

Глава 1

Добро пожаловать в мир нетворкинга

Начните доверять себе, и вы сразу поймете, как надо жить.

Йоганн Вольфганг Гете

Некоторые люди готовы поклясться, что я экстраверт.

Меня такое мнение доводит до белого каления. Я упорно отвергаю подобные обвинения, но на меня обрушивают целый шквал убедительных примеров, доказывающих мою неправоту. «Но вы же зарабатываете на жизнь семинарами, проводите презентации перед огромными группами... Нельзя не заметить, что вам это нравится! К тому же вы умеете общаться с незнакомцами...» И т. д. и т. п.

Очевидно, что у авторов подобных высказываний неверное представление об интровертах. Видимо, эти люди полагают, что интроверт *по определению* не может быть хорошим оратором или нетворкером.

Сейчас мы обсудим, опровергнем и перевернем с ног на голову эти заблуждения.

Предлагаем вашему вниманию руководство по нетворкингу для интровертов, не умеющих завязывать знакомства.

Ваш автор и гид

Людам, которые терпеть не могут нетворкинг, прежде чем ступить на неизведанную территорию, следует удостовериться, что они попали в руки к профессионалу. Позволяет ли моя квалификация вести вас этим сложным путем?

Для начала замечу, несмотря на протесты доброжелателей и скептиков: я, безусловно, интроверт. Я почти всегда зажата и решительно не способна завязывать знакомства. Хорошо провести время в моем понимании — это побыть одной. Перед тем как вступить в контакт с кем-то в реальной жизни, я веду воображаемые беседы. Мне нужно время, чтобы проанализировать те или иные предложения, прежде чем дать ответ, иначе я рискую навлечь на себя неприятности. Мысль о проведении свободного времени в незнакомой компании заставляет меня беспокоиться. Какофония внешних стимулов не волнует меня, а пугает: я легко и естественно подмечаю невербальные сигналы, которые не замечаются другими. Несколько близких друзей предпочитаю большой толпе приятелей.

Все перечисленные особенности моего характера отнюдь не соответствуют моей исключительной энергичности, умению

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

выступать на публике и деловому успеху. Последние же качества никак нельзя приписать интроверту. (Кстати, тему интроверсии я очень подробно исследовала и преподавала в течение пятнадцати лет.)

Я личность типа А*. И я постоянно спешу. Это тоже не имеет отношения к интроверсии.

Теперь приведу несколько примеров черт, которые нетренированному наблюдателю покажутся свойственными экстравертам, но при ближайшем рассмотрении оказывается, что они весьма характерны для интровертов.

Мой любимый вид спорта — бег.

Даже некоторые «эксперты» утверждают, что по определенным причинам интроверты менее активны, чем экстраверты, и медлительны. Чистый вздор! Разве такой вид спорта, как бег, не требует уединения и исключительной концентрации в течение длительного времени? Бегун всю дистанцию может быть погружен в свои мысли. Какой прекрасный спорт для интроверта!

Я провожу две-три презентации в неделю.

Стоп! Эта статистика переворачивает с ног на голову большинство стереотипов об интровертах. Хотя я не люблю говорить о себе, считаю своим долгом сообщить (от лица интровертов всей земли) клиентам, что я интроверт. Эти люди обладают всеми необходимыми качествами для того, чтобы быть прекрасными ораторами. Просто они предпочитают конкретные роли и чувствуют себя комфортнее, управляя обсуждением, нежели участвуя в нем. Многие из них чувствуют себя более непринужденно перед большой аудиторией, чем за светской болтовней на вечеринке.

Мне нравится нетворкинг.

В этой фразе заложена основная мысль книги. Должна признаться, так было не всегда. Я изобрела несколько замечательных методов, которые перевернули для меня мир нетворкинга — иначе стала бы я об этом говорить? Вы тоже постигнете истину, благодаря чему добьетесь превосходных успехов и будете получать

* В 1960-х годах кардиологи из Сан-Франциско Мейер Фридман и Рэй Розенман поделили условно всех людей на два типа: А и Б. Человек типа А торопится, не может спокойно стоять в очередях, не любит опаздывать, ненавидит пробки на дорогах. Человек типа Б нетороплив, спокоен, рассудителен. *Прим. ред.*

удовольствие от этого занятия. Перед вами открывается перспектива стать суперзвездой в приобретении деловых связей.

Думаете, это невозможно? Я докажу вам обратное.

Краткая история интроверта

Многие читатели этой книги интроверты. В процессе социализации они уяснили, что интроверсия — это проблема, недостаток, качество неудачника, которое нужно скрывать и преодолевать.

С юного возраста интроверты получают установку, что они живут в мире экстравертов. *Иди поиграй с другими детьми. Присоединись к игре. Участие в жизни класса — часть образовательного процесса.* На детей, избегающих общества, навешивают ярлык необщительных, вместо того чтобы приветствовать их стремление к независимости.

Интроверсия — врожденная особенность психики, и проявляется она весьма рано. В детстве я просила родителей купить мне игры для самостоятельного времяпрепровождения. Подобная просьба наверняка может побудить некоторых родителей отвести ребенка к детскому психологу. Когда я сама стала матерью, то увидела явные признаки интроверсии в одном из моих сыновей, когда ему исполнилось только три года.

Большая тройка

Интроверты склонны к рефлексии, внимательны и уверены в себе. Эти качества обуславливают следующие ключевые различия между интровертами и экстравертами.

Интроверты думают, чтобы говорить.

Склонны к рефлексии

Интроверты смотрят вглубь.

Погружены в себя

Интроверты заряжаются энергией в одиночестве.

Уверены в себе

Экстраверты говорят, чтобы думать.

Говорливы

Экстраверты мыслят широко.

Открыты

Экстраверты заряжаются энергией в группе.

Общительны

Не торопясь, обдумайте эти три характеристики (*вдумчиво*), глубоко (*сосредоточенно*), в одиночестве (*с уверенностью в себе*). Я подожду.

Независимо от темперамента, используя свои достоинства в разработанных специально для вас методиках, вы будете чувствовать себя в нетворкинге как рыба в воде. Интроверты, экстраверты и *центроверты* (определение впереди!) извлекут пользу из этого руководства.

Я говорила о своих экстрасенсорных способностях? Чувствую: вам уже любопытно, что из всего этого получится. Прямо сейчас...