BIBLIOTEKA SUKCESU
BRIANA TRACY

BRIAN TRACY

Autor międzynarodowych bestsellerów
Zjedz tę żabę i *Psychologia sprzedaży*

SUKCES OSOBISTY

mt biznes

Spis treści

Wprowadzenie 7

1. Przestrzegaj prawa 10
2. Dokładnie określ, czego chcesz 16
3. Wyrób w sobie nowe nawyki: odwagi i pewności siebie 21
4. Bądź wierny sobie 25
5. Nastaw się pozytywnie 30
6. Dbaj o pozytywny wydźwięk komunikacji i spodziewaj się dobrych rzeczy 35
7. Skup się na działaniu 40
8. Dbaj o zadowolenie swoich najważniejszych klientów 44
9. Pracuj ciężko 49
10. Nigdy nie przestawaj się uczyć 54
11. Zostań kompetentnym mówcą 59
12. Otaczaj się odpowiednimi ludźmi 64
13. Pozostawaj w sieci kontaktów 68
14. Wiedza stanowi źródło siły 73
15. Ubieraj się jak człowiek sukcesu 78

16. Konsekwentnie dąż do doskonałości 83
17. Myśl strategicznie 87
18. Weź na siebie odpowiedzialność za wyniki 90
19. Graj drużynowo 94
20. Rozwijaj swoją kreatywność 97
21. Przeciągnij los na swoją stronę 102

Podsumowanie
Trzy podstawowe czynniki sukcesu 107

2

Dokładnie określ, czego chcesz

Trzeba wiedzieć, czego się chce. Ta wiedza to punkt wyjścia do rozwoju osobistego i sukcesu zawodowego. W życiu możesz mieć niemal wszystko, czego pragniesz, ale najpierw musisz stwierdzić, co to konkretnie jest.

H.L. Hunt, który dorobił się fortuny na ropie i założył ponad dwieście firm, miał pewnego razu zdradzić telewidzom tajemnicę swojego sukcesu. Powiedział: „Sukces to prosta sprawa. Najpierw trzeba dokładnie określić, czego się chce od życia. Większość ludzi nigdy tego nie robi. W następnej kolejności trzeba zdecydować, jaką cenę jest się gotowym zapłacić, aby to osiągnąć. Potem zaś należy sobie postanowić, że się tę cenę zapłaci".

Najważniejsze jest jasne postawienie sprawy

Refleksję nad tym, czego się chce od życia, należy rozpocząć od wartości. W co wierzysz? Na czym ci zależy? Sukces zewnętrzny możesz odnieść tylko pod warunkiem, że będziesz dążyć do zdobycia tego, co w sferze wewnętrznej ma dla ciebie znaczenie i wartość.

Wyznacz cele zawodowe

Zastanów się nad swoimi celami zawodowymi. Wyobraź sobie, że masz do dyspozycji magiczną różdżkę i możesz się przenieść pięć lat w przyszłość. Gdzie chciałbyś się znajdować za rok, za trzy lata, za pięć lat? Jak wyglądałoby twoje idealne życie zawodowe? Czym by się różniło od obecnego?

Większość ludzi na początku swojej kariery zawodowej przyjmuje po prostu pierwszą pracę, jaką uda im się dostać. Potem zaś robią to, czego inni od nich oczekują lub o co ich proszą. Obejmują stanowiska, które zostaną im zaoferowane, przyjmują od szefa propozycje awansu. Przez cały czas tylko reagują i odpowiadają na oczekiwania stawiane im przez innych.

Ludzie sukcesu tymczasem starannie planują swoją karierę. Umieją sprecyzować pewne oczekiwania dotyczące określonych punktów własnej przyszłości. Potrafią też stwierdzić, jakich umiejętności i na jakim poziomie będą potrzebować, żeby osiągnąć swoje cele zawodowe.

Wyznacz cele osobiste i rodzinne

Warto wyznaczać sobie również cele w sferze osobistej i rodzinnej. Cele zawodowe czy zarobkowe stanowią niejako treść naszych potrzeb, cele rodzinne zaś należy kojarzyć z przyczyną tych potrzeb. To właśnie ze względu na cele rodzinne decydujesz się robić to, co robisz. To one motywują cię do tego, aby codziennie rano wstać z łóżka i iść do pracy.

Nasze szczęście aż w 85 procentach zależy od ludzi obecnych w naszym życiu i od łączących nas z nimi relacji. Zaledwie w 15 procentach czerpiemy szczęście i zadowolenie z dokonań o charakterze materialnym. Satysfakcja z sukcesu materialnego szybko przemija, rozwiewa się jak dym.

Dobrze jest też określić swoje cele osobiste. Zastanów się, co chciałbyś osiągnąć w sferze zdrowia i kondycji fizycznej, gdyby absolutnie nic cię nie ograniczało. Czego chcesz się nauczyć? Jakie miejsca chcesz odwiedzić? Jak chcesz się zaangażować w życie swojej społeczności?

Siedem kroków

Istnieje prosty, siedmioetapowy proces, dzięki któremu możesz do końca życia z powodzeniem wyznaczać i osiągać kolejne cele. To sprawdzona metoda krok po kroku, skuteczna i praktyczna.

1. **Określ dokładnie, czego chcesz**. Bądź konkretny. Wystrzegaj się sformułowań typu: „Chcę być bogaty. Chcę być szczęśliwszy. Chcę być zdrowy. Chcę podróżować". To nie są cele! To są życzenia, złudzenia, fantazje… Cel to jest coś jasno i precyzyjnie określonego.
2. **Zapisz swoje cele**. Zaledwie 3 procent dorosłych spisało kiedykolwiek swoje cele ze szczerym zamiarem wcielenia ich w życie. Ta grupa ludzi zarabia średnio dziesięciokrotnie więcej niż wszyscy inni, którzy nie zdecydowali się sformułować swoich celów i planów na piśmie.
3. **Wyznacz sobie termin**. Wskaż konkretną datę osiągnięcia danego celu. Jeśli cel jest bardzo ambitny, wyznacz sobie terminy cząstkowe.
4. **Sporządź listę działań**. Wypisz wszystko, co tylko przyjdzie ci do głowy, a co mogłoby cię przybliżyć do osiągnięcia twojego celu. Dopisuj do tej listy kolejne punkty, aż uznasz, że już wszystko na niej zawarłeś.
5. **Uporządkuj listę**. Przygotuj listę kontrolną, która będzie uwzględniała wszystkie zadania do wykonania. Umieść je na niej w takiej kolejności, w jakiej należy się nimi zająć. Co powinieneś zrobić najpierw? Co potem, a co jeszcze

później? Uporządkowana lista zadań do wykonania to nic innego jak konkretny plan działania.

6. **Zacznij działać zgodnie z planem**. Zrób coś. Cokolwiek. Byle natychmiast. Pierwszy krok jest zawsze najtrudniejszy. Zwykło się mówić, że najtrudniejsza praca to ta, za którą człowiek się nigdy nie może zabrać.
7. **Każdego dnia zrób coś, co cię przybliży do osiągnięcia najważniejszego celu**. Rób coś codziennie, przez siedem dni w tygodniu, trzydzieści dni w miesiącu. Niech ci się nie zdarzają takie dni, w których nie zrobisz nic, co choćby o krok przybliżałoby cię do osiągnięcia ważnego dla ciebie celu.

Wyznacz sobie dziesięć celów

Weź czystą kartkę papieru i zapisz na górze słowo „Cele". Obok dopisz dzisiejszą datę. Poniżej wypisz dziesięć celów, które chciałbyś osiągnąć w ciągu najbliższych dwunastu miesięcy. Mogą to być cele na jeden dzień lub na tydzień albo równie dobrze na cały rok. Ważne, aby w ciągu dwunastu miesięcy dało się je osiągnąć.

Gdy już wypiszesz te dziesięć celów, zadaj sobie następujące pytanie: „Gdybym w ciągu najbliższych dwudziestu czterech godzin mógł osiągnąć jeden z celów z tej listy, to który z nich miałby największy wpływ na moje życie?".

W ten sposób wyznaczysz sobie główny cel, na którym będziesz się koncentrować i wokół którego będziesz organizować swoje życie. Napoleon Hill powiedział, że zdecydowanie w kwestii celów stanowi pierwszy krok na drodze do wielkości.

Aż 85 procent milionerów, którzy dorobili się fortuny dzięki własnym staraniom, wyznacza sobie jeden najważniejszy cel. Pracują potem nad nim każdego dnia. Idź za ich przykładem!

Działanie nakierowane na cel to punkt wyjścia dla każdego istotnego dokonania. Im częściej będziesz podejmować systematyczne, planowane działania zmierzające do urzeczywistnienia określonych celów czy założeń, tym szybciej uzyskasz to, na czym ci zależy.

Ćwiczenia

1. Sporządź listę dziesięciu celów, które chciałbyś osiągnąć w ciągu najbliższych dwunastu miesięcy.
2. Wybierz spośród nich jeden cel, który miałby największy pozytywny wpływ na twoje życie, a następnie nakreśl plan, który pozwoliłby ci ten cel osiągnąć, i aż do skutku dzień po dniu pracuj nad jego urzeczywistnieniem.

Sukces osobisty

Dlaczego jedni odnoszą większe sukcesy niż inni?
Brian Tracy, światowej sławy ekspert od zwiększania efektywności, przez dziesięciolecia badał życiorysy i zachowania ludzi sukcesu. Na tej podstawie wyciągnął zaskakujący wniosek: nawet niewielkie korekty nastawienia i zachowań mogą przełożyć się na istotny wzrost osiąganych wyników. W tej krótkiej, acz inspirującej książce autor wyjaśnia, w jaki sposób wszyscy możemy:

- wyznaczać jasne cele (bo nie da się osiągnąć celu, którego się nie widzi),
- zmienić nastawienie pod kątem przyciągania nowych możliwości,
- wyrzec się wszelkich przekonań, którymi sami się ograniczamy,
- wzmacniać pewność siebie,
- ćwiczyć się w sztuce odwagi (ludzie sukcesu nie boją się podejmować ryzyka),
- wykorzystywać każdą okazję do nauki i rozwoju,
- nawykowo prowadzić działania networkingowe,
- opanować umiejętność planowania strategicznego
- i wiele więcej.

Książka jest pełna prostych, lecz jednocześnie rewolucyjnych technik, dzięki którym nauczysz się przekuwać marzenia w konkretne efekty.

ISBN 978-83-8087-052-9
9 788380 870529
Cena 24,90 zł
MT15159

www.mtbiznes.pl