepți, scapi de multă bătaie de cap.

Acest prim pas (de la problemă la realitate) este ceea ce eu numesc deconstruire. Reduci o problemă la fapte, eliminând tot ce „ar trebui să fie” și păstrând „ceea ce este”. Pe parcursul acestei cărți, vei vedea că uneori procesul poate fi destul de dificil. E ca și cum ai sparge o nucă tare, unde grosimea cojii este egală cu fermitatea cu care ții la părerile tale fixe privind felul în care ar trebui să arate realitatea.

Pasul al doilea: reconstruirea – transformă realitatea într-o oportunitate

Urmează percepția paradoxală și creativă a posibilității. Dacă părinții vor să facă curățenie, bine; lasă-i să ajute. Părinții *nu trebuie* să se bage; trăsătura de a fi un părinte bun și cea de a fi băgăcios sunt ca apa și uleiul. Însă gândirea noastră are capacitatea incredibilă de a transforma aparentele contradicții în oportunități neașteptate. În acest al doilea pas, de la „da” la „da, iar”, *aduni cioburile*; alegi fragmentele de informații și stabilești ce poți face cu ele. Această transformare a realităților în oportunități este etapa de *reconstruire*, de la ce este la ce ar putea fi.

Regândirea este uneori complicată, dureroasă și consumatoare de timp. Ea poate implica jale, tristețe și opoziție. În multe cazuri, avem nevoie de răbdare, de tenacitate și de încredere pentru a reuși. Însă uneori procesul poate fi surprinzător de ușor; seamănă mai degrabă cu spargerea unei bule de săpun decât cu cea a unei nuci tari. Ai acel sentiment de „Aha!”, un amestec ciudat de „Serios? Atât de simplu e?” și „Evident! Nu-mi vine să cred că nu mi-am dat seama până acum!”

Regândirea nu urmează o formulă matematică; este mai degrabă o artă, o abilitate. Vreau să evidențiez asta. Destul de mulți oameni (cel puțin din experiența mea) se așteaptă să fie un proces de analiză logică, un fel de știință care oferă un set nou de principii, pe care apoi le pot aplica în problemele lor, cu o siguranță matematică. Când devine clar că regândirea nu funcționează așa, sunt dezamăgiți. Așadar, dă-mi voie să subliniez: regândirea nu este compusă din formule simple; este un proces creativ care se adaptează la circumstanțe.

Pentru mai multă claritate, să ne gândim la un clip de șase secunde care a devenit extrem de popular pe YouTube. Un tată din Spania voia să facă o plimbare până la supermarket cu fiul său de trei ani, însă băiatul voia să meargă cu mașina. Au schimbat în mod repetat doar două cuvinte. Tatăl stătea pe alee și spunea „Plimbare”, iar băiețelul, cu mâna pe portiera mașinii, răspundea de fiecare dată „Aici”. Acest lucru s-a repetat o dată, de două ori, de trei ori, de patru ori. „Plimbare.” „Aici.” „Plimbare.” „Aici.” Apoi, deodată, tatăl a inversat rolurile și, fără să piardă vreun moment, a spus: „Aici”. Surprinzătorul efect? Copilul a răspuns imediat „Plimbare”, a lăsat portiera mașinii și s-a dus pe alee alături de tatăl lui. Conflict încheiat.

Tatăl a folosit strategia de regândire a schimbării de roluri, iar aceasta a funcționat perfect cu băiatul său de trei ani,

deoarece copiii de vârsta aceasta vor să fie *autonomi*, să ia propriile decizii. Dacă spui „N-ai voie să mănânci tot din farfurie, ca să nu crești mare”, vor mânca tot doar ca să îți se opună. Să facă ceea ce vor *ei*. Dar această strategie probabil nu va funcționa mult. În câteva luni, va înțelege trucul tatălui său și, dacă acesta va spune „Aici”, va răspunde și el „Aici”.

Regândirea nu oferă reguli universale, care să nu poată eșua. Ea trebuie să se adapteze la circumstanțe, să evolueze. Ce oferă, însă, este un mod de a-ți extinde permanent reperoriul de rezolvare a problemelor.

Poți deveni bun la regândire dacă doar citești despre ea? Din păcate, nu. O poți învăța doar dacă o practici. E ca și cum ai cânta la pian – ca să devii priceput, trebuie să exersezi mulți ani. Dacă doar citești această carte și nu încerci, de fapt, tehnicile, nu vei obține decât o colecție de povești amuzante. Puterea regândirii va deveni reală pentru tine doar dacă o aplici în viața ta.

Pianiștii trebuie să-și dezvolte permanent tehnica și de același lucru e nevoie și în cazul regândirii. Ea implică mai multe instrumente, iar secretul e să le aplici pe cele mai bune pentru fiecare situație. Ca să evidențiez gama de abordări, îmi place să vorbesc despre *strategia* regândirii. Termenul „strategie” provine din sfera războiului, în care cea mai eficientă abordare e uneori să ataci, uneori să aperi, iar alteori să aștepți și să discuți sau să negociezi. În război ai nevoie de informații strategice, iar regândirea necesită, de asemenea, mai multe strategii. Pe parcursul acestei cărți am să-ți prezint cincisprezece strategii de regândire. Unele au legătură cu etapa de deconstruire: moduri de a demonta, de a dezmembra sau de a desface o problemă. Altele se aplică în etapa de reconstruire, oferind opțiuni pentru crearea de noi oportunități.

Gândește-te la citirea acestei cărți ca la o călătorie prin domeniul regândirii. Când pleci undeva, iei cu tine tot bagajul de care crezi că vei avea nevoie. Un anumit bagaj este esențial și pentru călătoria prin regândire; ai nevoie de mai multe *perspective de bază*. De aceea, cartea este formată din două părți principale. Prima îți prezintă bagajul, detaliile principale care te vor ajuta să înțelegi și să profiți la maximum de strategii, iar a doua te conduce prin călătoria în sine, descriindu-ți cele cincisprezece strategii de regândire. Partea a treia este un rezumat util al strategiilor.

Să începem cu prima parte.

Bagajul.

regândire

Regândire (gând inversat, „da, iar”)

Tehnică de gândire pentru transformarea problemelor în oportunități; sinonim: gândire de tip „da, iar”; antonim: gândire de tip „da, dar”, gândire din perspectiva amenințărilor, a balaurilor care îți stau în cale

Folosind o regândire îndrăzneță, Consiliul Director a reușit să calmeze suspiciunile presei; psihiatrul i-a sfătuit pe cei doi să-și regândească tiparele din relație; odată ce adversarii s-au regândit la negocierile blocate, a fost ca și cum n-ar fi avut niciodată un conflict.

PARTEA ÎNTÂI
Bagajul



Acceptarea

Dacă nu există nicio soluție pentru problemă, nu-ți pierde timpul îngrijorându-te. Dacă există o soluție pentru problemă, nu-ți pierde timpul îngrijorându-te.

Un tânăr căpitan era pentru prima dată la conducerea unei nave de război impresionante. Într-o noapte, marea vuia, iar corabia a fost învăluită într-o ceață deasă. Căpitanul a primit un semnal de pe punte: o lumină ciudată se apropia direct, cu viteză mare. Neînfricatul tânăr n-a stat pe gânduri mai mult de o secundă și a dat ordinul pentru a transmite un mesaj. „Sunteți pe punctul de a vă ciocni de noi. Schimbați-vă imediat traiectoria cu 20 de grade spre sud.” Răspunsul l-a înfuriat. Era un contraordin: „Schimbați-vă imediat traiectoria cu 20 de grade spre nord”. Cele două părți și-au transmis câteva mesaje similare înainte și înapoi, căpitanul cerând ca ambarcațiunea să-și schimbe traiectoria, iar ceilalți cerând același lucru de fiecare dată. În final, disperat, căpitanul a transmis: „Vă avertizez. Aceasta este o navă de război și vom trage”. Răspunsul a venit repede: „Și eu vă avertizez. Acesta este un far!”¹

Unul dintre principiile de bază ale regândirii este că există unele situații și probleme pe care trebuie pur și simplu să le accepți. Despre asta e vorba în acest capitol. E posibil să ți se pară ciudată includerea lui – până la urmă, regândirea nu se