

Владимир Токарев



Владимир Токарев

Гордость кота в сапогах

**КАК ПОБЕДИТЬ
ЗАВИСТЬ**
менеджмент эмоций. Часть 3.

Владимир Токарев

Гордость кота в сапогах

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42647347

ISBN 9785449687449

Аннотация

Это одиннадцатый номер журнала по новому тайм-менеджменту. В этом номере журнала представлены новые материалы менеджмента эмоций – по борьбе с завистью и теме гордости.

Содержание

Эмоции в розницу	6
Краткое содержание номера	8
Наши новости по проекту краудфандинга	9
Обида	10
Стресс	11
Стыд	13
Страх	16
Вина	18
Ревность	20
Зависть и гордость	22
Что дальше?	24
1. Гордость Кота в сапогах	25
Мой блог по менеджменту эмоций. Завязка	27
1. Подход СГМ1	28
Мой блог	28
1. Краткая теория	29
Мой блог	30
2. История кота в сапогах	31
3. Практика	33
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Гордость кота в сапогах

Владимир Токарев

© Владимир Токарев, 2019

ISBN 978-5-4496-8744-9 (т. 11)

ISBN 978-5-4496-6600-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

В настоящее время завершается проект краудфандинга по изданию серии книг по новому тайм-менеджменту, куда я приглашаю читателя.

Лучший (с точки зрения экономической выгоды) вариант приобретения книги «Менеджмент эмоций» – стать акционером (спонсором) проекта краудфандинга по изданию серии из 9 книг по новому тайм-менеджменту – и получить соответствующие выгодные вознаграждения (книги со скидкой до 50%) и бонусы.



Рис. 1. Серия практикумов по новому тайм-менеджменту.

[ВНИМАНИЮ ЧИТАТЕЛЕЙ! Вы можете присоединиться к проекту по ссылке https://planeta.ru/campaigns/tm_9books](https://planeta.ru/campaigns/tm_9books)

Эмоции в розницу

Вместо аннотации

После кризиса 1998 года наши потенциальные клиенты отказывались от консультационных услуг по докризисным ценам – они стали для них слишком дороги.

И тогда мы... повысили цены. Стали предлагать услуги «нарезанными кусочками» – но дороже. Консультант по управлению выполнял только методическую работу, например, по стратегии, а клиент выполнял всю работу сам. Спрос вернулся.

Этот же прием я решил использовать при подготовке последней книги серии книг по новому тайм-менеджменту. Читателям предлагается на выбор:

1. Желающие могут приобрести нужную книгу по самомотивации, силе воли, тренировке памяти, управлению временем и т. д. – в любом книжном магазине. Но, к слову, дешевле всего книги стоят в магазине издательства Ридеро. Но нам уже известно – что деловые книги – товар неэластичный по цене – если книга нужна – ее купят, если нет – не скачают и бесплатно, чтоб не засорять свой ноутбук.

2. Читатель может стать спонсором проекта краудфандинга, ссылка на который в начале книги, и получить всю серию книг по новому тайм-менеджменту (либо книгу по менедж-

менту эмоций) в качестве вознаграждения спонсора примерно за половину магазинной цены.

3. Но если читатель захочет научиться управлять только одной – двумя конкретными эмоциями – ему предлагается один из специальных номеров журнала по новому тайм-менеджменту.

Краткое содержание номера

Наши новости по проекту краудфандинга

1. Гордость Кота в сапогах

1. Подход СГМ
2. Личный бенчмаркинг
3. «Активная психология»

Задание

2. Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях.

Часть 2.

Приглашение в будущее

Наши новости по проекту краудфандинга

Итак, в настоящее время завершается проект краудфандинга по изданию серии книг по новому тайм-менеджменту, куда я приглашаю читателя.

А новости такие: наряду с решением издать последнюю книгу – «Менеджмент эмоций» двумя частями, мы начали, как отмечено в аннотации, издавать «Эмоции в розницу»: издавать части книги «Менеджмент эмоций» в специальных номерах журнала «Новый тайм-менеджмент».

Обида

Первая эмоция – «Как перестать обижаться» уже издана и ждет своего читателя.



Рис. 2. Первая эмоция, «продаваемая в розницу», предлагается в 4 номере журнала «Новый тайм-менеджмент».

Стресс

Второй эмоцией в розницу планировалось описание чувства вины, а следом книжка про эмоцию стыда.

Но порядок был нарушен – у автора деловых книг также есть своя Муза – вот она-то и смешала мои карты, кто же еще.

Она рекомендовала сначала подготовить новую статью для международного сообщества менеджеров про чувство вины, а требования редакции этого сетевого СМИ достаточно жесткие – размещение статьи в книге возможно, но только после публикации в этом сообществе, пришлось подчиниться.

И в силу самой высокой готовности, было решено издать сначала книгу про стресс и юмор, что и было сделано,



Рис. 3. Вторая «эмоция, продаваемая в розницу», предлагается в 5 номере журнала «Новый тайм-менеджмент».

Стыд

А тем временем вышла следующая книга – о том, как не нужно стыдиться.



Рис. 4. Третья «эмоция, продаваемая в розницу», предлагается в 6 номере журнала «Новый тайм-менеджмент».

А поскольку в книге про менеджмент эмоций, что явля-

ется содержательной целью проекта краудфандинга, запланировано описание всего 6 эмоций, то можно говорить, что половина пути была пройдена.

Страх

Ну а я, двигаясь к финишу, тем временем издал еще одну книгу серии «Эмоции в розницу» – про страх, было, конечно страшновато, не скрою.



Рис. 5. Книга, которая пользуется особым спросом у читателей.

Вина



Рис. 6. Книга, которую задерживала публикация статьи на тему.

И вот, наконец, издана книга про борьбу с чувством вины, которую задерживало издание статьи.

Но это была предпоследняя книга серии, поскольку еще нужно было издать 6 книгу – про ревность —

Ревность



Рис. 7. Последняя книга серии «Эмоции в розницу».

после которой я приступил к верстке книги «Менеджмент эмоций» в двух частях. Там эмоции представлены «оптом». Обе части книги изданы. Проект по содержанию выполнен.

Зависть и гордость

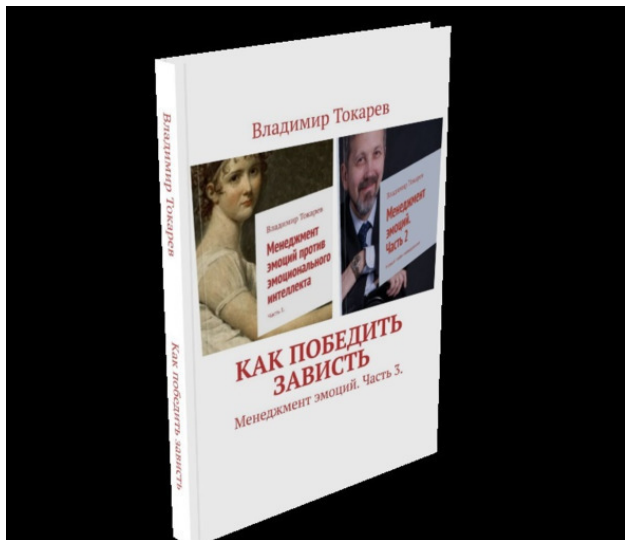


Рис. 8. Книга, которая будет бонусом для спонсоров проекта.

Итак, проект выполнен. Все книги изданы. Но, однако, эмоции остались. Тогда было принято решение издать для спонсоров проекта еще одну книгу – по управлению завистью – она идет дополнительным бонусом ко всем вознаграждениям.

Первая часть этой книги опубликована в 10 номере жур-

нала «Новый тайм-менеджмент» —



Рис. 9. Первая книга по теме зависти.

Что дальше?

Планируется также издание еще двух книг по менеджменту эмоций – Укрощение гнева и Оскорбление в коммуникации. Срок подготовки этих книг пока не установлен.

1. Гордость Кота в сапогах

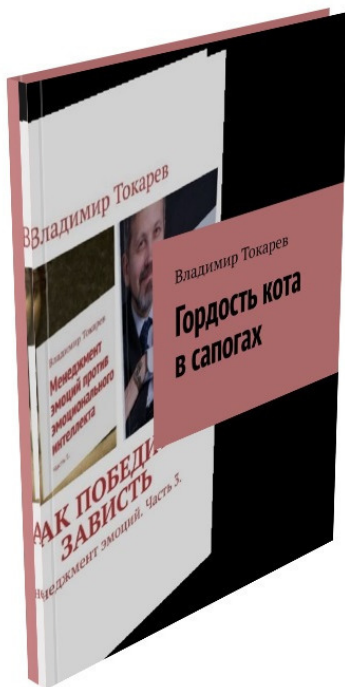


Рис. 10. Одиннадцатый номер журнала «Новый тайм-менеджмент».

Это вторая книга по управлению завистью, хотя и называется «Гордость (кота в сапогах)».

Любознательный генеральный директор (Любозн. гендир. далее) – Мне захотелось поучаствовать в книге с таким неожиданным названием, можно?

Автор – Конечно, я только собрался тебя позвать, а ты уже сам прилетел из виртуального пространства своего проживания. Поехали?

Любозн. гендир. – Да, расскажи свою историю, как ты любишь.

Мой блог по менеджменту эмоций. Завязка

Уже в первых изданиях моей книги по персональному менеджменту (2001 год) у меня присутствовала тема по управлению эмоциями. Но тогда задача была скромна – использовать управленческие алгоритмы для лучшего представления моделей Ю. Орлова по воспитанию силы воли и управления только одной эмоцией – как не обижаться.

Любозн гендир. – Ну, и?

Автор – Ну а потом, как я уже рассказывал, при проведении семинаров, тренингов, мастер-классов в течение целого ряда лет – я рассказывал как применить модели Ю. Орлова для управления и другими эмоциями – как не ревновать, как перестать бояться, как не стыдиться и не терзать себя чувством вины. Ни про какую зависть и речи не было.

1. Подход СГМ¹

Мой блог

Любозн гендир. – И что было дальше?

Автор – Дальше я решил до того, как приступить к описанию эмоций, как я их представлял слушателям на своих семинарах, почитать новые для меня книги Ю. Орлова, про которые знал, но руки как-то до них не доходили. Узнал много полезного.

Любозн гендир. – А как же новизна?

Автор – С новизной проблем никаких. Тем более, что даже только одно продвижение моделей Ю. Орлова по управлению эмоциями – уже задача благородная, пока же в мире процветает концепция эмоционального интеллекта (модный тренд) – по сути, ошибочная концепция.

Но я решил кое-что существенно изменить в новом описании управления эмоциями. Если в 3 и 4 изданиях моей книги по новому тайм-менеджменту по управлению эмоцией обиды я использовал только одну функцию управления – функцию контроля, в этот раз я решил использовать все

¹ Саногенное мышление – концепция, разработанная психологом Ю. Орловым.

б функций – планирование, организацию, мотивацию, контроль, принятие решений и коммуникация. Это здорово сказалось на содержании книг по менеджменту эмоций и задачах, которые они решали. Теперь стало возможным обучаться менеджменту, еще и управляя своими эмоциями.

1. Краткая теория

В качестве теории для описания гордости мы используем модель Ю. Орлова² —

1. Во-первых, по мнению Ю. Орлова, зависть и гордость работают по одним и тем же алгоритмам.

2. В чем-то зависть и гордость похожи на эмоцию обиды. Как при обиде человек обижается на близкого ему человек (не на постороннего), так и при зависти и гордости объектом сравнения является примерно равный личности человек. Рабочий не будет завидовать миллиардеру, только другому такому же рабочему или ему подобному.

3. Есть какая-то одна (может, две-три) характеристика, которая для завидующего или гордящегося человека является особенно ценной.

4. Личность сравнивает свои параметры этой характеристики (это может быть и собственность – например, автомобиль, или умения человека – например, очаровывать жен-

² Орлов. Ю. М. Стыд. Зависть / Составитель А. В. Ребенок. Серия: Исцеление размышлением, 2005.

щин) и параметры равного ему человека.

5. Если лучше у меня – я горжусь, если лучше у равного мне – завидую.

6. Первый вывод Ю. Орлова – чтобы не завидовать – не нужно гордиться. тем более, что в какой-то момент может оказаться, что равный тебе смог тебя превзойти.

Прим. Технологию борьбы с завистью по Орлову мы рассмотрим чуть ниже.

Мой блог

Любозн гендир. – А почему гордость кота в сапогах?

Автор – Это простой вопрос. Но спасибо за него.

Я уже рассказывал, что у меня возникли почти непреодолимые проблемы при управленческой интерпретации сказки Пушкина «О мертвой царевне». Но при подготовке книг по теме зависти Муза мне помогла увидеть – это как раз то, что нужно. Так появилась первая сказка для топ-менеджеров про менеджмент эмоций.

Затем я стал работать над примером для иллюстрации теории зависти. Как обычно, начал с самого себя. Но возникла некоторая проблема, – оказалось, что я не завидую, исключая белую зависть, – но ее и завистью-то не назовешь.

А когда я дошел до главного в модели Орлова – про борьбу с завистью, оказалось, что у меня с ним принципиальные расхождения по технологии борьбы. И вот тут-то пришла

в голову мысль в качестве практического примера для сравнения двух теорий – уважаемого мной Ю. Орлова и своей собственной – взять сказку, которую я уже интерпретировал, лучше всего подошел «Кот в сапогах». Поэтому далее я буду приводить краткое описание старой интерпретации и новые комментарии, касающиеся зависти и гордости кота в сапогах.

2. История кота в сапогах

КОТ В САПОГАХ³

Шарль Перро

Один мельник оставил в наследство трем сыновьям своим мельницу, осла и кота.

Скоро был сделан раздел.

Судя по всему, сказочник представляет нам сказку про Россию. Поскольку именно у нас добиться справедливого судебного решения невозможно, потому и решили братья обойтись без суда – разделили наследство по скорому.

Старший сын получил мельницу, средний – осла, а младший – кота.

Представляется, что дележ имущества осуществлял

³ Волшебные сказки. Издание второе. Тип. Мюллера, Санкт-Петербург, 1868 г. Переводчик: не указан.

старший брат. Он и мудрее – понимает, что, если, например, при мельнице сформировать товарищество – скоро товарищи начнут конфликтовать – бизнесу хуже.

Причем, будучи старшим, решил лучшее отдать братьям: как ниже мы увидим, кот достался младшему хитрый – здорово крыс и мышей ловил. Ну а осел, как предположил наверняка старший брат, мог быть тот самый, что, как вы знаете из другой сказки Шарля Перро «Ослиная шкура», вообще золотыми монетами того делал, ну сами знаете чего⁴.

Последний сын не мог утешиться тем, что ему досталась такая бедная доля.

– Братья мои, говорил он, могут кормиться приличным образом, если они будут жить вместе. Что касается до меня, то, что буду делать, когда съем кота своего, и сделаю муфту из его шкурки? После этого умру с голоду.

Вспомним пирамиду потребностей Абрахама Маслоу: в нижней части этой пирамиды стоит такая важная потребность, как потребность в безопасности. Можно только догадываться, какие чувства испытал кот, услышав свое предполагаемое будущее из уст младшего брата – своего нынешнего хозяина.

Кот слышал эти слова и, не показывая вида, сказал твердым и важным голосом: Не печалься, хозяин; тебе стоит

⁴ (Ш. Перро «Ослиная шкура») – «осел... был не обыкновенный осел. Каждое утро он вместо навоза покрывал свою подстилку блестящими золотыми монетами».

только дать мне мешок, и сделать пару сапогов, чтоб я мог ходить в кустарники, и тогда увидишь, что ты не так худо наделен, как о том думаешь.

Как видим, кот от страха даже заговорил по человечески – вот сила мотивации, основанной на желании сохранить себе жизнь.

3. Практика

Автор – Теперь твоя очередь давать комментарии – теория есть, бизнес-кейс описан.

Любозн гендир. – Легко!

1. Братья равны друг другу – можно позволить себе и позавидовать.

2. Младший брат полагает, что имущество – это ценность, особая ценность – бизнес, приносящий постоянный доход (мельница).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.