

УДК 331.53
ББК 65.240.591
Х98

*Издано с разрешения Health Communications, Inc.
и литературного агентства Nova Littera*

Хьюитт, Л.

Х98 Целная жизнь для студентов / Лес Хьюитт, Эндрю Хьюитт, Люк д'Абади ; пер. с англ. Владимира Хозинского. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2012. — 272 с.

ISBN 978-5-91657-242-1

Перед вами настоящее руководство к действию для студентов вузов, которые скоро пустятся в самостоятельное плавание. Оно также — находка для родителей, которые стремятся дать верный старт в жизнь своим детям. Знаменитый бизнес-тренер Лес Хьюитт и его соавторы предлагают простую и эффективную методику выбора и достижения цели путем выполнения пошаговых стратегий.

Эта книга предлагает вам рассматривать вуз как территорию возможностей и с самого начала занять активную позицию. Прочитав ее, вы вместо ориентации на диплом сосредоточитесь на получении опыта в области ваших интересов и установлении крепких профессиональных связей. Задача авторов амбициозна, но вполне достижима: в вузе вы должны научиться не выживать, а блистать! Следом придет и успешность, и четкое понимание цели, и финансовая независимость.

УДК 331.53
ББК 65.240.591

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

VEGAS LEX

© Health Communications, Inc., 2005

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2012

ISBN 978-5-91657-242-1

Оглавление

Предисловие	12
Введение. Почему подавляющее большинство студентов не может определиться с выбором карьеры, а потом — найти достойную работу?	13
Каково же решение?	14
Проверено, правдиво — как принципы работали на нас ...	15
Польза! Польза! Польза!!!	17
Для кого эта книга будет наиболее полезной?	18
Как сделать так, чтобы книга принесла пользу именно вам	18
Стратегия № 1. Заставляем вуз работать в XXI веке	20
Информационный век	22
Что нужно работодателям	23
Мир изменился	24
Успех в вузе в информационный век	24
Как увеличить окупаемость инвестиций	28
Формула нацеленности на опыт	29
Выйдите за пределы зоны комфорта	35
Выводы	39
Практические шаги	41
Стратегия № 2. Зажгите внутренний огонь	44
Сила страсти	46
Что разжигает огонь именно в вас?	51

Собираем Passion Puzzle	53
Изучите ваши понятия о профессиях	61
Выводы	65
Практические шаги	67
Стратегия № 3. В верном ли направлении вы движетесь?	72
Профессиональный «компас» по направлениям будущей деятельности	72
Направление: НС	76
Направление: ИП-ВБ	78
Направление: ИП	80
Направление: ВБ	80
Направление: УС	82
Направление: ТП	84
Выводы	88
Практические шаги	90
Стратегия № 4. Ваши привычки определяют ваше будущее	92
Что такое привычка?	94
Успешные привычки для студентов	96
Оптимальная привычка: принципиальность	100
Формула успешных привычек	104
Выводы	108
Практические шаги	110
Стратегия № 5. Провалить планирование = планировать провал	114
Начинайте, думая о завершении	116
Обновляйте резюме — получайте опыт	117
Больше денег — больше проблем	121
Создание надежного плана	123
Система умных целей	124
Семестровая система	127
Мыслим по-крупному	129
Выводы	132
Практические шаги	134

Стратегия № 6. Хватайте руль — и жмите на газ!	139
Препятствие № 1. Привычка откладывать	139
Четыре способа борьбы с привычкой откладывать	142
Препятствие № 2. Страх	145
Азбука страха	145
Четыре способа борьбы со страхом	148
Настройтесь на решение	152
Норма социального взаимодействия	154
Сила просьб и вопросов	159
Почему мы боимся просить?	160
Выводы	162
Практические шаги	164
Стратегия № 7. Важно не то, что вы знаете,	
а кого вы знаете	167
Восемь способов понравиться каждому	168
В спорте важна команда, в жизни — сеть	174
Трехшаговая система нетворкинга	177
Ваша нетворкинг-среда	182
Вы тот, с кем общаетесь	185
Выводы	189
Практические шаги	191
Стратегия № 8. Ваше финансовое будущее начинается	
прямо сейчас!	196
Выберите финансовое будущее, которое вы хотите	199
Вариант финансового будущего № 1. Пенсия	200
Вариант финансового будущего № 2.	
Финансовая свобода	201
Достижение финансовой свободы	204
Вариант финансового будущего № 3. Тратьте больше,	
чем зарабатываете	209
Хороший долг / плохой долг	210
Минимизация плохого долга	211
Выводы	214
Практические шаги	216

Стратегия № 9. Покоряем вершину	220
Жизнь с целью	223
Жизнь с мечтой	224
Нацельтесь и познавайте	226
Путешествие к мечте	230
Стоп-люди	232
Выживаем в холоде	234
Преодолеваем лавины	234
Готовься, целься.... действуй!	236
Выводы	239
Практические шаги	241
Заключение. Ваше будущее в ваших руках	245
Благодарности	247
Об авторах	250