

Mündəricat

Ön söz.....	6
--------------------	----------

I hissə: Özünüinkişafın təməlinin qoyulması

1. İnkişaf etməyim nə üçün vacibdir?	11
2. Karyeramda necə inkişaf edə bilərəm?.....	27
3. Necə öyrənən olaraq qala bilərəm?.....	39
4. Başqaları mənim inkişafımda hansı rolunu oynayır?....	55

II hissə: Fasiləsiz təkmilləşmə prosesi

5. Vaxtımı və enerjimi haraya yönəltməliyəm?	71
6. Şəxsi inkişafımın önündəki əngəlləri necə aşma bilərəm?	85
7. Təcrübə hansı rol oynayır?.....	101
8. İnkişaf üçün nələrdən keçməyə hazıram?	115

<i>Qeydlər.....</i>	<i>130</i>
---------------------	------------

<i>Müəllif haqqında</i>	<i>133</i>
-------------------------------	------------

ÖN SÖZ

Mən həyatım boyu şəxsi inkişafa çox həvəsli olmuşam. Əslində, son qırx ildə hər ilin inkişaf planını hazırlamışam və həyata keçirmişəm. İnsanlar müdrikliyin yaşla gəldiyini deyirlər. Bunun doğru olduğuna inanmıram. Bəzən yaş təcrübə gətirmir. Özümü daim təkmilləşdirməyə çalışmasaydım, arzularımın heç birinə nail ola bilməzdim. İnkişaf etmək və ola biləcəyiniz ən yaxşı insan olmaq üçün bu yolda prinsipial olmaq lazımdır.

Bununla yanaşı, həyat çətin və mürəkkəbdir. Əksər insanların günü planladığı işləri tamamlanmamışdan daha əvvəl bitir.

Və həyatın hər sahəsində nəticə əldə etmək çox çətinidir. Son otuz ildə əvvəlki beş min illə

müqayisədə daha çox yeni informasiyanın meydana çıxdığını bilirdinizmi? "The New York Times"-in sadəcə bir həftəiçi buraxılışları XVII əsrdə İngiltərədə yaşayan insanların əksəriyyətinin həyatı boyu aldığından daha çox məlumatı əhatə edir.

101 kitabdan ibarət olan bu seriyanı buna görə hazırladıq. Biz liderlik, əlaqələr, münasibətlər, komanda işi və mentorluq kimi mövzularda əsas məqamları seçdik və onları bir oturuşda oxuya biləcəyiniz formata saldıq. Üstəlik, bu 101 kitabı asanlıqla portfelə və ya pul kisəsinə qoyub, vaxt tapdıqca orada-burada oxuya bilərsiniz.

Böyük kitablarımın bir çoxunda mövzu-ya çox dərindən yanaşıram. Çünki inanıram ki, bu, insanlara dəyər verməyin ən yaxşı yoludur. "Özünüinkişaf 101" ("Liderlik") isə fərqlidir. Bu, "təkmilləşmiş kurs" deyil, bir mövzuya giriş məzmunundadır. Ancaq inanıram, bu, həyatınızın müəyyən sahəsində əhəmiyyətli inkişaf üçün sizə kömək edəcək.

I hissə

ÖZÜNÜNKİŞAFIN
TƏMƏLİNİN QOYULMASI

I

İNKİŞAF ETMƏYİM NƏ ÜÇÜN VACİBDİR?

*İnkişaf məqsədli olmalıdır:
heç kim təsadüfən kamilləşmir.*

Şair Robert Brauning yazırdı: "Əgər inkişaf etməyəcəyiksə, dünyada niyə yaşayırıq?" Demək olar, hər kəs razılaşar ki, inkişaf etmək yaxşı bir şeydir, lakin az adam özünü bu işə həsr edir. Niyə? Çünki bu, dəyişmə tələb edir və insanların çoxu dəyişməyə həvəssizdir. Ancaq həqiqət budur ki, dəyişiklik olmadan tərəqqi mümkün deyil. Yazıçı Geyl Şihi iddia edirdi:

"Dəyişməsək, kamilləşmərik. Kamilləşmiriksə, deməli, yaşamırıq. İnkişaf təhlükəsizliyin müvəqqəti olaraq qurban verilməsini tələb edir. Bu, tanış, lakin məhdudlaşdırıcı qəliblərdən, etibarlı, lakin mükafatlandırmayan işlərdən, artıq

inanılmayan dəyərlərdən, öz qüvvəsini itirmiş münasibətlərdən imtina etmək anlamına gəlir". Dostoyevskinin dediyi kimi, "Yeni bir addım atmaq, yeni bir söz söyləmək əksər insanın ən çox qorxduğu şeydir. Əsl qorxunc olan isə bunun tam əksidir".

Dəyişməkdən və kamilləşməkdən yoxsul, ətalətli bir həyat yaşamaq qədər pis bir şey düşünə bilmirəm.

İNKİŞAF BİR SEÇİMDİR

Əksər insanlar dəyişikliyə qarşı mübarizə aparırlar, xüsusən də dəyişikliyin onların özlərinə şəxsi təsiri olduqda. Yazıçı Lev Tolstoyun dediyi kimi, "Hər kəs dünyanı dəyişməyi düşünür, amma kimsə özünü dəyişməyi düşünmür". İşin ironik tərəfi dəyişmənin qaçılmaz olmasıdır. Hər kəsin bununla qarşılaşması labüddür. Digər tərəfdən, inkişaf istəyə bağlıdır. İnkişafı, yaxud onunla savaşı seçməkdə azadsınız. Ancaq bunu bilin: İnkişaf etmək istəməyən insanlar əsla öz potensiallarını reallaşdırma bilməyəcəklər.

Dostum Hovard Hendriks kitablarından birində bu sualı verir: "Necə dəyişdin... son zamanlarda? Deyək ki, keçən həftə? Ya da keçən ay?

Keçən il? Çox konkret ola bilərsənmi?" O, mövzu inkişaf və dəyişmə olanda insanların necə çaşqınlığa düşdüyünü bilir. İnkişaf bir seçimdir, insanın həyatında gerçək bir fərq yarada biləcək qərardır.

İnsanların çoxu uğurlu və uğursuz insanların bacarıqlarının bir-birindən əhəmiyyətli dərəcədə fərqlənmədiyindən xəbərsizdir. Onların öz potensiallarına çatmaq arzuları fərqlidir. Və potensiala çatma mövzusunda şəxsi inkişafa meyillikdən daha təsirli heç bir şey yoxdur.

ÖZÜNÜ İNKİŞAFIN PRİNSİPLƏRİ

Ara-sıra öyrənən birindən özünü şəxsi inkişafa həsr etmiş birinə çevrilmək əksər insanların yaşam tərzinə ziddir. Yüz adamdan məktəbi (orta məktəb və ya universiteti) bitirdikdən sonra öz arzusu ilə neçə kitab oxuduğunu soruşsanız, əminəm ki, çox az adam bir və ya ikidən çox kitab oxuduğunu söyləyəcəkdir. Neçə insanın audiodərsə qulaq asdığını və şəxsi inkişaf üçün könnüllü şəkildə konfrans və seminarlara qatıldığını soruşsanız, say daha az olar. Çoxları diplomunu aldığında bunu bayram edər və öz-özünə: "Çox şükür, bitdi. Artıq yaxşı bir işim olsun. Dərs oxumaq kifayətdir", – deyir. Ancaq belə düşünmək

sizi orta səviyyədən yuxarı çıxarmaz. Bacarıqlı olmaq istəyirsinizsə, inkişafa davam etməlisiniz.

Həyatını şəxsi inkişafa və kamilləşməyə həsr edən biri kimi, bu istiqamətdə addım atmanıza kömək olmaq istərdim. Potensiallarınıza çatmaq istəyirsinizsə, getməli olduğunuz yol budur. Bunun başqa bir faydası da vardır: Rahatlıq gətirir. Tanıdığım ən xoşbəxt insanlar hər gün bir az daha çox kamilləşən insanlardır.

Aşağıdakı səkkiz prinsipə diqqət yetirin. Özünü şəxsi inkişafa həsr edən bir insana çevrilməyinizdə sizə kömək olacaq.

1. İNKİŞAFA HƏSR OLUNMUŞ BİR HƏYAT SEÇİN

İspan bəstəkar-violonçelist Pablo Kazalsın həyatının son illərində gənc müxbir ondan soruşur: "Cənab Kazals, doxsan beş yaşındasan və gəlmiş-keçmiş ən böyük violonçelistsən. Niyə hələ də gündə altı saat məşq edirsən?"

Kazalsın cavabı belə olur: "Çünki inkişaf etdiyimi hiss edirəm". Özünü daimi inkişafa həsr etmək budur. Peşəsindən və təcrübəsindən asılı olmayaraq, öz potensialını reallaşdıran insanlar özünütəkmilləşdirmə nöqtəyi-nəzərindən düşünlər. Əgər "öz yerinizdə oturacağınızı" və bu-