 Как коучинг изменил (повлиял на) мою жизнь

***Как поется в песне: «Невозможное возможно».***

 Если вы действительно чего-то хотите добиться, то действовать надо решительно и уверенно. Вы всегда должны чувствовать вкус победы, как я. Не добиваюсь, не воюю, не побеждаю - я хочу, и получаю желаемый результат.

 Благодаря тому, что я начала заниматься коучингом, я смогла сохранить отношения с подругой. Наши отношения складывались таким образом, что мы часто спорили, у нас всегда возникали препирательства по тому или иному вопросу. Иногда даже моя подруга начинала жаловаться на проблему, а у меня всегда наготове хорошее решение. Я постоянно стремилась озвучить его, естественно, подкрепив весомыми аргументами, доводами и предоставив многочисленные доказательства. Моей задачей было спасти подругу, убедить подругу поступить именно так, как я ей советовала.

 Но, как же бывает обидно, когда друг просит у тебя помощи, ты подсказываешь конструктивное решение проблемы, а он всем своим видом показывает, что твои домыслы просто бесполезны и никакой ценности для них не представляют. Но, как оказалось, я просто не слышала подругу.

 Когда я узнала первый раз о коучинге, то я подумала, что смогу помогать своим родным и близким, причем помощь эта будет очень эффективной, а главное, быстрой.

 Однажды, в один прекрасный вечер, когда я в очередной раз решила поболтать с подругой и мы встретилась у меня дома, то я решила спросить у подруги, какой она видит свою жизнь через пять лет. И услышав ответ, я поняла, насколько эффективен вопрос, который задан вовремя!

 Как ни странно, в этом мне помог коучинг: я каждый день видела, какие перемены происходят в жизни моей подруги. Теперь я понимаю, что не чудо, а именно коучинг помог мне сохранить на долгие годы дружбу с моей лучшей подругой.

 Могу с полной уверенностью сказать, что изменилось не только мое мировосприятие, но и моя речь. Если раньше я, как правило, говорила лишь о том, что мне не нравится и не вызывает никакой симпатии, то сейчас я все чаще говорю о том, что мне импонирует, чего я хочу, а также что хорошее происходит в моей жизни. Надо сказать, что, начав говорить о хорошем, я стала так же позитивно мыслить. И не забывайте, что все мысли материальны. Так что, если хотите получить что-то хорошее, то и думать вы должны в соответствующем русле.

 Коучинг научил меня тому, что необходимо ставить эффективные цели. Действительно. Теперь вся моя жизнь теперь проходит в тысячу раз легче, а также быстрее. Я успеваю сделать все, что запланировала. А ведь для меня очень важно ставить цели и их достигать. Иначе жизнь проходит впустую.

 Справедливости ради надо сказать, что я кардинально поменяла свою жизнь. До этого я работала финансовым директором. Теперь же я решила оставить эту должность и. наконец-то, заняться тем, что мне действительно нравится. Я отказалась от карьерных амбиций в пользу своей семьи. Теперь я могут свободно распоряжаться своим временем, самостоятельно принимать те или иные решения, самостоятельно планировать, решать самые разные задачи и достигать поставленные цели.

 Вполне возможно, кто-то подумает, что глупо отказываться от карьеры, от успешности, от финансового благополучия, в пользу совершенно нового занятия. Но, никто не знает насколько оказалось мне близко это занятие ,насколько оно захватило меня. И сейчас я не жалею, что оставила высокую должность в известной компании и занялась коучингом.
Как говорится, у каждого своя правда.

 Каждый день проходит для меня не просто так: я всегда аккумулирую новые знания, понимаю, как устроен и функционирует мозг человека, теперь я знаю, что со мной происходит в тот момент, когда я начинаю как-то реагировать на то или иной проявление действительности.

 Я уже перестала ругать себя за то, что иногда случаются такие реакции, которые я не могу контролировать. Согласитесь, что за каждой реакцией, за каждым действием и поступком стоит лишь позитивное намерение.
Такое происходит со мной, и я полностью уверена, что и близкие мне люди думают так же.

 Итак, вся моя жизнь проходит эффективно. Я изо дня в день приобретаю новые навыки и умения, которые помогают мне заниматься моими любимыми делами, а также получать то, что я больше всего хочу.

 Я вижу все это в мельчайших деталях. Я точно могу сказать, чего хочу и кем хочу быть. Это понимание рождает мое сознание.

 Я поняла одну важную вещь: если у меня нет собственного видения моего будущего, то мне приходится жить в видении других людей. Я осознала, что прошлого уже нет, а будущее это только ориентир, для того чтобы понять, как жить сегодня. И это понимание мне дало огромное желание жить сегодня, наслаждаться каждым моментом сегодня.
Мне стало понятно, что не бывает «таких» и «не таких» людей. Люди разные нужны, люди разные важны, если можно перефразировать детское стихотворение.
Люди должны быть разными, а лучше всего, чтобы они были неидеальными, точнее, большинство из них. Тогда и жить, как говорится, интереснее. Вот где рождаются новые дискуссии.

 Также, я поняла, что получаю позитивный опыт из, казалось бы, самого плохого поведения человека, который находится рядом со мной, и стало вполне очевидно, что любой человек стремится проявить свои лучшие качества в каждом своем поступке. Вопрос лишь в том, насколько эффективно у него это получается.

 Если я не согласна, то я могу и поспорить, но сама для себя я прекрасно понимаю, что говорю при этом нечто важное для самой себя, я высказываю свое собственное мнение. Получается, что буквально каждый день я знакомлюсь сама с собой, я узнаю каждый раз о себе что-то новое. Согласитесь, что это довольно увлекательно и занимательно.
Коучинг помогает мне находить дорогу к себе, познавать себя.

 В результате такого познания я стала меньше конфликтовать с другими людьми. Теперь я не спорю, я не доказываю, а занимаюсь анализом того. Что вызывает у меня несогласие.
Вы не поверите, но в каждой компании я стала желанным собеседником. Ведь я не пытаюсь навязать свое мнение, я всегда интересуюсь тем, что говорит мой собеседник. Каждому хочется ощутить хотя бы на мгновение свою значимость и важность.
Разговаривая с другими людьми, я понимаю, чего на самом деле хочу сама. Самое главное, передо мной открывается истинная картина того, чего я хочу и как я это смогу получить.

 Вот теперь вы понимаете, почему для меня все невозможное стало вдруг возможным.
Иногда я представляют такую картину: ракета и в ней лечу я. В процессе полета все те детали, которые оказываются лишними, постепенно демонтируются и падают вниз. И я при этом не жалею о том, что они срываются и падают. Я прекрасно понимаю, что без них смогу продолжить полет.

 Я становлюсь способной сделать нечто масштабное благодаря тому, что мной движет осознание того, что вдохновение мое приходит из моего же собственного несогласия. Я поистине могу сделать намного больше, чем может показаться на первый взгляд.

 Иногда, своим клиентам я привожу метафору, что командиром ракеты является клиент, а сама ракета – это я. Ракета всегда должна находиться в состоянии готовности. Когда командир решает взлетать, ракета тут же должна запускать все свои системы, то есть я должна аккумулировать все свои душевные силы, аккумулировать все свои знания и навыки, чтобы командир чувствовал, что полет проходит так, как он его запланировал.
Итак, не ракета все это делает, не она сама отбрасывает ненужные ей детали и запчасти, делает это сам командир.

 Именно такую мысль я и пытаюсь донести до людей, с которыми веду работу в этом направлении.

 Каждый сам вправе выбирать, кем становиться, во что верить, чем заниматься по жизни. Мы сами формируем свою жизнь, устраиваем ее, как нам кажется нужным, а также формируем и все события, которые в ней происходят. Перед нами возникает выбор: следовать ли слепо этим событиям или же пытаться их изменять.

 Я стала теперь исследовать собственную жизнь и могу сказать, что это мне помогает. Это как восхождение в гору: чем выше поднимаешься, тем становишься увереннее, опытнее, а в копилке твоего мастерства все прибавляется и прибавляется.
Если я могу понять себя, то я могу эффективно планировать свою жизнь. Если я смогу разобраться сама в себе, то смогу помочь и людям вокруг себя. Начальный мотив у меня для этого есть: я верю, что все люди в глубине своей души хорошие. Такое позитивное мышление помогает мне жить.

 Кроме того, что в душах людей нет зла, у всех есть целые залежи таланта и воли, чтобы достигнуть таких целей, таких вершин, который совсем недавно казались им невозможными и недосягаемыми.

 Итак, я должна сказать огромное спасибо коучингу, который научил меня не просто давать советы человеку, который посетовал на ту или иную ситуацию, получил совет и ничего не сделал для того, чтобы ситуацию изменить.
Занятия коучингом помогают понять, что вы не просто сосуд, не просто чаша, которую надо заполнить живительной влагой, вы - то самое семя, из которого может вырасти могучее, высокое дерево.

 Вы сможете, также как и я в начале своих занятий, обрести смелость, радость от даже самых маленьких успехов. Я, наконец-то, поняла, что значит, творческий поиск и что такое драйв. Подумать только, когда-то я даже не имела об этом представления. А также, я не перестаю верить в то, что человек всегда стремится проявить свои лучшие качества в любом своем проявлении. И как бы это не выглядело – ЭТО ВАЖНАЯ МЫСЛЬ