

ЛИДЕРСКИЙ ПОДКАСТ

КРЕГА ГРОШЕЛА



ВЫСОКОЭФФЕКТИВНЫЕ ПРИВЫЧКИ ДЛЯ УСПЕШНЫХ ЛИДЕРОВ

ЗАМЕТКИ К ВЫПУСКУ

Спасибо за Ваше внимание к *Лидерскому подкасту Крега Грошела!*

В этот раз мы запускаем новую серию из трех выпусков, которые помогут выработать привычки, формирующие Вашу личность и стиль лидерства.

“Покажите свои ежедневные привычки – и я расскажу Вам о Ваших перспективах” – *Джон Максвелл*

Ваши привычки имеют огромное значение

Именно они определяют Ваш лидерский потенциал.

Ведь, по сути, каждый из нас уподобляется тому, что постоянно повторяет.

Это также имеет большое влияние на членов Вашей команды. Если прилагаете усилия Вы, будут стараться и они. Начнёте работать спустя рукава – это неизбежно отразится на остальных.

“Потенциал Вашего лидерства – это точное отражение качества Ваших привычек” – *Крег Грошел*

Частично эта серия выпусков была вдохновлена несколькими хорошими книгами:

- **«Власть привычки»**, Чарльз Дахигг (The Power of Habit by Charles Duhigg);
- **«Накопительный эффект»**, Даррен Харди (The Compound Effect by Darren Hardy);
- **«Атомные привычки»**, Джеймс Клир (Atomic Habits by James Clear).

Не гоняйтесь за «супер-привычками»

Многие думают, что существуют какие-то серьезные, сложные и трудновыполнимые вещи (назовем их «супер-привычками»), способные превратить Вас в сильного лидера. Но **это невероятно далеко от истины.**

Как правило, большие достижения являются результатом маленьких, но мудрых и регулярных поступков.

Даже самые успешные люди не умеют абсолютно всего. Обычно они просто очень дисциплинированы и верны целому ряду хороших правил.

“Успешные люди постоянны в том,
что другие делают только время от времени” – *Крег Грошел*

Хорошая новость – все мы хотим расти и развиваться.

Вы наверняка уже поставили перед собой какие-то цели и решили, что 2022-й будет лучше, чем предыдущие годы.

Плохая новость – 92% новогодних обещаний обычно остаются пустыми словами.

Но почему так происходит? И как перейти от благих намерений к конкретным переменам?

Вот три причины, которые мешают нам воплотить свои замыслы в жизнь:

1. Мы фокусируемся на вопросе «Что нужно сделать?», но не понимаем «Как?»

Многие лидеры тратят свои силы на разговоры о далеких мечтах, но при этом упускают из виду, как именно будут их реализовывать.

Но посмотрите, что говорит об этом Джеймс Клир: «К успеху приводят не цели. К успеху приводят системы».

“К успеху приводят не цели. К успеху приводят системы”
– *Джеймс Клир*

Задача лидера – не просто устремляться к результату. Сфокусируйтесь на изменении систем, которые должны его обеспечить!

2. Мы не видим достаточно быстрого прогресса.

Приучая себя к новым привычкам, люди очень редко получают мгновенную отдачу. А потому могут прийти к неверным выводам:

1. Маленькие мудрые решения не имеют большого значения;
2. Маленькие немудрые решения тоже ни на что не влияют.

Обе мысли являются чрезвычайно опасными. Ведь наша жизнь и лидерство – это сумма всех принятых нами решений.

Даже если Вы придерживаетесь правильных привычек, но не видите немедленного воздаяния, не спешите сдаваться. Именно то, чего пока никто не замечает, и приводит нас к итогам, которых все желают.

“Именно то, чего никто не замечает, приводит нас к итогам, которых все желают” – *Крег Грошел*

3. Нашему успеху мешает негативный взгляд на самих себя.

У каждого из нас есть какие-то комплексы. Однако очень важно не попасть в «порочный круг», в котором нездоровое отношение к самому себе приводит к появлению немудрых привычек, а затем эти привычки еще больше занижают нашу самооценку.

Наше поведение берёт начало из нашей идентичности. Поэтому сосредоточьтесь не на том, чего Вам нужно достичь, а на том, каким следует стать.

Например, Вы можете увидеть себя...

- лидером, который любит людей;
- лидером, который развивает других лидеров;
- лидером, который является примером честности и порядочности;
- лидером, чья дисциплинированность вызывает у других восхищение и уважение.

Вы также можете выйти за рамки одной сферы и решить, что хотите быть верным супругом, или, если сражаетесь с зависимостью, поставить перед собой цель начать трезвую жизнь.

Такой подход поможет запустить в действие новый цикл, в котором здоровое отношение к себе приведёт к позитивным привычкам, а затем эти привычки еще больше утвердят Вас в здоровом самовосприятии.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Выполните упражнение, которое поможет Вам закрепить пройденный материал:

1. Какие хорошие, хоть и малозаметные, привычки Вам следует и дальше развивать, чтобы в конце концов увидеть их плоды? Какие плохие мелкие привычки нужно вовремя остановить, пока они не превратились в более существенные?

2. Ответьте на вопрос: «Каким лидером Вы себя видите?», сформулировав три лидерских провозглашения в стиле «Я являюсь...»

1. Я являюсь...

2. Я являюсь...

3. Я являюсь...

В следующем выпуске

Мы планируем ответить на вопрос: «Исходя из того, кем Вы хотите стать, какую одну конкретную привычку Вам нужно в себе выработать?»