

КАК

ПЕРЕСТАТЬ

БОЯТЬСЯ



И НАЧАТЬ ДЕЛАТЬ

Выпускай свинью в мир. Как перестать бояться и начать делать.

Я много работаю со стартаперами, которые только начинают свой бизнес. А также с бизнесменами, у которых уже есть свое дело, но они хотят его переформатировать, провести апгрейд, или вообще открыть что-то новое, со студентами - будущими ивентщиками и организаторами мероприятий. В процессе работы, общения, тренингов я поняла: есть 2 основные трудности, которые тормозят людей на пути роста и развития. И если их устранить, проработать, то происходит мощный прорыв в карьере, личной жизни, бизнесе, общении.

Враг номер один – перфекционизм. Желание все довести до идеала и совершенства. Либо делать супер, либо никак, говорим мы себе, и откладываем задумку до лучших времен. Перфекционизм шепчет: «У тебя не хватит денег», «Куда лезешь, ты неопытный», «Без сильной команды тебе не справиться», «Тут нужны другие, серьезные ресурсы», «Сейчас неподходящий момент».

Да, сомневаться в себе, в своих силах – это нормально. Только единицы бросаются в неизведанное очертя голову. Остальные люди долго думают, взвешивают, решаются. Но если сомнения постоянно тормозят вас на пути к мечте, с ними нужно работать.

### **Первое, что нужно сделать – признать проблему.**

Скажите: «Это я запрещаю себе делать новое. Это я жду каких-то идеальных условий для начинания. Это я сам душу на корню все свои задумки».

Нет никаких идеальных условий и никогда не будет. Нет никакого человека, который вдруг возникнет и позовет вас за собой. Не найдутся сами собой, из ниоткуда, ресурсы и команда. Не надо никого и ничего ждать. Самое лучшее для начинания время – сегодня. Самый нужный для начинания человек – это вы. Самые нужные для начинания ресурсы – те, что есть у вас на руках прямо сейчас.

Говорите себе: Я сам отвечаю за свое дело. Это МОЯ ответственность, МОЯ дисциплина.

### **Второе, что нужно сделать – отвязаться от себя.**

Перестаньте все время себя ковырять, критиковать и ругать за любой мелкий промах, за каждую ошибку. Ошибки – это ступеньки, по которым мы идем вверх, это уроки, которые мы проходим, чтобы стать лучше. В мире нет человека, который добился серьезных результатов, при этом ни разу не оступился, не набил шишек и не получил граблями по лбу.

Позвольте себе быть неидеальными.

Да, это трудно, потому что вокруг много людей, создающих идеальную картинку идеальной жизни. Там, на картинках - красивые люди в белых одеждах, на фоне морского пейзажа едят красивую еду в красивом доме, принимают красивые позы и производят красивое впечатление. И все вокруг ахают, восторгаются и умиляются. Но как правило за этой красивой картинкой – много работы, беготни, переговоров и бессонных ночей. А самый успешный человек тоже иногда устаёт, плачет, злится, болеет, плохо выглядит и совершает ошибки. Если мы промотаем вниз Instagram-ленту самого успешного блогера, то увидим, что он начинал с самого простого.

Снимал видео на смартфон, без профессионального света и звука, без денег и спонсоров. Все это приходит со временем.

Больше ста лет назад американский писатель Элберт Хаббард сказал: «Самая большая наша ошибка - страх совершить ошибку».

Поэтому, если хотите что-то начать, запустить, открыть, просто начните это делать там, где вы есть, с теми ресурсами и людьми, которые есть на данный момент.

Представьте работу гончара. В его руках – бесформенный кусок глины, из которого он постепенно начинает лепить подобие сосуда. Оглаживает руками, придает форму, убирает лишнее, сушит в печи, украшает узором. Так и вы, день за днем придаете вашей мечте форму, сначала грубую, потом более изящную. Изучаете материал, пробуете так и эдак, советуетесь с профессионалами, убираете лишнее, ошибаетесь, выбрасываете испорченные,



не получившиеся изделия... и однажды видите результат, который вам нравится. Так, шаг за шагом мы идем к своей цели. Этим шагам будет очень много, иногда мы шагаем всю жизнь. Поворачиваем, сбиваемся с пути, возвращаемся назад, поднимаемся и спускаемся, иногда останавливаемся отдохнуть, но лишь для того, чтобы набраться сил и пойти дальше. Японцы говорят: «Чтобы прийти быстрее, выбирай самую дальнюю дорогу», русская поговорка гласит: «Тише едешь, дальше будешь». Идите не спеша, внимательно глядя по сторонам, замечая все важное и нужное, и вы обязательно окажетесь там, где хотели. А если и собьетесь с пути, то получите неожиданный и полезный опыт.

**Что еще может удержать вас от первого шага?**

### **Мнение окружающих**

Перфекционист всегда ищет одобрения окружающих. Ему нужно получить пятерку, красный диплом, обязательную похвалу. В психологии это называют «социальное поглаживание». Без этой «конфетки» перфекционист не хочет идти дальше. Ему надо, чтобы все вокруг одобрили то, что он делает или собирается делать.

А если не одобряют? Точнее не так. Скорее всего, не одобряют. Большинство людей мыслит традиционно, боится всего нового и необычного. Они будут вас отговаривать, пугать, разубеждать. И что делать? Стоять на месте и ждать, пока разрешат идти?

Мой совет таков: если вы уже настроились, если готовы к переменам, равняйтесь на тех, кто уже решился и идет своей дорогой. На тех, кто добился результатов, кто вдохновляет вас своим примером, смелостью, силой воли. С ними вам по пути. Только эти люди прошли через похожие трудности. Они помогут советом, успокоят, расскажут про подводные камни и подбодрят.

