

ЕСЛИ У ВАС НЕТ ПЕРСОНАЛЬНОЙ СТРАТЕГИИ,
ВСЯ ЖИЗНЬ ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ЦЕПЬ
СЛУЧАЙНЫХ СОБЫТИЙ

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ЭААИСОНРИММ

СПЛАНИРУЙ МЕЧТУ!

ДЕЛАЙ, ЧТО ЛЮБИШЬ,
ПЛАНИРУЙ, ЧТО ДЕЛАЕШЬ

БОМБОРА™

Москва 2019

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

УДК 159.92
ББК 88.52
P51

Allison Rimm
THE JOY OF STRATEGY:
A BUSINESS PLAN FOR LIFE

Copyright © 2013 by Allison Rimm. First published by Bibliomotion, Inc.,
Brookline, Massachusetts, USA. This translation is published by
arrangement with Bibliomotion, Inc.

Перевод *Кариньы Бушоу*
Художественное оформление *Петра Петрова*

Римм, Эллисон.
P51 Спланируй мечту: делай то, что любишь, планируй то, что
делаешь / Эллисон Римм ; [пер. с англ. К. Бушоу]. — Москва :
Эксмо, 2019. — 272 с. : ил. — (Книги-драйверы).

ISBN 978-5-699-70514-6

Жизнь — это чистый лист. Мы можем пустить все на самотек и позво-
лить ветру перемен смять его. Или же день за днем, шаг за шагом, терпеливо
загибать углы, аккуратно проглаживать грани и любоваться удивительной
трансформацией. Рождением прекрасной формы из пустоты. Эллисон Римм,
тренер по стратегическому планированию, убеждена: достижение значимой
и часто ускользающей цели не происходит само собой, оно нуждается в стра-
тегии. Как и любой серьезной компании, успешному человеку нужен четкий
и ясный бизнес-план. Бизнес-план собственной жизни. Авторская методика
Римм состоит из восьми простых шагов и подойдет всем, кто устал от хаоса
или неопределенности и хочет спланировать собственный успех.

УДК 159.92
ББК 88.52

ISBN 978-5-699-70514-6 © Бушоу К.И., перевод на русский язык, 2018
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ОТЗЫВЫ О КНИГЕ И ЭЛЛИСОН РИММ

«16-летний опыт совершенствования Общеклинической больницы штата Массачусетс убедил тренера по стратегическому планированию и менеджменту Эллисон Римм в том, что достичь личного счастья не так трудно, как кажется. Мы можем дать себе толчок на пути к личному и карьерному удовлетворению, разработав бизнес-план своей жизни, процесс, включающий постановку основополагающих ценностей, определение целей и стратегии для их достижения. В своей книге Римм помогает читателю освободиться от бездействия, выбирая задачи, вмещающие его интересы и таланты, воображая то, как будет выглядеть успех, преодолевая препятствия, анализируя сильные и слабые стороны и извлекая максимум из нашего самого ценного ресурса – времени. Советы подкреплены доступными и вдохновляющими упражнениями, помогающими читателю определить, что для него по-настоящему важно. При том, что предмет обсуждения не нов, книга заставляет перемены казаться действительно достижимыми. Читатели, ощущающие себя зашедшими в своих жизнях в тупик, найдут оптимизм Римм заразительным: «Жизнь – это бурное, удивительное приключение, и никогда не знаете, что ждет за следующим поворотом... Придерживайся своих планов, покуда они продолжают направлять к желаемым результатам... Приятного путешествия, и оставайся на связи».

Publishers Weekly

«Это фантастический путеводитель по жизни: хорошо задуманный, прекрасно написанный, полный чудесных примеров и вдохновляющих посланий. Римм вливает в книгу кредо своей собственной жизни: громко смеяться, крепко любить и подпитывать себя пищей для ума. Эта книга – настоящий бальзам на душу».

Сюзанн Бейтс,
первый руководитель
«Bates Communications, Inc.»,
автор бестселлера «*Говорите как первый
руководитель. Секреты привлечения
внимания и достижения результатов*»

«Одна из труднейших задач научного сообщества – это овладение необходимым искусством наставничества. Эта книга не только предоставляет понимание и инструменты для развития экстраординарных

талантов наших молодых профессионалов; она демонстрирует начальникам, как быть управленцем. Эта книга должна быть обязательна к прочтению для организаций, желающих полностью раскрыть свой потенциал».

Гарри Готтлиб,
доктор медицины, магистр делового
администрирования, президент и первый
руководитель «Partners HealthCare»

«Я был удостоен чести наблюдать Эллисон Римм в действии. В очень понятной и эффективной манере она объясняет, *почему* важно развить персональную стратегию и *как* это сделать. Эту книгу необходимо прочитать любому, кто хочет увеличить свою индивидуальную эффективность и в сфере работы, и в личной жизни».

Джеймс И. Кэш, Джеймс Е. Робинсон
профессоры делового администрирования,
Гарвардская школа бизнеса

«Это чудесная и практичная книга, основанная на простом замысле: работа – лишь часть нашей жизни; карьера и жизнь должны приносить радость. Вы обнаружите здесь множество стратегий, позволяющих обрести эту радость».

Лоуренс Фиш,
председатель корпорации
«Houghton Mifflin Harcourt»

«Имея подготовку в сфере стратегического планирования, я подошел к книге очень скептически, но первые же страницы меня захватили и убедили в важности персонального стратегического плана. Истории автора и тонкий юмор оживляют ее подход к стратегии и делают книгу приятной для чтения. Ее идеи просвещают и имеют твердую основу в практике. Ее обещание способности «сосредоточиваться на том, что имеет наибольшее значение, и прилагать ваши время и дарования в той области, в которой они могут принести большую пользу» – веский довод приступить к процессу развития персональной стратегии. Более того, я начал претворять некоторые идеи в жизнь сразу же, как только отложил книгу».

Реймонд В. Джилмартин,
бывший председатель, президент
и первый руководитель компании «Merck»
и внештатный профессор Гарвардской
школы бизнеса

«Составляя восхитительную смесь из техник классического стратегического планирования, инструментов по управлению временем и уникальных упражнений по планированию жизни, эта книга предлагает новый и убедительный метод, который помогает людям, совершающим жизненное преобразование, ищущим способ достичь амбициозной цели или просто зашедшим в тупик в своей карьере. Особый акцент делается на овладении радостью и счастьем в ходе работы. Эллисон претворяет свои идеи в жизнь, приводя убедительные примеры из собственной обширной практики, что делает книгу очень самобытным и полезным руководством для разнообразной аудитории. Эта книга изменит жизни людей!»

Сильвия Р. Браун,
исполнительный вице-президент, заведующая
отделом кадров, «Willis Group», LTD

«Вдохновляющие руководители знают, что их первостепенная роль — создавать и поддерживать здоровую рабочую обстановку. Эта актуальная книга показывает читателю, как применять деловые инструменты и уроки жизни, предоставленные Римм, чтобы быть руководителем своей собственной, уравновешенной и приносящей удовлетворение жизни. Римм щедро делится своим опытом, знаниями и умениями, включив ценные примеры результатов, которых люди добились, применяя ее методики на практике. Ее работа воплощает лидерство в его наилучшем виде. Эта полезная книга изобилует стратегиями, которые помогут каждому, от начинающего руководителя до опытного ветерана, управлять собой и другими наиболее эффективно».

Джанет Ив Эриксон,
врач сестринской практики,
дипломированная медсестра,
член Американской Академии
Среднего Медицинского Образования,
первый заместитель директора по уходу
за больными, старшая медсестра
Общеклинической больницы штата Массачусетс
и соавтор книги «*Fostering Nurse-Led Care:
Professional Practice for the Bedside Leader*»

Моей бабушке ФРАНСЕС ХИРШОН,
объяснившей мне, что на самом деле значит
безоговорочная любовь.

И моей матери, ДЖОСЕЛИН КАПЛАН,
олицетворяющей грацию во время невзгод
и доказывающей, что подлинная мудрость приходит
не из книг, но из осознания того, что действительно
имеет значение, и отдачи этому всего себя.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие Нэнси Дж. Тарбелл, доктора медицины	11
Благодарности	15
Вступление: Что такое стратегический план и зачем он вам нужен?	17
Шаг 1 Задача: Найдите свое предназначение	40
Шаг 2 Видение: Вообразите сладкий аромат (звук, образ и ощущение) успеха	64
Шаг 3 Назовите критические факторы своего успеха	95
Шаг 4 Найдите свою активную точку сильных и слабых сторон, возможностей и угроз (SWOT)	102
Шаг 5 Поставьте цели: ваши шаги к успеху	134
Шаг 6 Проведите анализ временных затрат и эмоций	155
Шаг 7 Выберите успешные стратегии: инструменты, наставляющие на продуктивный путь	179
Шаг 8 Отправляйтесь в путь! Ваш план простого достижения целей	200
Шаг назад Подсказки и инструменты, помогающие вернуться на правильный путь и добиться своего	218

Заключение Как они обрели свое сияние	233
Эпилог Будьте на своем радостном пути	258
Примечания и пояснения	259
Список источников	262
Алфавитный указатель	265
Что дальше?	269

ПРЕДИСЛОВИЕ

НЭНСИ ДЖ. ТАРБЕЛЛ, доктора медицины

Я впервые встретила с Эллисон Римм, когда прибыла в Общеклиническую больницу штата Массачусетс (ОБШМ) в 1997 году в качестве новой начальницы детского онкологического отделения лучевой терапии и директора-учредителя отдела женской карьеры. На протяжении многих лет она вела стратегическое планирование, распространяющееся на всю больницу, вовлекая в дело сотни профессионалов. Эллисон также заведовала кабинетом президента организации и работала в комиссии, создавшей новое отделение, главой которого я была назначена с целью продвижения карьер женского состава ОБШМ. С самого начала я полагалась на ее квалифицированные советы, неизменную поддержку и способность выполнять свою работу в этой сложнейшей организации.

К тому времени, как я приняла участие в инновационном курсе Эллисон «*The Business of Life: Bringing Organization to Souls*» в 2008 году, я уже была профессором в Гарвардской медицинской школе и директором-учредителем только что созданного отдела по развитию профессорского состава. Я нашла свое призвание и наслаждалась приносящей огромное удовлетворение работой по лечению больных раком детей, руководила своим отделением и помогала развивать карьеры следующего поколения врачей и ученых.

Но мне повезло. Я не задумывалась о том, чтобы стать врачом, пока моя подруга по колледжу не увидела что-то во мне и не убедила избрать медицинскую стезю. Именно этот момент

в дружбе привел к тому, что я присоединилась к долгой и обнадеживающей борьбе по лечению больных раком детей.

Не каждому везет иметь такого проницательного и волевого друга. Все мои окружающие — семья, друзья, знакомые — казалось, жонглировали таким количеством обязательств, что были совершенно измотаны, и все же многие из них говорили, что, по их ощущениям, очень немногие из этих занятий имели особое значение в долгосрочной перспективе.

На работе несколько моих коллег и многие члены младшего профессорско-преподавательского состава боролись с различными профессиональными трудностями, одновременно пытаясь иметь семью и оставаться при всем этом вменяемыми. Это особенно касалось представительниц слабого пола, который, несмотря на осторожные успехи, проделанные по части равноправия полов, все же в основном отвечает за уход за детьми и хозяйственную деятельность в дополнение к своим рабочим обязанностям. И в моем сердце, и в описании моей должности родилась необходимость помочь им достичь своих профессиональных целей и обрести нечто похожее на баланс работы и личной жизни.

Курс Эллисон не только предложил всем стратегический каркас для подхода к нашим карьерам и жизням, он дал время, пространство и руководство, чтобы обдумать, что для нас по-настоящему важно, а также подсказки, инструменты и методики, необходимые для совершения успехов в самых важных начинаниях. Но она на этом не остановилась. Она соединила свои умения стратега с душевной мудростью и позволила нам поразмыслить над тем, что приносит нам радость на работе и дома. Это было новшеством в чрезвычайно традиционном мире академической медицины! Но если действительно над этим задуматься, врачи (да и представители любой другой профессии), которые счастливы на работе и обожают свою карьеру, приносят ощущение радости в кабинет при осмотре пациентов. Они приносят его в свои лаборатории, добавляют к своим административным обязанностям и к любым своим начинаниям. И это позитивное отношение подпитывает их способность эффективно справляться со своими многочисленными задачами.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Но это не может произойти само собой. Обретение удовлетворения и возможность реализовать себя требует наличия инструментов и умений, необходимых для расстановки приоритетов, управления временем и преодоления наших собственных привычек, преграждающих путь к достижению целей и получению удовольствия от процесса. На протяжении лет Эллисон делалась хитростями ремесла, которое помогло ей достичь высшей руководящей должности в одной из самых высоко оцениваемых организаций, с сотнями сотрудников и преподавателей, прошедших ее курсы «Business of Life» в ОБШМ. Используя свой сердечный, искренний и отзывчивый подход к обучению четкому управлению собой, а также навыки управления проектами, Эллисон создала обстановку, в которой люди чувствовали, что могут без риска выражать свои глубочайшие профессиональные опасения и карьерные амбиции. А затем они помогали друг другу рассматривать свои трудности, делясь историями из жизни.

Наверное, самый основательный сдвиг в классной комнате произошел, когда эти преподаватели, слушающие курс, воздали себе должное за уже достигнутое и выработали способность проявлять по отношению к себе терпение, сталкиваясь с той или иной трудностью. Было чудесно наблюдать оптимизм (и облегчение!), который они испытывали, когда узнавали о конкретных шагах, которые могли предпринять для достижения желаемых результатов. Хотя я и пожалела, что не подумала о некоторых из этих вещей прежде, я была рада возможности предложить этот опыт нашему преподавательскому составу и быть участницей.

В этой книге Эллисон воссоздала пространство, в котором читатели могут обучиться ее новаторскому подходу, помогающему им думать о своих жизнях и карьерах стратегически. Эта книга удобочитаема, развлекательна и снабжает читателя практичным, достижимым пошаговым руководством по созданию бизнес-плана для его жизни. Эти принципы оживлены историями людей, применивших предложенные методы для решения проблем и достижения своей мечты. На протяжении всего повествования Эллисон удерживает фокус внимания на том, чтобы находить

ПРЕДИСЛОВИЕ

повседневные удовольствия, одновременно работая над долгосрочными целями.

Любой, кто хочет применить свои таланты для достижения чего-то значительного в жизни, должен взять тетрадь, прочитать эту книгу и выполнить приведенные в ней упражнения. А затем – составить план и претворить его в жизнь. Прочтение книги – прекрасный первый шаг.

*ДОКТОР НЭНСИ ДЖ. ТАРБЕЛЛ –
глава академической и клинической работы
и спонсированный Чи-Чиеном Вангом
профессор радиационной терапии в Гарвардской
медицинской школе. Она давняя сторонница
развития преподавательского состава, включая
программы наставничества для младшего
преподавательского состава и общирную работу
в интересах женщин и меньшинств*

БЛАГОДАРНОСТИ

В таком уединенном занятии, как написание книги, удивительно, как много людей внесли свой вклад в создание этой работы. В период творчества мои мысли металась от паники до изумления тем, как мне повезло иметь столько сторонников и единомышленников.

Во-первых, выражаю свою глубочайшую благодарность всем моим друзьям и членам семьи за их любовь, терпение и поддержку. Я должна упомянуть нескольких: Джери Вайсс — мое поразительное альтер эго, а Мэтт Голдман — наш драгоценный соучастник. Альма Берсон служила бесконечным источником отваги. Мейр и Клер Стемпфер устроили несметное количество ужинов, чтобы моя семья никогда не испытывала недостатка в компании и кушаньях.

Я благодарна моим наставляющим и консультирующим клиентам и тысячам людей, посетившим мои лекции и принявшим участие в моих тренингах, семинарах и курсах. Вы научили меня так многому, а ваши достижения вдохновили меня на написание этой книги. Я особенно благодарна тем из вас, чьи истории появляются на этих страницах. Спасибо, что стали примерами для подражания и вдохновили других.

Мне было трудно найти свой писательский стиль, и я не смогла бы обойтись без Луизы Касден и Донны Фразир Глинн. Дженнифер Каплан и Уиллоу Кларк были одни из первых, прочитавших первые главы. Они придали мне мужества показать их другим, а Элен Алфаро подарила мне свое общество в писательском уединении.