



Реваз Шулайя

руководитель образовательного
направления «Управление и лидерство»
Высшей школы государственных
и муниципальных служащих при КФУ

«Быть успешными нам мешают только собственные запреты»

Мы живем в эпоху знаний. Чтобы быть конкурентоспособным, востребованным, успешным, нужно постоянно пополнять, обновлять свой не только интеллектуальный, но и мировоззренческий багаж – это необходимо, чтобы всегда быть в тренде, действовать в соответствии с меняющейся действительностью, вырабатывать актуальные решения. Но чтобы оперативно реагировать на внешние изменения, человеку нужно обладать внутренней гибкостью. Ею, к сожалению, обладает далеко не каждый, однако помочь ее обрести могут тренинги личностного роста.

С самого рождения, в процессе воспитания человек воспринимает какие-либо ограничения, слышит разнообразные запреты. В ребенке вырабатываются жесткие установки: когда ты делаешь так – ты хороший, а когда вот так – ты плохой. Эти установки «живут» с человеком и «работают» всю его жизнь. Итог – будучи уже взрослым, человек не способен принять определенные решения, совершить какие-то действия. И зачастую он не может понять причину своей неуспешности, между тем как эта причина – в нем самом, в установках, заложенных еще в детстве. Согласитесь, многим приходилось слышать от родителей – «не делай этого», «ты не сможешь», «у тебя не получится», «так поступать нельзя», «я запрещаю»... Во взрослой, самостоятельной жизни человек хочет быть успешным и эффективным, однако запреты и догмы, которыми он бывает буквально напичкан, мешают ему выйти за рамки узкого мировосприятия, обрести внутреннюю гибкость, а значит, принимать смелые и нестандартные решения, видеть ситуацию объективно, без привязки к стереотипам и собственным убеждениям, продуцировать яркие и успешные идеи, сохранять внутреннее равновесие, мудрость и гармонию, что тоже немаловажно.

Поэтому первый этап тренингов личностного роста в Высшей школе государственных и муниципальных служащих при КФУ – помочь человеку понять, какие внутренние ограничения у него существуют. Осведомленность о них, их осознание – это уже половина решения. Определенный круг проблем уходит уже на этом этапе, человек становится более жизнерадостным, свободным, уверенным в себе и своих потенциях. Если есть потребность и запрос, после этого может последовать второй этап тренинга – более глубокий, в процессе которого обнаруживаются внутренние проблемы, не осознаваемые человеком или благополучно им забытые (сознание часто вытесняет то, что ему «помнить» неприят-

но). С помощью специальных техник, вплоть до гипноза, можно вернуть человека в те ситуации, которые стали некой точкой бифуркации, определившей его дальнейшее внутреннее развитие, его взгляды на действительность, мнение о самом себе. И не только вернуть, но даже и исправить эти ситуации, взглянуть на них и на себя в них иначе, понять их с высоты времени и опыта. Самостоятельно человек этого сделать не может. Мы настолько привыкаем к самим себе, что не можем посмотреть на себя непредвзято, со стороны. А кто-то, даже осознавая проблему, предпочитает смириться с ней, нежели что-то менять. Люди ведь часто боятся нового, перемен, даже если они назрели, необходимы и будут к лучшему.

Между тем, каждый человек может быть успешным. Психологи утверждают, что возможности человека вообще практически безграничны. Проводился даже такой эксперимент: человека закрывали в комнате без окон, без часов и давали возможность заниматься тем, что ему нравится. Человек, увлеченный занятиями, не ведая времени, не спал неделю – ему просто не хотелось! Зато когда ему об этом сказали, он проспал двое суток. Так что усталость – это, скорее, состояние ума. Мы думаем, что устали. Мы думаем, что нам плохо. Мы думаем, что у нас есть проблемы, между тем как это всего лишь наше восприятие определенной ситуации.

В человеке нет «ненужных» ресурсов. Просто каждый ресурс нужно грамотно использовать, в нужное время и в нужном месте. Вот, к примеру, умение кричать – это хорошо или плохо? Это зависит от того, как вы его применяете. В одной ситуации оно может спасти вам жизнь, а в другой – испортить отношения с близкими людьми. Или страх – он может быть сковывающим фактором или предостерегающим от опасности, в зависимости от того, довлеет ли страх над вами или вы управляете им. Научить знанию о своих ресурсах, обеспечить доступ к ним, обучить ими правильно пользоваться – вот цель тренингов личностного роста в ВШГМУ. И если она достигнута, как результат мы имеем реально эффективного и успешного человека – не только по жизни, но и в профессии. Внутренне свободный человек способен принимать продуктивные решения, вырабатывать свежие идеи и не бояться воплощать их в жизнь – страх его уже не парализует, а наоборот, мобилизует. А это – пролистайте книги из серии «Жизнь замечательных людей»! – одно из главных условий успешности.

Высшая школа государственного и муниципального управления
Казанского (Приволжского) федерального университета
РТ, г. Казань, ул. Кремлевская, д. 35, Тел.: 233-72-47, 233-72-63.