

Владимир Токарев

НЕ НУЖНО
СТЫДИТЬСЯ



Владимир Токарев
Не нужно стыдиться. ТМ-6

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42388765

ISBN 9785449670021

Аннотация

Это шестой номер журнала по новому тайм-менеджменту. В этом номере журнала продолжено представление материалов по менеджменту эмоций. Рассказано, как избежать ненужной стыдливости.

Содержание

| | |
|--|----|
| Эмоции в розницу | 6 |
| Содержание номера | 8 |
| 1. Наши новости по проекту краудфандинга | 9 |
| 2. Стыд: человек нравственный | 13 |
| 1. Одна история | 14 |
| Смена работы | 14 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 17 |

Не нужно стыдиться ТМ-6

Владимир Токарев

© Владимир Токарев, 2019

ISBN 978-5-4496-7002-1 (т. 6)

ISBN 978-5-4496-6600-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

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%).



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 2008 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. Вы читаете третий такой журнал (он имеет 6 порядковый номер).

Содержание номера

1. Наши новости по проекту краудфандинга

2. Стыд: человек нравственный

1. Одна история

2. Система управления собой

3. Процесс управления: как мы стыдимся

4. Не нужно стыдиться

ЗАДАНИЕ

Приглашение в будущее

1. Наши новости по проекту краудфандинга История одной статьи

Итак, в настоящее время идет 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».

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



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

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», предлагаемая в 5 номере журнала «Новый тайм-менеджмент».

а когда появится возможность, вернуться к запланированной последовательности.

2. Стыд: человек нравственный

Чтобы управлять эмоцией, недостаточно ее сдерживать, но нужно еще уметь делать ее объектом умственного созерцания.

Ю. Орлов

Любозн. генир. – У меня возникли некоторые проблемы восприятия информации. А можно рассказать какую-то историю, а в описание вплести проявления твоих или чужих эмоций, если это будет история не про тебя?

Автор – С большим удовольствием. Пусть это будет моя история. Но чтобы я сильно не отвлекался, задавай мне уточняющие вопросы.

Любозн. генир. – Договорились.

1. Одна история СЕЛ В ТРАМВАЙ, ПОЕХАЛ И ПРИЕХАЛ

Примерно такого содержания я хочу рассказать одну историю. А началось все достаточно давно.

Смена работы

Я только сменил работу старшего научного сотрудника в НИИ (в области физики полупроводников) на работу старшего преподавателя управленческих дисциплин в вузе. До этого очень успешно (после годового обучения вместе с аспирантами) сдал кандидатские экзамены по рыночной экономике. Опыт преподавания у меня был очень скромный – мы организовали короткие курсы в НИИ, где обучали разным дисциплинам желающих работников НИИ по технике личной работы (это были курсы скорочтения, тренировки памяти, учета времени (последнюю дисциплину вел я) и др. Но поскольку в НИИ мне много приходилось руководить (группой, НИОКРами), да еще я активно занимался общественной работой, то практические занятия со студентами вуза мне дались легко – контакт находился с аудиторией очень быстро.

Но вот начались мои лекции. И мне показалось, что мой контакт с аудиторией не на оценку отлично.

Хотя публичное выступление – вещь не такая сложная, но кто бы мне про нее рассказал. Правда, книгу Карнеги на тему я прочитал, и она чуть придала мне уверенности.

Любозн. генир. – Ну и как, ты стал отличным лектором?

Автор – Жизнь повернулась так, что на некоторое время у меня в этом отпала необходимость.

Так сложились удачно мои обстоятельства, что после первого года работы в одном вузе, я был принят в другой вуз, где проработал на кафедре экономики около 10 лет. Удачным было для меня в частности то, что это был иняз, и мои группы (где я преподавал управленческие дисциплины) были очень маленькими, и я забыл о своих проблемах работы с большой аудиторией. Через несколько лет стал заниматься еще и управленческим консультированием, в целом дела налаживались. И примерно в 2004 году я ушел в свободное плавание – стал заниматься исключительно управленческим консультированием (в Нижнем, Москве, Чебоксарах).

А в 2008 году начался кризис (для нас он случился в 2009 году).

Появилось больше свободного времени, я стал активным посетителем профильной соцсети международного сообще-

ства менеджеров.

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.