

ПроРеальность»»

Школа личной эффективности

Ты можешь больше

www.prorealnost.com

Николай Воробьёв

17 шагов

которые тебе необходимо сделать
чтобы достичь крутых целей

prorealnost.com

2015

Николай Воробьёв

17 шагов

которые тебе необходимо сделать
чтобы достичь крутых целей

Санкт-Петербург
ПроРеальность
2015

Николай Воробьёв



Тренер личностного роста, тренер по отношениям, сертифицированный Практик и Мастер НЛП.

- Ведущий тренер компании [ПроРеальность](#)
- Автор 4 книг и 15 тренингов об отношениях, мотивации, уверенности, бизнесе, продажах и личной эффективности
- Провёл тренинги более чем в 20 городах России и Европы
- Ведущий и тренер в 4 телевизионных и радио шоу об отношениях и личной эффективности
- Владелец 4 компаний
- Тренер и коуч с 12-летним опытом
- В настоящее время проводит тренинги личной эффективности и персональный коучинг, готовит тренеров

Об этой инструкции

Привет! Меня зовут Николай Воробьев и я специалист по достижению прорывных результатов.

Я рад, что ты читаешь эту книгу.

Сразу хочу сказать, что ты получишь не «попсовые советы из интернета» или философские изречения. Каждый шаг в этой инструкции выстрадан кровью, потом и слезами — моими, Николая Воробьева, и тысяч моих учеников и моей командой.

Каждый раз, когда я проваливаюсь, я смотрю сюда. И нахожу причину — тот шаг, который я забыл. Каждый раз, когда я достигаю успеха, причина одна — я выполнил все шаги.

Не верь мне на слово! Проверь прямо сейчас. Вспомни ситуацию из своей жизни, когда ты потерпел неудачу. Когда ты будешь читать инструкцию, ты точно найдёшь тот шаг, который упустил. Вспомни успех. Готов спорить, ты выполнил все шаги.

Как пользоваться инструкцией

Проход 1.

Бумага и ручка. Прочитал шаг — написал примеры из своей жизни. Ответь на вопрос: как это отражает мою жизнь. Это важно, сделай это обязательно.

Проход 2.

Распечатай и повесь на стену. Если даже ты просто будешь смотреть на эти шаги каждый день, то ты уже никогда не сможешь сказать «я не знаю, почему у меня не получилось».

1. Выбери и запиши цель

Человек без цели — как какашка в проруби. Куда ветер подует, туда он и поплывёт.

Человек с целью — как парусник, у которого есть паруса, компас, команда и капитан, который вместе с командой двигается вперёд. Он, возможно, встречается с трудностями, но он точно знает, куда плывёт, и не повернёт назад.

2. Будь готов меняться

Ты мелковат для своей цели. Если нет — значит, цель мелковата.

Чтобы её достичь, тебе придётся вырасти.
Перешагнуть через свои жертвячки, через свою
слабину, через «не могу» и желание сдохнуть.

Ты либо останешься таким как есть, либо вырастешь
и достигнешь. Выбери, что для тебя важнее —
«оставаться собой» или получить результат.

3. Сними корону

Первый шаг к изменениям — это признать, что они нужны. Что ты на самом деле не так крут, как твоя цель. Ты — слабак. Тебе нужно учиться и расти, для того, чтобы достичь её.

Это самый неприятный шаг, предупреждаю тебя. Но — либо у тебя корона и ты в заднице, либо ты без короны и у тебя результаты.

4. Будь целесообразным

Каждый твой шаг должен вести к цели. Каждая цель — к большей цели. Если этого нет, ты — какашка в проруби.

Ради чего ты живёшь сегодняшний день? Ответ — твоя цель. Этот год? — твоя цель. Эту жизнь — твоя цель.

Ради чего ты сейчас читаешь этот текст?

5. Убеждай

Тебе потребуются яйца. Вовлекай и не сдавайся.

Может быть, тебе будут говорить, что цель — хрень, или не получится у тебя ничего. Выслушай. И переубеди.

6. Собирай команду

Лучше есть торт всем вместе, чем дерьмо в одиночку.

Найди тех людей, которые будут хотеть и достигать твою цель вместе с тобой. Если цель совсем личная, типа хочу квартиру, найди себе женщину. Если ты сама женщина — найди мужчину.

Вовлекай в свою цель! Глаза должны гореть у всех.

7. Действуй

Единственная причина того, что у тебя нет результата — это то, что ты не сделал то, что надо было.

Только действие приводит к результату.

Если ты из тех, кто не начинает делать, пока не будет знать, как — то у меня для тебя плохие новости. Придётся от этого принципа отказаться.

Сделай как угодно. Получи результат. Если приблизился к цели — сделай ещё раз. Если нет — сделай по-другому.

8. Не оправдывайся

Никогда не пытайся спрятаться за причиной. На вопрос «почему нет результата» ты отвечаешь не «почему нет результата», а где ты его возьмёшь.

Когда ты говоришь причину — ты расслабляешься. «Ну вот, есть объективная причина, Я тут не причём». Гон! Я — лох. Сейчас возьму и сделаю. Когда получу результат — перестану быть лохом.

Не выкатывай причину, почему у тебя не получилось. Не пытайся что-то объяснять. Всем плевать. Говори, что ты будешь делать дальше.

9. Не сдавайся

Вокруг столько придурков, которые считают, что у тебя не получится.

Покажи им. Пусть выкусят.

10. Полюби себя большого

Представь, что ты достиг свою цель.

Что ты чувствуешь? Что ощущаешь? Какие люди тебя окружают? Что они говорят тебе? Как изменилась твоя жизнь? Какой она стала? Вспомни, какие решения ты принимал на пути к своей цели, которые привели тебя сюда.

Запомни этого человека — Победителя. Каково это ощущать, что ты — победитель? Относись к нему как к любимому человеку.

Как относятся к любимым?

Его пока нет рядом, но вы скоро обязательно встретитесь. И ты сделаешь всё возможное, чтобы вы встретились как можно скорее.

11. Перестань жалеть себя маленького

Какой ты сейчас? Маленький и слабый? Ноешь?
Оправдываешься? Сдаёшься?

Перестань позволять себе быть маленьким. Баста.
Хватит. Ныть больше нельзя.

12. Отложи нытьё на ПОТОМ

Если ты уж очень дорожишь своим нытьём, сомнениями и страхами — отложи их на потом. Заведи список, куда записывай поводы попереживать и дать слабину.

И не давай себе такой роскоши. Сейчас — некогда.

Когда ты переедешь в квартиру своей мечты, то сразу откроешь этот список и будешь неделю страдать всё, что не выстрадал.

Я серьёзно. Это то, что мощно поможет тебе. У меня есть такой список.

13. Ставь сроки

У каждой задачи, которую ты делаешь сам, или поручаешь кому-то, должен быть срок. Даже если ты попросил маму погладить тебе трусы. Должен быть срок. Хотя бы у тебя в голове.

14. Проговаривай сроки

Когда договорился, ты должен услышать ответ — да, я сделаю вот это вот тогда-то. Иначе ждать бесполезно. Потом будешь обижаться, а он просто не услышал, или не придавал значения потому что решил, что для тебя это не очень-то важно.

А тебе в школу идти без трусов.

Спроси: То есть, я могу рассчитывать, что ты завтра мне позвонишь?

15. Будь требовательным

Если срок сорван, не спускай на тормозах. Требуй и добивайся. Люди вокруг должны держать слово, данное тебе.

16. Держи слово

Ты не можешь требовать от других того, чему не соответствуешь сам. Держи слово. Всегда. Точка.

Даже если ты не сказал «клянусь невинностью своего хомячка», а просто сказал «окей, наберу вечером». Это слово. Держи его.

Ты стоишь ровно столько, сколько стоит твоё слово.

17. Давай слово

Никаких «я попробую», «я постараюсь» и «может быть».

Да, я это сделаю!

Обещай то, что можешь сделать. Выполняй больше.
Превосходи ожидания.

Когда ты превосходишь ожидания — за тобой хочется идти.

Секретный 18 шаг — Найди наставника

Спортсмены не тренируются без тренера.

Тебе нужен человек, который будет тебя поддерживать, помогать и мотивировать, если ты будешь сдаваться.

Чем более сильный будет у тебя наставник, тем более крутые будут у тебя результаты. Ты можешь попросить соседа, но результаты будут соответствующие.

Даже если ты уже крут — найди себе наставника круче себя. Он будет двигать тебя вперед.

Я готов тебя поддержать в достижении твоих целей на практике.

Основная проблема, почему люди не достигают своих целей, потому что люди сдаются.

Некоторые сдаются еще даже не начав двигаться — у меня не получится, я не справлюсь, это слишком сложно для меня.

Но чаще люди сдаются уже в процессе пути — опускаются руки, нет мотивации, не могу преодолеть трудности, обстоятельства сильнее меня.

И так всю жизнь...

Как же стать человеком, который достигает своих целей и которому плевать на обстоятельства?

Я подготовил для тебя программу из 60 дней. И на этом тренинге мы будем с тобой достигать твоих целей.

Это тренинг, который называется «Победитель» — как тебе стать человеком, который достигает своих целей.

Ты станешь человеком, который дойдет до своих целей и ничего тебя не остановит. У обстоятельств не будет вариантов.

На этом тренинге ты

Выберешь 3 прорывные цели — такие, ради которых тебе придется хорошенько вырасти. И результат будет такой, что тебе будет хотеться им похвастаться.

Это будут цели в разных областях твоей жизни. Ты будешь растягиваться во все стороны сразу.

Я буду из тебя делать человека, которому плевать на обстоятельства.

Этот тренинг заставит тебя перешагнуть через себя. Побороть все свои страхи, препятствия, обстоятельства и достичь своих целей.

Если у тебя есть вопросы:
а моя ли это цель
не знаю, чего хочу
не брошу ли я на пол дороги

Мы разберемся с выбором цели на самом первом занятии. Ты выберешь такие цели, за которые тебе захочется бороться.

Регулярно ты будешь получать от меня заряд мотивации.

Каждый день ты будешь делать шаги по направлению к своей цели.

Каждый вечер ты пишешь отчет о своих результатах и присылаешь его своему куратору.

Помимо результатов у тебя будут неудачи. Этот тот момент, когда тебе и нужен наставник. И когда ты споткнешься, что ты будешь делать с этим дальше?

Так вот, на этом тренинге я буду для тебя, для того, чтобы подхватить тебя, и все твои жалобы, немогушки, неполучашки, отмазки будут уничтожены.

Я уничтожаю твои слабые места. По каждому слабому месту я дам тебе индивидуальное задание, чтобы развить это место и сделать его сильным.

Формат проведения тренинга

Ты получаешь видео уроки с подробным разбором тем и конкретными домашними заданиями.

Ежедневно ты пишешь отчет.

Регулярно тебя будет поддерживать профессиональный куратор.

Я регулярно отвечаю на твои вопросы.

Варианты участия

Если ты хочешь, чтобы я курировал тебя лично — для этого есть VIP-участие.

Вариант «С куратором» — тебя будет поддерживать и курировать специалист, которого я лично готовил.

[Кликай, чтобы записаться на тренинг «Победитель»](http://soedinennost.com/pobeditel/)
<http://soedinennost.com/pobeditel/>

Если у тебя останутся вопросы, нажимай кнопку «Заказать» и мои сотрудники с тобой свяжутся и ответят на них.

Послесловие

Я желаю тебе ярких успехов, которыми ты будешь гордиться.

Верю, что ты способен на гораздо большее, и готов тебе это доказать!

До встречи на тренинге.

Главный тренер компании ПроРеальность
Николай Воробьев