



КЛЮЧЕВЫЕ МЫСЛИ БЕСТСЕЛЛЕРОВ

СБОРНИК 3

ЕГОР КУЗЬМИН

Егор Кузьмин

**Ключевые мысли
бестселлеров. Сборник 3**

«Издательские решения»

Кузьмин Е.

Ключевые мысли бестселлеров. Сборник 3 / Е. Кузьмин —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-834290-5

Дорогие читатели! Перед вами — третья книга из серии уникальных бизнес-конспектов «Ключевые мысли бестселлеров». Как и первые две части этой серии, она издана в формате кратких и самых нужных выдержек из бестселлеров западных звёздных авторов. Этот формат изучения литературы по бизнесу и личностному развитию уже доказал свою эффективность. На «ЛитРес», «Озон» и Amazon рейтинг этой серии книг стабильно растёт, и они находят всё больше новых читателей.

ISBN 978-5-44-834290-5

© Кузьмин Е.
© Издательские решения

Содержание

От автора	7
Эми Морин	9
«13 вещей, которые не делают люди, сильные духом. Сохраняйте свои силы, принимайте перемены, стойте лицом к страху и тренируйте мозг для собственного счастья»	9
О чём эта книга?	10
Для кого написана эта книга?	10
Кто автор?	10
Преодолевайте то, что не дает вам двигаться вперед и живите собственной мечтой	10
Вы узнаете	11
Не тратьте энергию, пытаясь изменить вещи, которые не поддаются вашему контролю. Вместо этого, контролируйте себя лично!	11
Сильные духом личности не уделяют много внимания мыслям и чувствам других людей	11
Страх не позволяет вам рисковать, менять свой распорядок дня и двигаться вперед	12
Маленькие плохие привычки, желание сразу же остановиться и поиск срочных результатов может тормозить вас	13
Выйдите из соцсетей и абстрагируйтесь от зависти и обид, которые не дают вам двигаться вперед	13
Научитесь, как управлять своими отрицательными эмоциями, чтоб повышать силу духа каждый день	14
Ключевая мысль книги	15
Практический совет	15
Дэниел Пинк	16
«Будущее за правым полушарием. Что делать, чем думать и как быть в век нового творческого мышления»	16
О чём эта книга?	17
Для кого написана эта книга?	17
Кто автор?	17
У нашего мозга два полушария: левое отвечает за детализированное, а правое за более комплексное и масштабное мышление	18
Раньше мы недооценивали важность правого полушария мозга и того, как оно мыслит	18
Мы двигаемся из «Информационной» в «Концептуальную» эпоху, и правополушарное мышление становится все более значимым	19
Дизайн: в век материального изобилия дизайн стал решающим отличием для большинства современных предприятий	20

Сторителлинг: чтобы достичь успеха, сегодня недостаточно одних фактов. Вы должны уметь рассказывать истории	20
Симфония: умение соединить части воедино важнее, чем умение разложить их отдельно друг от друга	21
Чуткость: компьютеры сегодня берут на себя все больше и больше задач, и способности, присущие только людям – чуткость и внимательность – становятся все более значимыми	22
Игра: беззаботность будет играть все более важную и благотворную роль, как на работе, так и вне ее	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Ключевые мысли бестселлеров

Сборник 3

Егор Кузьмин

© Егор Кузьмин, 2016

© Илона Яковлева, дизайн обложки, 2016

ISBN 978-5-4483-4290-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора



[битая ссылка] www.egorkuzmin.ru

Дорогие читатели! Перед вами – третья книга из серии уникальных бизнес-конспектов «Ключевые мысли бестселлеров».

Как и первые две части этой серии, она издана в формате кратких и самых нужных выдержек, из бестселлеров западных звёздных авторов. Этот формат изучения литературы по бизнесу и личностному развитию уже доказал свою эффективность. На «ЛитРес», «Озон» и Амазон рейтинг обеих книг стабильно растёт, и они находят всё больше новых читателей.

Я хотел бы поблагодарить вас, дорогие читатели. Благодарю вас за то, что изучаете конспекты. За то, что сразу примеряете написанное на себя и используете. За то, что даёте обратную связь. Рассказы о ваших достижениях после прочтения предыдущих двух выпусков – то, что заставляет меня трудиться над новыми книгами ещё усерднее. Невероятно мотивирует видеть и осознавать, что эти ценные материалы работают и приносят пользу.

Своими письмами и откликами вы вдохновляете меня искать ещё вдумчивее, выбирать ещё тщательнее. И потому в этот сборник вошли эксклюзивные бестселлеры, которые пока малоизвестны российскому читателю, но очень популярны в Америке и Европе. А это значит – вы окажетесь впереди тех, кто ещё ничего о них не знает.

Что вы изучите в этой части?

– методы развития творческого мышления;

- принципы мышления чемпионов – тех, кто привык быть номером 1;
- основы успешных деловых переговоров;
- умение отделять важное от второстепенного в работе и жизни;
- правила влияния на людей;
- лидерский стиль действий;
- и другие ценные знания...

Возможно, после прочтения у вас появится вопрос: а будут ли новые книги? Продолжится ли серия бизнес-конспектов «Ключевые мысли бестселлеров»?

Да, друзья. Над новой книгой я уже работаю, и в серии «Ключевые мысли бестселлеров» будет ещё несколько выпусков. Но это ещё не все. Мне не терпится открыть вам небольшой секрет.

Я планирую создать большой сборник с рабочим названием «Большая энциклопедия бестселлеров». Эта книга объединит все материалы серии «Ключевые мысли бестселлеров», расширит и систематизирует знания и дополнит их новой ценнейшей информацией – той, которой делятся очень неохотно. Информацией «для своих».

Честно говоря, я не хочу выкладывать «Энциклопедию» в продажу. Она будет слишком масштабной, серьёзной и – не побоюсь этого слова – мощной. Скорее всего, я стану распространять её только среди моих друзей и подписчиков. Чтобы получить её в числе первых, рекомендую подписаться на мою рассылку: [битая ссылка] <http://www.egorkuzmin.ru/podarok>.

Расскажите, что бы хотелось видеть на страницах новой книги вам? Какие ещё сферы остались неохваченными, какую область жизни вам нужно «прокачать» именно сейчас? Поделитесь со мной своими соображениями в социальных сетях или напишите по почте. Это поможет мне сделать следующий материал ещё более актуальным, а вам – принять участие в создании сборника, который станет полезным для вас и тысяч других людей. Я отвечаю на каждое письмо без исключения, это мой принцип.

А теперь, мои друзья, настало время перевернуть страницу. Впереди вас ждут несколько часов чтения, а затем – дни и месяцы практики. Пожалуйста, обязательно применяйте принципы и рекомендации из этой книги! Стоит внедрить хотя бы десятую часть – и вы получите потрясающее конкурентное преимущество, заметно повысите качество своей жизни. Это практические знания, прошедшие испытание личным опытом. Они не должны лежать без дела.

P.S. Обе первые книги и все последующие выпуски вы можете получить от меня совершенно бесплатно на той же странице: [битая ссылка] <http://www.egorkuzmin.ru/podarok>. Я буду рад подарить их вам!

Эми Морин

**«13 вещей, которые не делают люди,
сильные духом. Сохраняйте свои силы,
принимайте перемены, стойте лицом к страху
и тренируйте мозг для собственного счастья»**

www.AmyMorinLCSW.com

**They Don't Waste Time
Feeling Sorry for Themselves**

THEY DON'T GIVE AWAY THEIR POWER

**THEY DON'T WASTE ENERGY ON
Things They Can't Control**

**THEY DON'T FEAR
taking calculated risks**

**THEY DON'T RESSENT OTHER
PEOPLE'S SUCCESS**

**THEY DON'T GIVE UP
AFTER THE FIRST FAILURE**

**THEY DON'T FEEL THE WORLD
OWES THEM ANYTHING**

**THEY DON'T SHY
AWAY FROM
CHANGE**

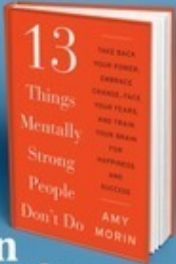
**THEY DON'T MAKE THE SAME
MISTAKES
OVER AND OVER**

THEY DON'T FEAR ALONE TIME

**THEY DON'T EXPECT
IMMEDIATE RESULTS**

13 Things Mentally Strong People Don't Do

**THEY DON'T WORRY ABOUT
PLEASEING EVERYONE**



Наиболее популярная обложка

О чём эта книга?

13 вещей, которые не делают сильные духом люди, расскажет, как контролировать ваши эмоции и принимать решения, которые заставят вас чувствовать себя хорошо. Используя полезные советы и практические решения, эта книга поможет вам перебороть свои страхи и подскажет, как начать жить по-другому.

Для кого написана эта книга?

Для того, кто стоит лицом к лицу с собственными неудачами и переживает по поводу успехов сверстников.

Для родителей, которые не могут спокойно общаться со своими детьми.

Для людей, которым необходимо поощрение, чтобы воплощать свои мечты.

Кто автор?



Эми Морин

Эми Морин (Amy Morin) – писатель-публицист, психотерапевт, профессиональный клинический социальный работник, является признанным экспертом в области изучения феномена «силы духа» в области психологии.

Сайт автора [битая ссылка] www.amymorinlcsww.com

Преодолевайте то, что не дает вам двигаться вперед и живите собственной мечтой

Мечтаете ли вы о том, чтоб основать свою компанию или написать книгу? Вы можете начать сегодня, но чувствуете, что что-то вас удерживает? Вы хотите стать более напористым, но понимаете, что вас без труда опережают другие люди?

Прочитав следующие пункты, вы получите ответы на вопросы, которые помогут вам преодолеть трудности и начать жить так, как вы того хотите. Вы откроете 13 важных способов поднять свою силу духа, перебороть свои страхи и стать сильным человеком.

Вы узнаете

Как перемены делают жизнь лучше, даже если вы их боитесь;
Как использование микроволновки влияет на то, как вы добиваетесь целей;
Что отрицание ошибок несет за собой последствия, даже если вы избегаете их.

Не тратьте энергию, пытаясь изменить вещи, которые не поддаются вашему контролю. Вместо этого, контролируйте себя лично!

Вы не можете избавиться от невезения в жизни. Но вы можете изменить то, как вы к этому относитесь.

Предположим, что вас сбил автобус, и вы оказались в больнице. Вы достаточно сильно пострадали – не ухудшайте положение, жалея себя.

Жалость к себе разрушает. Она вызывает негативные эмоции и мешает вам двигаться вперед.

Подумайте о вашем случае. Есть 2 варианта: вы можете собрать всю вашу энергию и направить ее на лучшее, что у вас есть (что является тяжелой задачей в психотерапии). Или вы можете остановиться на вашем невезении и застрять в череде неудач.

Попытки контролировать все – еще одна причина, по которой вы можете стоять на месте в своем развитии. Даже когда мы понимаем, что большинство вещей в нашей жизни находятся под нашим личным контролем, нам также часто начинает казаться, что мы можем управлять и результатом.

Несмотря на то, что эта вера – способ контроля собственного беспокойства, это также причина, которая может испортить ваши отношения с другими людьми.

После развода, Джеймса терроризировала его бывшая жена, тем, что пыталась направить его дочь против него, покупая ей дорогие подарки, которые сам Джеймс не мог себе позволить. Но вместо того, чтобы просто проводить время с дочерью и показывать, как он любит ее, Джеймс все силы тратил на то, чтобы контролировать поведение своей бывшей жены. В итоге, его действия привели к ухудшению отношений с дочерью.

Смысл в том, что когда вы жалуетесь на то, что не обладаете чем-то – вы просто тратите свои силы. Мир вам ничего не должен – но, если вы дадите ему понять, что это так, вы просто будете постоянно злиться и расстраиваться.

В итоге, вы будете намного меньше мотивированны в жизни и работе, что не в лучшем виде отразится на вашей продуктивности и повлечет за собой замкнутый круг неудач. Если ваша работа страдает, а вы, таким образом, самолично отказываетесь от повышения, это только сделает вас злее. В итоге, продуктивность пострадает еще больше.

Сильные духом личности не уделяют много внимания мыслям и чувствам других людей

Вы переживаете по поводу того, что о вас подумают окружающие? Разумеется, это вполне нормально, но, когда вы озабочены только этим, вы позволяете людям определять вашу самооценку – что ведет за собой возможность управлять вами.

Посмотрите на эту ситуацию с такой стороны – если вы позволяете другим людям контролировать ваше поведение, вы делаете себя уязвимым. И вами могут манипулировать.

Чтобы понимать этот принцип, рассмотрите то, какому давлению поддаются маленькие дети. Они зависят от того, что говорят и думают взрослые; родители часто используют эту зависимость, чтобы привить детям необходимое поведение.

Мать может сказать дочери, что «большие девочки» не лазают на деревья в платьях. Поскольку та хочет казаться «большой девочкой», она меняет свое поведение.

С другой стороны, сильные духом взрослые контролируют свои действия и эмоции, не давая другим людям возможности управлять собой.

Смысл в том, чтобы перестать удовлетворять других людей. Если кто-то рядом с вами расстроен, вдохните и вспомните, что это не ваша ответственность – делать его счастливым. (И не стоит переживать – этот человек не откажется от вас, только потому, что вы сразу же не кинулись ему на помощь.)

Конечно, прошлое может влиять на вас. Дети алкоголиков, к примеру, часто вырастают «угодниками», потому что только такое поведение позволяло им контролировать поведение своих непредсказуемых родителей в раннем возрасте.

Запомните, что забота и мысли о себе – это не эгоизм. В Библии, к примеру, не говорится, что вы должны ставить интересы других выше своих – там написано всего лишь, что вы должны относиться к другим так, как хотели бы, чтобы относились к вам.

Другими словами, это нормально – заботиться о себе!

Страх не позволяет вам рисковать, менять свой распорядок дня и двигаться вперед

Перемены могут пугать, в то время, как стабильность позволяет чувствовать себя комфортно. Даже если ваши повседневные действия необычны, они знакомы вам и ощущаются таковыми.

Подобный комфорт заставляет вас переоценивать количество проблем, которые могут появиться благодаря переменам. В результате, вы не хотите делать вообще ничего.

Но подумайте о том, насколько легче было бы привнести несколько небольших изменений в свою жизнь, чтобы улучшить здоровье, к примеру. Вы можете начать есть меньше сладостей, и, возможно, совершать небольшие прогулки каждый день.

Не так уж и страшно, правда?

Ричард всю жизнь откладывал тренировки по снижению веса. Почему? Потому что он боится больших перемен за один раз. Он убежден, что ему нужно отказаться от всей вредной еды, всех сладостей и проводить все свободное время в тренажерном зале. И именно из-за этого начать становится намного сложнее.

Переоценка количества риска, который присутствует во время перемен, может сильно ограничивать. Дейл, работающий учителем, мечтал о создании собственной компании. Но он боялся увольняться с работы и предпринимать что-то, беспокоясь о том, что останется ни с чем.

Но узнав про собственные возможности, Дейл понял, что он переоценил риск. Он решил сохранить свою работу на время, но одновременно с этим, попробовал себя в качестве предпринимателя.

Как вы можете увидеть, методический взгляд на ситуацию позволяет устранить страх и поддерживает вас в том, чтоб переступить через страхи на пути к мечте.

Многие люди также не двигаются вперед, уделяя слишком много внимания ошибкам. Вместо того, чтобы искать новые решения проблем, мы фокусируемся на ошибках прошлого.

Но если вы хотите продолжать двигаться вперед, вы должны простить себя за ошибки и перестать переживать, что можете совершить их в будущем.

Маленькие плохие привычки, желание сразу же остановиться и поиск срочных результатов может тормозить вас

Со стороны ребенка ложь имеет положительные стороны. Если вы не можете признать ошибку, вы имеете возможность избежать насмешек одноклассников или нагоняя от родителей.

Но, к сожалению, мы часто переносим такое поведение во взрослую жизнь. Когда мы избегаем, прямо посмотреть в глаза результатам наших действий, это не дает нам возможности учиться на своих же ошибках.

В результате, мы можем остановиться на том, что будем делать одни и те же ошибки снова и снова.

Представим, что вы ученик парикмахера, и вы провалили свою первую работу по покраске, придав волосам ужасный зеленый оттенок. К счастью, ваш клиент согласилась никому об этом не говорить взамен на 200 долларов и вашу любимую шапочку для того, чтоб дойти до дома.

Теперь вы можете расслабиться, верно? Ваш начальник не накажет вас. Но, возможно, что этот случай ничему вас не научит, и в следующий раз вы точно так же испортите волосы вашего клиента.

Бросать начатое при первых признаках неудачи – плохая привычка, которая тянет вас на дно. Неудача расстраивает – но даже чемпионы ошибаются, снова и снова, перед тем, как они в итоге добиваются своих целей.

Вы думаете, что чемпион по теннису Серена Вильямс, воспринимала бы небольшую неудачу в виде проигранного матча как знак, что ей не хватает мастерства в своем деле? Конечно же, нет.

Упорство перед лицом неудач отличает чемпионов от остальных людей.

Неудача – не единственное препятствие, которое будет стоять у вас на пути. Люди также часто останавливаются, когда не получают мгновенных результатов.

Конечно, такое мнение объяснимо в эпоху быстроразогреваемой еды и сборных домов. Не говоря уже о вечных историях успеха, к которому пришли за одну ночь.

Современный мир поощряет нас искать удовлетворение и быстрые результаты. Но в большинстве своем, достижение ваших целей – не простая задача. Лучше подготовьтесь к марафону и используйте свое время и энергию с умом – чем пробежите на выдохе.

Выйдите из соцсетей и абстрагируйтесь от зависти и обид, которые не дают вам двигаться вперед

Как часто вы обнаруживаете, что смотрите посты в Facebook, завидуя при этом людям, которые чем-то занимаются.

Делая это, вы сами плюете в свой же колодец. Конкуренция с другими людьми по достижению успеха или любым другим «вещам» приведет только к разочарованию.

А чувство обиды заставляет нас забывать о вещах, которые реально нужно ценить в жизни каждого.

Если вы чувствуете себя неуверенно, скорее всего, вы сравниваете себя с другими людьми. Это чувство может заставить вас постоянно участвовать в крысиной гонке, работая без остановки, чтоб купить дорогую машину или красивый дом.

Но подумайте вот о чем: правда ли материальные ценности играют такую большую роль?

Нам нужны глубокие, искренние отношения больше, чем что-то либо другое. Но если вы проводите все время в офисе, вы теряете возможность провести ценное время со своими друзьями и семьей.

Более того, невозможно иметь настоящих друзей, если вы постоянно завидуете им по поводу того, что у них есть, и чем они занимаются. Зависть заставляет людей врать или влиять на других, таким образом, чтобы они преуспевали в чем-то – это как-то не похоже на дружеские отношения.

Дело в том, что достаточно просто потерять контакт с ценностями, которыми вы дорожите, если вы никогда не испытываете чувства спокойствия и уединения. Нам всем нужно время, чтобы расслабляться и справляться со своими проблемами.

К сожалению, одиночество и «ничегонеделание» не одобряются обществом. (Конечно, многие из нас не всегда честно уединяются. Остаются одни, но при этом смотрят ТВ или используют интернет.)

На людей постоянно давят, чтобы они были активными всегда. Но ведь нет ничего страшного в том, что остаться больным дома в субботу вечером и немного развлечься?

Значит, когда вы остаетесь дома одни, вы просто хотите подумать о личных проблемах? Поиск силы на то, чтобы чувствовать себе комфортно в одиночестве – это то, что мы должны делать.

Научитесь, как управлять своими отрицательными эмоциями, чтоб повышать силу духа каждый день

В противовес общепринятому мнению, сила духа – это не необходимость хоронить собственные эмоции. Это направление внутренней силы на борьбу с болью или слабостью.

И вы можете научиться делать это, став тренером для самого себя.

Начните с того, что честно посмотрите на свое поведение и вычленили вредные привычки, которые мешают вашему движению вперед. Вы, наверняка, уже делали это, читая предыдущие главы?

Рассмотрите все вещи, которые не делают люди сильные духом, и определите, какие из них присутствуют в вашем поведении. А потом просто станьте сильнее, изменив их, одну за другой.

Для начала, если вы позволяете негативным эмоциям держать вас на месте, учитесь тренировать себя, отказываясь от них, когда вы их чувствуете.

К примеру, мы рассматривали зависть в предыдущей главе. Когда вы понимаете, что сравниваете себя с другими (как в Facebook) или хотите получить то, что есть у них, отступите ненадолго. Напомните себе, что так делать – неправильный способ определять самооценку. У вас ведь есть умения, таланты и опыт.

Вместо этого составьте список своих целей и ценностей. Создайте свое собственное определение успеха. В следующий раз, когда будете завидовать, перечитайте его – ваше приключение другое, оно уникально.

Обратите внимание, реальны ли ваши мысли? Способствуют ли они вашему благополучию?

Многие люди позволяют своему прошлому влиять на настоящее. На самом деле, отказ от прошлого – свидетельство того, что вы нашли гармонию с ним, научились чему-то и начали жить настоящим.

Это оно! Когда вы начнете больше времени уделять своим эмоциям и тому, как они влияют на мысли и поведение, вы сможете улучшить свою собственную силу духа.

Ключевая мысль книги

Для того чтобы стать сильнее духом, вам нужно развивать в себе понимание собственных мыслей, поведения и эмоций. Когда вы научитесь контролировать свои эмоции – вы уменьшите негативное влияние, а это влечет за собой перемену общего настроения, позволяющего принимать решения, по поводу которых вы точно не будете беспокоиться.

Практический совет

Спросите себя, «Что будет делать здоровый человек?»

Если вы хотите стать здоровее, спросите себя, «Что бы делал человек, заботящийся о собственном здоровье в данный момент?».

Если бы вы поступили так же, вы, явно, начинаете делать маленькие, но важные решения – по отношению к еде, упражнениям и многим другим областям, которые приведут вас к полностью здоровому образу жизни.

Дэниел Пинк

**«Будущее за правым полушарием.
Что делать, чем думать и как быть
в век нового творческого мышления»**



Наиболее популярная обложка

О чём эта книга?

В эпоху, когда компьютеры и работники из стран третьего мира захватывают рабочие места «белых воротничков», что сделать для того, чтобы выделиться? Как выйти из Информационной эпохи и войти в новую Концептуальную эпоху? Ответ – начать использовать способности, связанные с правым полушарием вашего мозга, которые ранее считались менее ценными, чем аналитические навыки левого полушария.

Для кого написана эта книга?

Для тех, кто хочет узнать разницу в подходах к работе в 20-м и 21-м веке.

Для тех, кто интересуется концепцией «правополушарного» мышления.

Для тех, кто хочет развить навыки, необходимые для достижения профессионального успеха в современную эпоху.

Кто автор?



Дэниел Пинк

Дэниел Пинк – американский писатель, автор бестселлеров по бизнесу, менеджменту и карьере. Автор четырёх достаточно провокационных книг о том, как мы на самом деле работаем, и как можно работать более эффективно. Многие из этих книг в течении долгого времени были в списках лучших книг по версии авторитетного рейтинга New York Times, а также возглавляли этот рейтинг. Книга «Будущее за правым полушарием» долгое время была в списке бестселлеров New York Times и Business Week, а также переведена на 20 языков.

Сайт автора [битая ссылка] www.danpink.com

У нашего мозга два полушария: левое отвечает за детализированное, а правое за более комплексное и масштабное мышление

С древних времен люди делили мозг на левое и правое полушарие, и это разделение поддерживается и современной наукой.

В то время как сегодня мы знаем, что любая человеческая деятельность требует слаженной работы обоих полушарий, мы понимаем, что каждое полушарие занимает ведущую роль в определенных видах деятельности. В целом можно сказать, что левое полушарие специализируется на детальном разборе и сортировке вещей, а правое полушарие отвечает за предоставление более широкой картины действий.

Эти различные роли можно увидеть, к примеру, в контексте использования языка. Большая часть нашей языковой деятельности происходит в левом полушарии, где мы обрабатываем последовательности символов (например, при чтении). Однако правое полушарие при этом также играет важную роль, позволяя нам отступить от самого языка и интерпретировать контекст сообщения в целом. Без нашего правого полушария мозга мы не в состоянии были бы понять, к примеру, такие вещи как ирония или метафоры.

Рассуждения – это еще одна область, где полушария имеют разные, но, тем не менее, взаимодополняющие роли:

Ответы, которые возникают из левого полушария, являются выводами из того, что мы узнали в прошлом. Если кто-нибудь направляет на вас пистолет, именно левое полушарие посылает вам сигнал тревоги, потому что раньше вы узнали, что пистолет – это опасность.

С другой стороны, правое полушарие не распознает пистолет как источник опасности, но оно может использовать более интуитивные знания для выявления угрозы, например, сердитое выражение лица. Тот факт, что все культуры имеют тенденцию интерпретировать мимику похожим образом, иллюстрирует, насколько естественно и интуитивно понятно работает эта функция правого полушария.

Мы всегда стремились понять, какая часть нашего мозга отвечает за различные виды деятельности. Сегодня мы знаем, что, несмотря на то, что оба полушария постоянно сотрудничают, специализируются они на различных способах мышления.

Раньше мы недооценивали важность правого полушария мозга и того, как оно мыслит

Когда мы обнаружили, что левая часть мозга отвечает за более аналитические задачи, мы решили, что это гораздо важнее, чем мышление правой части.

Но откуда вообще возникла эта идея, что полушария работают «отдельно», и при этом они «не равны между собой»?

Прежде всего, люди когда-то думали, что, поскольку левое полушарие позволяет людям решать аналитические задачи, это именно то, что отделяет нас от животных.

Во-вторых, мы знаем, что левая сторона мозга на самом деле управляет правой стороной тела, которая отвечает за важнейшие движения – большинство людей во всем мире пишут правой рукой, а в западных языках письменность ведется слева направо.

Эта разница в оценке также появляется, когда два полушария и их различающиеся режимы мышления используются в качестве метафор в описании различных подходов в жизни:

Считается, что левополушарное мышление – последовательное, буквальное, функциональное, текстовое и аналитическое. Следовательно, все черты присущи людям с «левополушарным мышлением».

А вот «правополушарное мышление» означает, что человек отличается спонтанностью, метафоричностью, эстетичностью и умением мыслить в контексте.

Поскольку многие из черт левого полушария были оценены как более важные, «левополушарное» мышление считается более успешным подходом для достижения успеха в жизни. Это можно заметить на общественном уровне, например, на экзаменах, которые проводятся для студентов в Соединенных Штатах. Эти экзамены поощряют линейное, последовательное мышление, которое позволяет прийти к одному правильному ответу в строго определенное время, и, таким образом, студенты учатся рассуждать, как компьютеры.

Но время недооценивания правополушарного мышления подходит к концу, ибо способность видеть «общую картину» приобретает все большее значение.

Мы движемся из «Информационной» в «Концептуальную» эпоху, и правополушарное мышление становится все более значимым

Сегодня мы живем в эпоху изобилия, созданную левополушарным мышлением. Почему?

Чтобы достичь успеха в Информационную эпоху, вам нужно было накопить много знаний, и самое главное – получить высшее образование. Как только этот вариант стал доступным для всех, все больше и больше людей стали стремиться к этому, по сути, «левополушарному» методу достижения успеха, чтобы стать хорошо оплачиваемыми офисными служащими. Таким образом, Информационная эпоха способствовала экономическому росту и повышению уровня жизни, чем мы все теперь успешно пользуемся.

Однако ситуация меняется. Сегодня правополушарное мышление становится все более важным по многим причинам:

Прежде всего, некоторые способности правополушарного мышления таят в себе огромные преимущества: именно в них заключается умение разрабатывать дизайн, рассказывать истории, соединять детали воедино, умение сопереживать людям, а также чувство беззаботности и одновременно – наполненности жизни. Люди, которые развивают свои способности в этих областях, получают важное конкурентное преимущество в условиях переполненного рынка, особенно с учетом того, что рабочие из стран третьего мира, приезжающие в развитые страны на заработки, все чаще занимают места «белых воротничков».

Но правополушарное мышление имеет значение не только в офисе. Жизнь в эпоху изобилия порождает жажду нематериальных вещей: мы ищем цель и смысл в жизни, и именно правополушарное мышление позволяет людям достигать успеха в таких амбициозных задачах.

Эти стремления являются частью смены эпох, поскольку мы движемся из Информационной эпохи в так называемую Концептуальную эпоху. В эту эпоху ценность будут иметь вовсе не прогрессивные «высокие технологии», а скорее те навыки, которые будут отвечать спросу на «высокую концептуальность» – умение комбинировать несвязанные между собой идеи из различных областей, для того, чтобы совершать неожиданные новые изобретения, а также умение сопереживать другим людям. Растущий спрос на эти вещи можно увидеть в том, что во многих вузах есть курсы по развитию креативности и умению общаться с людьми.

Вы можете заметить, что перемещение в Концептуальную эпоху происходит повсюду: в школах, в офисах, а также в наших сердцах и умах.

Дизайн: в век материального изобилия дизайн стал решающим отличием для большинства современных предприятий

Если вы посмотрите вокруг, вы заметите, что над каждым объектом в вашем поле зрения очень хорошо потрудились дизайнеры – начиная от мебели, на которой вы сидите и, заканчивая одеждой, которой вы носите.

Но что такое хороший дизайн?

В принципе, хороший дизайн сочетает себе практичность с выразительностью. Например, графический дизайнер, работая над брошюрой, будет создавать ее таким образом, чтобы ее легко было читать (практичность) и при этом он будет стремиться передать идеи с помощью образов, а не слов (выразительность).

Умение создавать хороший дизайн требует работы обоих полушарий: левое помогает найти необходимые компоненты для создания практичности, а правое помогает найти креативные

способы добавить выразительности.

Сегодня хороший дизайн важнее, чем когда-либо. Люди сегодня очень хорошо себе представляют, что такое хороший и плохой дизайн. Например, люди сегодня легко различат шрифты Times New Roman и Arial, хотя всего 20 лет назад эту разницу могли заметить только наборщики текстов.

И люди сегодня очень хорошо осознают, насколько важен хороший дизайн:

Например, неудачный дизайн избирательных бюллетеней на выборах в США в 2000 году запутал так много избирателей, что, пожалуй, если бы дизайн был лучше, результаты выборов могли бы быть совершенно другими.

Кроме того, исследования показывают, что улучшение дизайна обстановки в школе может увеличить продуктивность студентов.

Эти тренды говорят о том, что дизайн продуктов стал критически важным аспектом любого бизнеса. Уже недостаточно производить функциональные продукты по разумной цене: клиентам нужен хороший дизайн. Эту тенденцию можно увидеть даже в таких тривиальных объектах, как кухонная утварь: открывалки для бутылок сегодня делают в форме животных, а на ложках могут быть запечатлены чьи-нибудь лица.

Исследования Лондонской школы бизнеса показывают, что каждый процент прибыли, инвестированный в дизайн продукта, увеличивает продажи и прибыль компании в среднем на 3—4%.

Сторителлинг: чтобы достичь успеха, сегодня недостаточно одних фактов. Вы должны уметь рассказывать истории

На протяжении всего развития человечества умение рассказывать истории было неотъемлемой частью этого развития. Мы склонны помнить истории гораздо лучше, чем отдельные факты, кроме того, мы смотрим на нашу жизнь, как на историю: она где-то начинается и разворачивается оттуда в определенном направлении. Когда мы смотрим на жизнь, как на историю, это дает нам чувство цели и смысла.

В Информационную эпоху фактические знания были очень важны: если вы знали больше, чем другие, это позволяло вам выделиться из толпы. Тем не менее, в настоящее время, поскольку мы перебираемся в Концептуальную эпоху, факты становятся легко доступны с помощью Интернета, поэтому знания сегодня менее актуальны.

Вместо этого становится все более важным склонность к историям: способность разместить факты в контексте и подать их в виде истории.

Действительно, в различных областях бизнеса, таких как реклама и консалтинг, умение рассказывать истории является решающим для достижения успеха.

Аналогичным образом способность понимать и рассказывать истории становится все важнее для врачей. В настоящее время многие медицинские школы предлагают своим студентам дополнительные курсы гуманитарных дисциплин, чтобы будущие врачи могли быть более внимательными к историям, которые рассказывают их пациенты.

Умение рассказывать истории стало также ключевым способом для компаний и частных лиц выделять свои товары и услуги из рыночной толпы. Ведь, как уже было сказано, люди воспринимают свои жизни, как истории, поэтому им намного легче воспринимать компанию и продукты, если они рассматривают их как истории, а не как наборы разрозненных фактов.

Существует сейчас даже такое движение, как «организационный сторителлинг», где организации собирают истории от своих сотрудников, чтобы иметь в своем распоряжении реальные человеческие истории, которыми можно поделиться. Например, вместо того, чтобы полагаться исключительно на технические пособия для обучения своих технарей, компания Херох собирает все истории, которые их работники рассказывают о починке машин, и передает эти истории другим людям, чтобы те могли на них учиться.

Этот феномен говорит нам о том, что в Концептуальную эпоху сторителлинг становится как никогда важным.

Симфония: умение соединить части воедино важнее, чем умение разложить их отдельно друг от друга

В прошлом при устройстве на большинство работ ценилась способность приобретать знания. Как правило, это делалось так: бралась большая сложная тема, разбивалась на отдельные части, и люди запоминали отдельные отрывки знаний, из которых состояли эти части. Такой подход также подчеркнут современной системой образования: разобрать и запомнить.

Но сегодня, когда знания доступны (к примеру, в Интернете), больше нет необходимости коллекционировать отдельные факты в памяти. Вместо этого важным становится умение создавать симфонию: то есть комбинировать отдельные элементы и соединять их вместе для того, чтобы сформировать нечто большее – то же самое, что композитор или дирижер делает с музыкой.

Важно это, прежде всего потому, что мы все живем в эпоху разнообразия, и люди, которые сочетают в себе опыт нескольких языков и культур, лучше приспосабливаются к обстоятельствам.

Во-вторых, жизненный цикл нового продукта становится все более коротким: вчерашние инновации завтра станут устаревшим товаром. Это означает, что компании постоянно должны вводить у себя новые инновации, а лучшие инноваторы – это те люди, которые способны соединять несвязанные идеи и мысли, и превращать их во что-то совершенно новое. Например, когда Джордж де Местраль увидел, как семена лопуха застряли в шерсти его собаки благодаря мельчайшим крючкам, которые покрывали их, он понял, что он мог бы

использовать что-то подобное, чтобы соединять материалы вместе. Это привело к изобретению липучки.

Способность создавать симфонию также помогает людям увидеть не отдельные части, а большую картину – именно она способна принести успех и счастье.

Рассмотрим исследование, которое показало, что миллионеры, которые сами всего добились, довольно часто болеют дислексией (избирательное нарушение способности к овладению навыком чтения и письма при сохранении общей способности к обучению – прим. перев.). Показательно это потому, что дислексии испытывают трудности с линейным рассуждением, но преуспевают в представлении масштабной картины – именно эта черта делает их более успешными людьми.

Кроме того, масштабное мышление может быть полезным и в повседневной жизни: оно помогает справиться со стрессом и переживаниями, если вы сможете посмотреть на них как на маленькие элементы большой картины.

Чуткость: компьютеры сегодня берут на себя все больше и больше задач, и способности, присущие только людям – чуткость и внимательность – становятся все более значимыми

Многие задачи, существовавшие в Индустриальную и Информационную эпоху, все больше передаются машинам и компьютерам – например, конвейерная работа или анализ данных.

В связи с этим приятно осознавать, что существуют некоторые задачи, которые компьютеры никогда не смогут выполнять. В то время как любая работа, которая может быть сведена к набору правил и последовательности действий, можно делегировать машинам и компьютерам, задачи, которые требуют более глубокого понимания тонкостей человеческого взаимодействия, более устойчивы к изменениям Концептуальной эпохи.

В первую очередь к таким вещам относится эмпатия или чуткость, которая является очень важной во многих областях.

Возьмем, например, адвокатов: в то время как правовое исследование может быть выполнено с помощью компьютерных алгоритмов или любым, даже начинающим юристом, критически важная часть работы опытного адвоката – умение понять своего клиента и его потребности – является незаменимой.

Врачей тоже не могут полностью заменить компьютеры или роботы, потому что они не умеют сопереживать, а это именно то, чего ждут пациенты от своих докторов. На самом деле эмпатия давно уже признана неотъемлемой составляющей процесса лечения.

Эмпатия важна не только в профессиональной сфере, но и в целом необходима для того, чтобы понимать других. Эмпатия – это универсальный язык, и исследования показали, что коммуникация в этом случае происходит путем понимаемых в любой точке мира выражений лица. Кроме того, способность к эмпатии поддерживает и дает возможность развития других способностей, таких как дизайн и сторителлинг, так как она помогает нам взглянуть на вещи с точки зрения другого человека.

Хорошая новость в том, что стать более чутким может любой человек. Например, студенты Стэнфордской школы бизнеса уже посещают занятия по «межличностной динамике». Аналогичным образом люди из правительственных учреждений, таких как ФБР и ЦРУ проходят подготовку по чтению и использованию мимики – языка эмпатии.

Игра: беззаботность будет играть все более важную и благотворную роль, как на работе, так и вне ее

Возможно, вы слышали, что нельзя смешивать бизнес с удовольствием, или работу – с игрой. Но сегодня внедрение элементов игры, то есть юмора и беззаботности, во всех сферах жизни является не только распространенной, но и необходимой практикой.

Чтобы понять, насколько распространенными являются сегодня элементы игры, рассмотрим огромную индустрию, выросшую вокруг видеоигр. Игры теперь являются неотъемлемой частью жизни молодых американцев, ибо половина населения старше шести лет сегодня играет в видеоигры.

Эта повышенная тенденция принесла с собой некоторые положительные последствия. Исследования показали, что видеоигры могут способствовать развитию навыков, жизненно важных в Концептуальной эпохе. Например, самые популярные видеоигры – это ролевые игры (например, симуляторы), и они могут помочь улучшить способности игроков к сопереживанию.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.