

Ход публичности

Ана Мавричева

СДЕЛАЙ
СВОЙ ХОД



Бизнес-психология

Ана Мавричева

Ход публичности

«Питер»

2022

УДК 316.6
ББК 88.5

Мавричева А.

Ход публичности / А. Мавричева — «Питер», 2022 — (Бизнес-психология)

ISBN 978-5-4461-2964-5

Стать ферзем – цель шахматной пешки. Но далеко не каждая фигура превращается в королеву, до финальной горизонтали дойдут только самые смелые, активные и быстрые. Так и в жизни. Экспертов на рынке с каждым днем становится все больше, но лишь немногие из них будут ферзями. Большинство соглашается на малое и довольствуется статусом среднестатистических. В чем разница между двумя типами профессионалов? Лишь в том, что первые разрешили себе большие деньги, охваты и трибуны, а вторые нет. Новая литературная работа Аны Мавричевой, признанного лидера мнений в области построения личного бренда, станет настольной для тех, кто воспринимает эпоху перемен как бескрайнее поле возможностей. Если вы эксперт и хотите не только приносить пользу людям, но и получать за это справедливо высокую оплату, постоянно увеличивая сферу влияния, то «Ход публичности» – ваш выбор. Книга, которую вы держите в руках, – третье сольное произведение Аны Мавричевой. Десятки тысяч людей прочли ее предыдущие работы «Код публичности» и «Год публичности». Жизнь читателей изменилась благодаря технологии активного входа в рынок, которая позволяет в относительно короткие сроки не просто громко заявить о себе, но и выйти на работу с топовыми предпринимателями, звездами спорта, политики и шоу-бизнеса. Повторите путь Аны, следуя рекомендациям из этой книги, ведь сейчас самое время: пора делать ваш следующий ход – «Ход публичности». В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 316.6
ББК 88.5

ISBN 978-5-4461-2964-5

© Мавричева А., 2022

© Питер, 2022

Содержание

Введение	7
Глава 1	9
Даже если на роду не написано, это не значит, что не суждено	11
Не стыдитесь быть «двоечником»	13
Глава 2	14
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Ана Мавричева
Ход публичности. Сделай свой ход

© ООО Издательство «Питер», 2022

© Серия «Бизнес-психология», 2022

Введение

Март 2020 года. Первая волна пандемии COVID-19 только начала накатывать на привычный всем мир. Страны одна за другой закрывались на карантин. Нас всех «заперли» по домам. Сначала на неделю, затем еще на одну... Никто не мог сказать с уверенностью, что будет дальше. Города стали пустыми и тихими. Вместе с локдауном практически в каждый дом пришла паника. А ко мне – идея этой книги.

Я начала анализировать свою жизнь и пришла к выводу, что самые большие прорывы в ней происходили именно в сложные периоды. Ведь кризис – время возможностей для тех, кто действует. Когда начинаются волны, для людей, способных их «оседлать», начинается время жатвы. Я проанализировала информацию о предыдущих экономических кризисах, и оказалось, что в такие периоды 5 % людей становятся богаче, а остальные 95 % — беднее. И мне захотелось понять, почему так происходит.

Да, на способность человека зарабатывать большие деньги влияет множество факторов, в том числе личные качества, а также социальная и экономическая система, в которой он живет. Но я обнаружила еще один очень важный, на мой взгляд, аспект – то, как человек распоряжается своим временем.

Когда пандемия поставила мир на паузу, большинство людей восприняли локдаун как еще один отпуск, возможность полежать на диване, посмотреть сериалы... И только небольшая прослойка нашего общества продолжила действовать: работать, учиться, заниматься спортом, вести активную жизнь, пусть даже в пределах своего жилья.

Рассмотрим, например, заведения общепита. Рестораны, кафе и бары были закрыты. Но нашлись люди, которые смогли переориентировать свои заведения на доставку и вынос. Ателье и частные швеи начали шить маски и торговать ими. Таких примеров коронакризисной адаптации масса. Те, кто не привык опускать руки, нашли им применение и приумножили свой капитал. Большинство моих знакомых заработали в то смутное время больше денег, чем до пандемии. Им не помешала ни повсеместная паника, ни отсутствие стабильности. Они «посеяли» усилия и пожали хорошие плоды.

Нужно понимать, что в ближайшее время кризисы будут повторяться. Так устроена экономика. И я уверена, что это не последнее испытание на прочность, с которым мы столкнемся. Можно сказать, наступила эпоха кризиса, и, подозреваю, быстро она не закончится. Есть вероятность, что те события, которые происходят сейчас, на момент написания книги, через год всем будут казаться стабильностью. Важно научиться жить в новой реальности. Поэтому хватит ныть, пора действовать.

Мы переходим в новое время, когда успех человека будет зависеть от новых инструментов, которые он начнет использовать для своего продвижения.

Если еще несколько лет назад кто-то считал, что соцсети, диджитал-платформы, онлайн-продвижение не больше чем развлечение, то сейчас именно эти инструменты стали для бизнеса гарантом выживания и безопасности, а вовсе не деньги. Благодаря этим инструментам у вас появилась возможность создавать собственные сообщества, формируя связи между людьми. Что касается денег – они, я считаю, перестали быть инструментом влияния в наше время. И COVID-19 доказал это всему миру.

Например, в моем окружении произошла достаточно наглядная ситуация. Человек, занимающий высокий статус в обществе, заболел коронавирусной пневмонией. Его состояние стре-

нительно ухудшалось. Увы, но медики, к которым он попал, были бессильны. Даже в реанимацию не хотели его отправлять. Никто не мог ничего сделать, пока за него не замолвила слово одна известная личность. Этот пример – отличная иллюстрация силы связей и бессилия денег в современном мире.

Дело в том, что публичность стала главной валютой современности. Ни статус, ни деньги не решают, положат тебя в реанимацию на койку или ты останешься в коридоре. Потому что врачам в нынешней ситуации приходится выбирать, кого спасти. И выбирать будут тех, чей голос звучит громко. А громко звучат только те, кто умеет работать с современными инструментами продвижения. И если вы не из их числа, но не хотите «утонуть» в кризисе, то сейчас самое время овладеть этими инструментами.

Те, кто упустит время жатвы, останутся за бортом навсегда. Еще пять лет назад я говорила о том, что мы запрыгиваем в последний вагон. Три года назад – что этот вагон нужно догонять. Сейчас, мой дорогой читатель, мы его не догоняем – мы бежим за теми, кто пытается это сделать. Хвостовая часть поезда здесь не для красного словца.

Становится очевидным, что мир идет к разделению не только на богатых и бедных. А оно будет еще более глубоким, чем во времена крепостного права. Формируются две новые социальные ниши: люди, которым доступен только онлайн, и люди с влиянием и возможностями как в Сети, так и в офлайн-пространстве. В прошлый мир мы не вернемся, мой дорогой читатель, можете даже не надеяться.

То, что полгода назад выглядело странным, теперь кажется совершенно нормальным. Например, когда вам говорят: «Наденьте маску», вы уже не отвечаете, что это неэффективное средство, не протестуете, не устраиваете скандалов. Вы спокойно надеваете ее и перчатки. Ведь маски нужны для выживания. Так же и с личным продвижением. В этой сфере, как и во всех остальных, необходимо адаптироваться под меняющиеся реалии либо приготовиться утонуть. Это новая реальность. Добро пожаловать! Я надеюсь, что вы сможете стать полноценным членом нашей семьи: тех, кто понимает, как жить в современном мире.

Или вы прямо сейчас берете себя в руки и начинаете действовать, или уже не сделаете этого никогда. Время жатвы настало.

Глава 1

Кризис – время супервозможностей

Что такое, по сути, кризис? Это смена правил игры. Для одних она может стать болезненной и даже разрушительной, а для других – открыть новое поле с супервозможностями. По какому сценарию пойдет ваша игра, зависит от того, насколько быстро и качественно вы будете реагировать на новые обстоятельства. Опустите руки в трудной ситуации, начнете себя жалеть или, наоборот, принижать свои достоинства, как жертва синдрома выученной беспомощности? Либо же встретите трудности в полной уверенности, что справитесь с ними? Тот, кто первым понимает новые правила игры и начинает им следовать, снимает все сливки.

Это подтверждают сотни историй успеха людей, которые «поднялись» в переломные моменты. Возьмем, например, финансистов, заработавших на падающем фондовом рынке Америки во время финансового кризиса 2008 года: Джон Полсон (его прибыль составила 3,7 млрд долларов), Джефф Грин, Харрис Саймонс, Кеннет Гриффин и др. Они предугадали будущие проблемы и успешно сыграли. Мнение, что в кризис 95 % людей становятся беднее, а остальные 5 % – богаче, существует не зря.

Как вы думаете, кто эти 5 % счастливиц? Хотя и счастливицами их назвать сложно. Это, как показывает практика, люди, которые привыкли бесконечно «теребить лапки». Когда наступает звезд, они пашут. Не жалеют себя, не сетуют на обстоятельства, а трудятся, придумывают что-то новое – соответствующее изменившейся действительности – и зарабатывают на этом.

Если у вас в руках эта книга, значит, пришло ваше время шевелиться. Далее я расскажу, как сделать так, чтобы это были не конвульсии, а эффективные действия. Для начала запомните несколько фактов.

Факт № 1: денег в мире меньше не стало. И они продолжают пополнять чьи-то капиталы. Обратите внимание на списки Forbes. Лидеры списков стали богаче даже в 2020-м кризисном году. Например, состояние Илона Маска с января 2020 года по январь 2021-го увеличилось с 37 до 200 млрд долларов. На верхних строчках списков появились и новые имена. И что самое интересное – это имена людей, освоивших интернет-платформы. Посмотрите, сколько зарабатывают юные блогеры в TikTok...

Факт № 2: онлайн-пространство – эффективный инструмент заработка. Если не верите, то см. факт № 1 и рейтинги гонораров владельцев блогов в YouTube, Instagram, TikTok и других социальных сетях и платформах.

А как обстоят дела у бизнесов, ориентированных на интернет-торговлю? Оборот американской компании Walmart – крупнейшей в мире розничной сети, которая также работает в сфере электронной коммерции, – на момент написания книги составляет 530 млрд долларов. Walmart управляет более чем 11 500 магазинами в 27 странах мира. Не отстает от нее и Amazon – крупнейшая в мире компания на рынке платформ электронной коммерции с оборотом 274 млрд долларов. Мне кажется, в интернете сейчас не зарабатывает только ленивый.

Факт № 3: очень скоро в мире может установиться цифровое неравенство. Останутся состоятельные люди, которые смогут себе позволить пользоваться всеми услугами и благами офлайн: реальной медицинской помощью, образованием и т. д. И в противовес им появятся бедные, которые будут получать все услуги онлайн: телемедицина (консультации врача по телефону); дистанционное обучение – сомнительного качества и с неважной «скоростью соединения»; банковские операции – уже сейчас консультация с оператором банка по

телефону считается привилегированной услугой. «Рядовые» клиенты пользуются онлайн-приложениями банков... Такое будущее кажется утопичным, но, увы, оно уже вполне вероятно.

К счастью, у нас и наших детей еще есть несколько лет, чтобы вскочить в социальный лифт, который называется «digital-жизнь», и выйти на новый уровень заработка. Для убедительности и понимания происходящего советую прочитать, например, книгу Айн Рэнд «Гимн». Это социально-политическая антиутопия, главный герой которой изобретает электричество и предлагает использовать силы природы во благо человечества. Но его современники, привыкшие жить в первобытном страхе, не верят в силу разума. После прочтения этой гениальной книги многие процессы в современном обществе я увидела с новой стороны.

А подытожить этот ряд важных, на мой взгляд, фактов я хочу таким, который мало кому придется по душе. Но это истина, знакомая многим успешным людям.

Факт № 4, или главный факт: ваш успех нужен только вам! Ни вашим близким, ни родителям, ни мужу или жене – никому. Почему? Когда человек меняется, вместе с ним другую структуру обретает вся его жизненная система. А она, по своему обыкновению, стремится к устойчивости. Системе важно, чтобы все оставалось на тех рельсах, по которым стабильно катилось долгие годы. Поэтому вполне естественно, когда все окружение сопротивляется росту одного из «винтиков». Оно еще не осознало необходимости изменений и не готово меняться само. Развиваясь, нужно быть готовыми к человеческим потерям: люди, с которыми нам не по пути, отсеиваются. Это закон жизни. Но по этому же закону появляются новые знакомые, которые открывают путь к новым возможностям.

Не стоит бояться перемен. Вы начнете расти – и мир вокруг изменится. Возможно, в этом заключается ваше предназначение – изменить ход своей семейной истории. Тяните самых близких с собой в другую реальность.

Даже если на роду не написано, это не значит, что не суждено

Два года назад я заказала генеалогическое исследование своего рода. Пришлось заплатить сумму, которая на тот момент была для меня огромной. Но мне очень хотелось понять, есть ли у меня «голубая кровь» (были ли в нашей семье богатые и счастливые люди), и получить какое-то генетическое обоснование своего успеха.

Специалисты изучали родословную моей семьи полгода. И когда презентовали итог работы, я была в шоке. Ни одного богатого предка, ни одного родственника с легкой успешной жизнью. Причем как со стороны мамы, так и по папиной линии. Оказалось, все наши прародители – люди с нелегкой судьбой, некоторые потерпели большие неудачи и в личной жизни. Тогда я приняла решение, что стану той, которая изменит историю своего рода. И поставила цель – стать отправной точкой счастливой, преуспевающей ветви.

Потихоньку желаемое исполняется. Например, я смотрю на свою дочку и вижу, что она – ребенок совершенно другого поколения, ей всего достаточно. Она счастлива, окружена людьми, которые любят ее, и она не подпадает ни под один поведенческий сценарий *треугольника Карпмана*. В этой психолого-социальной модели описаны три роли, которые люди примеряют в разных ситуациях: «жертва», «преследователь» и «спаситель». Причем один человек может по очереди побывать и первым, и вторым, и третьим персонажем. Цель каждого «игрока» – удовлетворить собственные невысказанные желания за счет другого. По теории Стивена Карпмана, все наши личные отношения, в основном несчастные, все манипуляции основаны на ролевом взаимодействии, которое нельзя назвать здоровым. Я рада, что моим детям не нужно вступать в такой треугольник благодаря тому, что я подготовила плодотворную почву для их саморазвития.

В нашей жизни все устроено очень просто. Или человек берет на себя ответственность и становится тем, кто меняет историю рода. Или эта ответственность ложится на плечи его детей.

Мир вошел в эру Водолея, и сейчас у всех нас, независимо от родовых сценариев, есть возможность совершить великие перемены. Дальше это будет сложнее, дороже, тяжелее. Именно в 20-х годах XXI века людям открылись знания, которые никогда не были доступны широким массам. Этими знаниями могли обладать только просвещенные – очень узкий круг людей. А с развитием технологий стоит только чуть напрячься – и перед вами оказываются терабайты полезной информации.

На самом деле окошко открылось ненадолго. К сожалению, а может, и к чьему-то счастью. Тем не менее, пока оно открыто, у вас есть выбор: запрыгнуть в вагон успеха или нет, взять жизнь в свои руки или нет. Если вы уверены, что готовы ухватиться за поручень и достичь новых горизонтов, значит, пора заняться работой над своим мышлением.

Именно оно – мышление – отличает богатых от бедных. Благодаря своей работе я знакома со множеством успешных людей и могу наблюдать за изменениями в их жизни. Мышление успешных людей действительно отличается от мышления бедных. Их разум более мобилен, чувствителен к переменам и податлив изменениям.

Одно из правил, которое я почерпнула, наблюдая за преуспевающими личностями, – **не надо усложнять**. Хочется с кем-то помириться – миритесь. Любите – скажите о своих чувствах. Не зажимайте любовь. Ее много. Энергии много. Энергетических вампиров не существует. Вспомните, лет десять назад было много разговоров о том, как энергетические вам-

пиры влияют на нашу жизнь. Сегодня таких людей модно называть словом «токсичный». Но только мы сами решаем, на кого тратить свою энергию, в том числе и энергию денег. Эти тонкие материи невозможно отобрать без остатка, если человек находится в ресурсном состоянии. Если он осознан, понимает, к чему движется, задает свои цели и реализует их – энергетическая кубышка пополняется. Просто потому, что человек кайфует от происходящего в его жизни.

Хотите понять, как люди становятся успешными?

Читайте дальше. В этой книге я изложила свой опыт работы с успешными людьми, который копила не одно десятилетие. Вы найдете ответы на ваши внутренние вопросы, которыми, возможно, и не задавались, пока не решили стать более успешными. Без правил тоже не обойдется.

Первое правило: *бегло пролистать книгу – мало, нужно прорабатывать информацию.* Вам самостоятельно придется попотеть над ее применением в собственной жизни. Никаких «волшебных пилюль» я вам не выдам. Только инструменты, актуальные во время жатвы.

Как я уже писала выше, ваш успех не важен никому, кроме вас самих. Любая смена правил – это толчок к росту. Любой кризис – путь или вверх, или вниз. То, как вы воспользуетесь этими направлениями, – выбирать вам. Вселенная уже все устроила для того, чтобы вы были счастливы. И добиться от нее помощи не сможет никто, кроме вас самих.

Не стыдитесь быть «двоечником»

Есть люди, которые сдаются при первых же трудностях. Они считают, что «готовиться к войне нужно в мирное время», а во время кризиса уже поздно шевелить лапками. Но они ошибаются. Да, выводить себя на стабильное состояние, создавать альтернативные источники дохода (этой теме посвящены несколько глав книги) проще, когда над головой не болтается дамоклов меч финансового краха. Безусловно, если все сферы вашей жизни в упадке, то вылезать из такого состояния очень сложно. Но даже если вы переживаете трудные времена, постарайтесь взять себя в руки и начните действовать. Двигаться, пусть и через колоссальные усилия, всегда лучше, чем сидеть ровно на пятой точке и рассуждать о нелегкой судьбе. Ниже я приведу примеры, воспользовавшись которыми вы сможете постепенно наладить свою жизнь.

Второе правило: *в этой книге я разрешаю вам выполнять задания на двойку.* Давайте отбросим перфекционизм. Я разрешаю вам выполнять работу над собой хотя бы на два балла. Главное – действуйте.

Знаете, когда я прихожу на занятия по танцам и смотрю на девчонок, которые танцуют уже несколько лет, я понимаю, что у меня явно не получается двигаться так же хорошо, как эти девушки. В этот момент я делаю большую ошибку – сравниваю себя с другими. Ведь более правильно сравнивать себя с собой вчерашним. Тогда вы сможете отследить собственный прогресс и получить еще больше энергии, а не комплексов.

Единственный пример, который я хотела бы привести перед началом вашей работы над успешным будущим, – мой собственный. И то это скорее дополнительная мотивация, а не образец. Свой путь я начинала со скромных заработков. И не понимала, что можно по-другому. Но это была лишь неправильная фокусировка моего мозга. А потом она изменилась. Если получилось у меня без поддержки, без помощи, без плеча, без мужчины – без ничего, то у вас точно получится. А помогут вам изменить жизнь к лучшему конкретные инструменты из этой книги. Они уже опробованы мной и тысячами моих учеников.

Глава 2

Черета возможностей и расширение картины мира

Мир ежедневно дает нам несколько шансов на судьбоносные перемены.

Но большинство из нас за всю жизнь в лучшем случае используют только один.

Дело в фокусе. Вернее, в том, на что он направлен. Человек с широким взглядом на мир видит свою жизнь как поле возможностей. И я убеждена, что каждый из нас получает за день минимум три шанса все изменить. Увы, но в полном объеме их не использует никто. Подарки судьбы замечают лишь самые зоркие. Принимают самые настойчивые. Большинство же продолжают считать, что их жизнь угрюма и ограничена. Но это далеко не так.

Чтобы научиться видеть новые возможности и иные ветви своей судьбы, нужно как можно чаще вылезать из собственной «коробочки», состоящей из детских травм, привычек, навязанных установок, определений хорошего и плохого... и многих других ограничителей сознания.

Множество людей застревает в бедственном положении по причине собственных представлений о добре и зле, уверенности в правильности своих действий. Еще на этапе формирования личности мы привыкаем к определенному образу жизни и последовательности ежедневных действий. То есть условный человек годами делает одно и то же: одевается определенным образом, ездит на работу по одному пути, питается в привычном, но ограниченном количестве мест и т. д. В таком положении вещей есть один большой минус – нет расширения картины мира и, соответственно, нет места для энергии денег в ней.

Задача любого, кто хочет привлечь в свою жизнь больше денег, – изменить, расширить границы «коробочки». Мимо вас каждый день проносится огромное количество возможностей, но увидеть их можно только самостоятельно, приложив усилия. Не ждите, что кто-то, как фея в доброй сказке, придет и откроет вам волшебным образом путь к богатству. Вместо того чтобы сидеть сложа руки и надеяться на чудо, очень важно научиться постоянно «шевелить» свои нейроны головного мозга. Попробуйте, например, дойти до работы другой, непривычной дорогой, забронируйте столик в новом ресторане, закажите еду, которую давно хотели попробовать, но сомневались – понравится ли?

Предлагаю сыграть в игру, которая раскачает ваши привыкшие к стабильности нейроны. Самый элементарный ее вариант – закажите в ресторане блюдо, руководствуясь не его ценой или рекомендациями официанта, а собственными желаниями. Если раньше вы себе такого не позволяли, то будете удивлены эффектом – вам откроются и другие истинные «хотелки». Со временем, применяя этот трюк и в других сферах, вы начнете четче представлять и понимать, чего действительно хотите от жизни. А реализовать эти желания поможет расширенное сознание.

Лучший «расширитель сознания», по моему мнению, – медитации. Научиться техникам медитации можно у опытного гуру. Альтернативный, доступный каждому вариант – онлайн-курсы медитации или специальные приложения. Я, например, пользуюсь Meditopia. В нем предлагают как индивидуальные упражнения на осознанность, так и длительные программы, разработанные специалистами и инструкторами по йоге. Предлагаю вам зайти на мой YouTube-канал и посмотреть размещенные там медитативные видео.



Их немного, но они вполне позволят начинающим познакомиться с практикой медитации.

Рекомендую вписать медитации в ваше ежедневное расписание. Лучший результат в расширении сознания достигается, когда мы с утра, только открыв глаза, не утыкаемся в ленты соцсетей и новостных ресурсов, а отдаем предпочтение полезной практике. С ее помощью в голове «просыпаются» новые извилины, что помогает человеку мыслить шире. Хорошим дополнением к медитациям будут мантры. Например, мантры изобилия (их в интернете тоже огромное количество). Они несут в себе энергию достатка и процветания. Работая с такими мантрами, можно привлечь в свою реальность изобилие. Однако не стоит считать, что мантры работают как волшебные заклинания. Они дают результат, только если вы четко представляете свою цель. Более того, практика медитаций и чтения мантр улучшит ваш эмоциональный фон.

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.