

# Прокачка целей в жизни и в английском языке!

Автор Карина Галоян

Эксперт по теме  
«Английский язык для  
Вашего успеха  
и развития Вашей  
личности»



**Event + Response = Outcome**

Получите в подарок  
шаблон прокачки обстоятельств  
жизни  
и достижения целей,  
превосходящих Ваши  
**мечты**



Приветствуется свободное распространение  
этой ценной информации в сети интернет!

<http://karinagaloyan.ru/>

<http://karinagaloyan.ru/english/>

Дорогие друзья!

Все очень просто, и поэтому, Я буду предельно кратка.

**Хватит теорий – переходим к действиям!**

## **ШАГ 1.**

Вы уже знаете формулу достижения цели

**Event + Response = Outcome**

Событие жизни или обстоятельства + Ваша реакция = Результат

События жизни есть исходная точка любых достижений, не важно, какая эта точка и где Вы находитесь сейчас.

Важно определиться для себя, где Вы хотите оказаться, и мысленно начертить прямую линию от точки, где Вы находитесь сейчас, к точке, обозначающей Вашу цель.

**А** -----> **Б**

Я здесь сейчас.

**Здесь я буду через месяц.**

Напишите что это. Напишите четко, конкретно и коротко.

Цель должна зависеть только от Вас. Вы не можете влиять на людей и их свободный выбор. Все зависит от того, что выбираете Вы.

Допустим, Вы хотите повышения по службе. Вы давно уже работаете на уровне достойном этого статуса с соответствующим окладом.

## **ШАГ 2.**

Для этого вы можете написать свои возможные действия.

**А** -----> **Б**

Я здесь сейчас.

+

Ваше действие

=

**Я заведующий отделом.**

**Я буду работать еще больше.**

**Я поговорю с начальством напрямую.**

**Я перестану работать выше положенного и мой вклад, наконец-таки оценят.**

**Я займу эту должность в другой организации.**

**Предложу новый план работы отдела с лучшими результатами и возьму**

**ответственность на себя, если дадут эту  
должность.**

-----  
-----

Напишите дальше ваши дополнительные варианты.

Учтите, пожалуйста, что на ваше высшее благо работают только экологичные действия. Угрозы, шантаж, подсидки исключаются. :)

**ШАГ 3.**

Вы оцениваете логические последствия каждого своего предполагаемого действия на основе здравого смысла, своего опыта и опыта людей, вхожих в ситуацию.

Определите, насколько каждое из написанных действий приближает вас к цели, а цель к вам.

После вы вычеркиваете цели, которые не приведут вас к результату.

<b>Я здесь</b>	<b>Действия, не приводящие к цели, вычеркиваю!</b>	<b>Результат</b>
	<p><del>Я буду молча работать еще больше и меня заметят.</del></p> <p>Я поговорю с начальством напрямую.</p> <p>Я перестану работать выше положенного и мой вклад, наконец-таки осознают.</p> <p>Я займу эту должность в другой организации.</p> <p>Предложу новый план работы отдела с лучшими результатами и возьму ответственность на себя, если дадут эту должность.</p> <p><del>Я найду посредников и сторонников</del></p> <p><del>Я организую свое собственное дело</del></p>	<p><del>Не оценят снова.</del></p> <p>Шеф, наконец, услышит мой голос.</p> <p>Может и получится, но конфликт будет.</p> <p>В крайнем случае, так.</p> <p>Я себя зарекомендую как специалист и покажу, что знаю себе цену.</p> <p><del>Сработает, но меня обяжет.</del></p> <p><del>Я могу, но нужно время и финансовая подушка.</del></p>

**ШАГ 4.**

После вычеркивания действий, которые однозначно не приведут к

желаемой цели, вам следует рассмотреть каждое из оставшихся в плане простоты выполнения. Начните с самых незначительных по энергозатратам и переходите к самым радикальным.

На схеме я отметила цифрами шаги, которые вам нужно принять поочередно по нарастающей от 1 до 4.

Я здесь	<b>Отмечаю наиболее приоритетные шаги и поступаю согласно им поочередно!</b>	<b>Результат</b>
<p><b>1</b></p> <p><b>3</b></p> <p><b>4</b></p> <p><b>2</b></p>	<p><del>Я буду молча работать еще больше и меня заметят.</del></p> <p>Я поговорю с начальством напрямую.</p> <p>Я перестану работать выше положенного и мой вклад, наконец-таки осознают.</p> <p>Я займу эту должность в другой организации.</p> <p>Предложу новый план работы отдела с лучшими результатами и возьму ответственность на себя, если дадут эту должность.</p> <p><del>Я найду посредников и сторонников</del></p> <p><del>Я организую свое собственное дело</del></p>	<p><del>Не оценят снова.</del></p> <p>Шеф, наконец, услышит мой голос.</p> <p>Может и получится, но конфликт будет.</p> <p>В крайнем случае, так.</p> <p>Я себя зарекомендую как специалист и покажу, что знаю себе цену.</p> <p><del>Сработает, но меня обяжет.</del></p> <p><del>Я могу, но нужно время и финансовая подушка.</del></p>

Такая теоретическая работа на бумаге поможет вам проиграть каждую ситуацию и подготовится к реальному действию.

Чтобы облегчит процесс, вы можете подробно описать каждое действие и его эффект в свою пользу в качестве подробного текста.

Но не пишите все сразу. Напишите сначала действие под номером один, пройдите процесс в реальности и посмотрите, что получилось.

Велика вероятность, что оно даст нужный вам искомый результат и ваша цель будет достигнута.

## **ШАГ 5**

Если же вы сделали действие номер один, и события не разворачиваются так, как вы того желаете, не останавливайтесь на пол пути.

Пропишите действие номер два с желанным для вас исходом и реализуйте его без промедлений.

Конечно, вам нужна новая порция воображения и смелости. Все новое требует выхода за зону привычного.

Однако, если вы желаете изменить жизнь, и получить больше чем, то, о чем мечтаете, вам следует начать действовать – действовать до тех пор пока не получится.

## **А ТЕПЕРЬ САМЫЙ БОЛЬШОЙ СЕКРЕТ!**

Вам, наверное, интересно знать, почему, если действовать пошагово и последовательно, то реальность начинает превосходить наши мечты.

Дело в том, что только действие покажет вам реальную картину происходящего. Завтра Вы будете делать свой следующий шаг исходя из той действительности, до которой сегодня еще не дошли, и которую никак не в состоянии вообразить, ведь вас там не было.

Именно поэтому вам нужно ДЕЛАТЬ каждый последующий шаг и смотреть, что получается. И соизмерять свои дальнейшие шаги из нового результата, который у вас появился.

В противном случае человек является простым фантазером, а не дерзновенным мечтателем. Такой не может мечтать правильно.

Ваша реальность сегодня – это уже не то, что было вчера. Свое завтра вы строите не на вчерашней реальности идеалиста, а на реальности человека действия - ПРИЧИНЫ, совершившего новый шаг и достигшего новой, пусть на сегодня и незначительной высоты.

Именно так, шаг за шагом каждый день, исполнение желаний превосходит ваши мечты и самые бурные фантазии. Мы сами превосходим наши самые смелые ожидания.

## **Дорога сама научит!**

Желаю вам, чтобы вы смогли, и чтобы у вас получилось, потому что все возможно, как в жизни, так и в английском! **Схема у вас есть!**

С верой в Ваш и свой успех,  
Карина Галоян.

Ваш ЭКСПРЕСС-КОУЧ английского языка и успеха.