

Andrzej Moszczyński

Inaczej **o umiejętności** **wyznaczania** **i osiągania celów**



INSPIRUJĄCY PORADNIK

Andrzej Moszczyński

Inaczej o umiejętności wyznaczania i osiągnięcia celów



2021

© Andrzej Moszczynski, 2021

Korekta oraz skład i łamanie:
Wydawnictwo Online
www.wydawnictwo-online.pl

Projekt okładki:
Mateusz Rossowiecki

Wydanie I

ISBN 978-83-67017-10-7

Wydawca:



Andrew Moszczynski Institute LLC
1521 Concord Pike STE 303
Wilmington, DE 19803, USA
www.andrewmoszczynski.com

Licencja na Polskę:
Andrew Moszczynski Group sp. z o.o.
ul. Grunwaldzka 472
80-309 Gdańsk
www.andrewmoszczynskigroup.com

Licencję wyłączną na Polskę ma Andrew Moszczynski Group sp. z o.o. Objęta jest nią cała działalność wydawnicza i szkoleniowa Andrew Moszczynski Institute. Bez pisemnego zezwolenia Andrew Moszczynski Group sp. z o.o. zabrania się kopiowania i rozpowszechniania w jakiegokolwiek formie tekstów, elementów graficznych, materiałów szkoleniowych oraz autorskich pomysłów sygnowanych znakiem firmowym Andrew Moszczynski Group.

*Ukochanej Żonie
Marioli*

SPIS TREŚCI

Wstęp	9
Rozdział 1. Dlaczego nie umiemy wyznaczać celów?	13
Rozdział 2. Moje doświadczenia	17
Rozdział 3. Kryteria wyznaczania celów	21
A. Cel powinien być szczegółowy	22
B. Cel powinien być mierzalny	29
C. Cel powinien być trafny	31
D. Cel powinien być realistyczny	34
E. Cel powinien być terminowy	36
F. Cel powinien być ekscytujący	40
G. Cel powinien być zapisany	43
Rozdział 4. Wyciąganie wniosków z sukcesów i porażek	49
Rozdział 5. Źródła inspiracji	53

Rozdział 6. Przykłady wyznaczania i osiągnięcia celów w różnych obszarach	57
Rozdział 7. Człowiek, którzy zasłynął z maestrii w wyznaczaniu i osiągnięciu celów	67
Co możesz zapamiętać?	73
Bibliografia	75
O autorze	91
Opinie o książce	97
Dodatek. Cytaty, które pomagały autorowi napisać tę książkę	101

Wstęp

Cel to stan, sytuacja lub obiekt, do którego dążymy. Wyznaczając sobie cele, decydujemy, co chcemy osiągnąć i dokąd chcemy zajść. Tym samym nadajemy swojemu życiu sens.

Wiemy, na czym powinniśmy się skoncentrować, aby zrealizować swoje zamierzenia. Angażując się tylko w te przedsięwzięcia, które wspomagają nas w dążeniu do celu, zyskujemy szansę na osiągnięcie spełnienia w życiu. U podstawy każdego celu leży jednak marzenie. Powinno być urzeczywistnione poprzez konkretne działania, a nie jakiś cudowny zbieg okoliczności. Cel to nie życzenie. Cel to coś, co chcemy osiągnąć. Z punktu widzenia prakseologii – nauki o skutecznym działaniu – cele mogą być zarówno zewnętrzne, jak i wewnętrzne; stopniowalne i niestopniowalne. Namalowanie obrazu, aby go

sprzedać i zarobić pieniądze, będzie celem zewnętrznym, ale namalowanie go dla przyjemności samego tworzenia jest celem wewnętrznym. Rozwijanie osobowości i pokonywanie kolejnych słabości to z kolei cele stopniowalne. Z kolei postawienie sobie za cel małżeństwa uznaje się za niestopniowalne (nie można częściowo zawrzeć związku małżeńskiego).

Techniki, które opiszę, na stałe goszczą i w gabinetach biznesmenów, i na sportowych salach treningowych. Są to rozwiązania uniwersalne. Przydają się w codziennym życiu, mogą być stosowane przez każdego człowieka bez względu na profesję i dziedzinę, w której działa. Wyznaczanie celów jest bowiem kluczowym elementem planowania życia. Cele dają nam przekonującą wizję i długotrwałą motywację. Kształtują nasze marzenia i nadają kierunek życiu. Wyzwalają determinację i koncentrację, dzięki czemu jesteśmy w stanie przezwyciężać przeszkody. Wyznaczając cele i dążąc do ich osiągnięcia, rozwijamy się i stajemy się lepsi.

Zastanawiając się nad własnymi pragnienia-

mi, uświadamiamy sobie, co jest dla nas naprawdę ważne. Gdy osiągamy cele, zyskujemy pewność siebie, wiarę we własne siły i poczucie kontroli nad swoim życiem. Potwierdzamy swoje zdolności i kompetencje, a także zdobywamy nowe umiejętności.



Rozdział 1

Dlaczego nie umiemy wyznaczać celów?

Temat rozpoznawania własnych celów traktuję bardzo osobiście. Od dziecka żyję ich wyznaczaniem i dążeniem do ich osiągnięcia.

Uważam, że nadaje to kierunek i sens egzystencji. W praktyce okazuje się, że częściej wiemy, czego nie chcemy, aniżeli czego chcemy. Nie chcę być dłużej nieszczęśliwy, nie chcę wykonywać tej znienawidzonej pracy, nie chcę tkwić w toksycznym związku – mówią ludzie. Jeśli jednak zapytamy ich, czego chcą, okaże się, że nie potrafią określić, na czym polega szczęście, jakiej pracy i jakiego związku chcą. Myślę, że część z nas, kierowana zniechęceniem i rozczarowaniem porażkami z przeszłości, świadomie rezygnuje z wyznaczania celów.

To zupełnie naturalne, że wolimy uniknąć bólu niepowodzenia i gorzkiego smaku przegranej. Ale nie powinno się to zmienić w paraliżujący aktywność lęk.

Ważne, by nieustannie pogłębiać wiedzę w tym zakresie. To da nam ogromną satysfakcję i wiarę w siebie.

Zanim jednak wyjaśnię, co konkretnie można zrobić, by dobrze wyznaczyć cel, chciałbym przestrzec cię przed zgubnym w skutkach działaniem, które choć jest ukierunkowane na cel, okazuje się ślepym podążaniem za nim – zamiast bowiem porządkować czynności, tylko osłabia naszą wolę. W filozofii konfucjańskiej istnieje pojęcie *ming*, tłumaczone jako działanie bez nagrody. Jeżeli cel nas zaślepia i za bardzo go pragniemy, nasze działania stają się powierzchowne i chaotyczne, a co za tym idzie – nie potrafimy go osiągnąć. Jeżeli natomiast zaplanujemy czynności i skupimy się wyłącznie na ich istocie oraz właściwym wykonaniu, to, paradoksalnie, mamy pewność, że ten cel osiągniemy. Wyobraź sobie, że musisz zdać ważny dla siebie

egzamin. Wykładowca jest niezwykle wymagający, a w dodatku ma dobrą pamięć do twarzy. Omówił też z twoją grupą zasady egzaminu – będzie to test. Co robią niektórzy słuchacze? Przychodzą co prawda na wykłady, ale tylko po to, aby być zauważonym, i notują wyłącznie to, co można wypunktować (na pewno znajdzie się na teście). Tylko nieliczni skupiają się na treści wykładanego przedmiotu, systematycznie pracują i zadają pytania. W dniu egzaminu okazuje się, że wykładowca zachorował, egzamin przeprowadzi inna osoba i nie będzie to test. Cały wysiłek związany z chęcią bycia „zapamiętanym” i wybiórczym uczeniem się idzie więc na marne. Nietrudno się domyślić, kto zda ten egzamin – ci, którzy skupili się nie na celu, ale na działaniu: wnikliwym poznaniu treści. Podobne przykłady można mnożyć. Gdy gotujemy dla ważnej dla nas osoby, tak skupiamy się na wyniku naszych starań, że często zaniedbujemy dokładność receptur kulinarnych. Gdy kierowcy dojeżdżają do domów z długich tras, tak bardzo cieszą się na zbliżające się spotkanie z rodziną,

że przez ostatnich 10 kilometrów zapominają o ostrożności – cel ich rozprasza. Planując cele, powinniśmy więc poświęcić tyle samo uwagi metodom ich osiągnięcia.



O autorze

Andrzej Moszczyński od 30 lat aktywnie zajmuje się działalnością biznesową. Jego główną kompetencją jest tworzenie skutecznych strategii dla konkretnych obszarów biznesu.

W latach 90. zdobywał doświadczenie w branży reklamowej – był prezesem i założycielem dwóch spółek z o.o. Zatrudniał w nich ponad 40 osób. Spółki te były liderami w swoich branżach, głównie w reklamie zewnętrznej – tranzytowej (reklamy na tramwajach, autobusach i samochodach). W 2001 r. przejęciem pakietów kontrolnych w tych spółkach zainteresowały się dwie firmy: amerykańska spółka giełdowa działająca w ponad 30 krajach, skupiająca się na reklamie radiowej i reklamie zewnętrznej oraz największy w Europie fundusz inwestycyjny. W 2003 r. Andrzej sprzedał udziały w tych spółkach inwestorom strategicznym.

W latach 2005-2015 był prezesem i założycielem spółki, która zajmowała się kompleksową komercjalizacją liderów rynku deweloperskiego (firma w sumie

sprzedała ponad 1000 mieszkań oraz 350 apartamentów hotelowych w systemie condo).

W latach 2009-2018 był akcjonariuszem strategicznym oraz przewodniczącym rady nadzorczej fabryki urządzeń okrętowych Expom SA. Spółka ta zasięgiem działania obejmuje cały świat, dostarczając urządzenia (w tym dźwigi i żurawie) dla branży morskiej. W 2018 r. sprzedał pakiet swoich akcji inwestorowi branżowemu.

W 2014 r. utworzył w USA spółkę LLC, która działa w branży wydawniczej. W ciągu 14 lat (poczynając od 2005 r.) napisał w sumie 22 kieszonkowe poradniki z dziedziny rozwoju kompetencji miękkich – obszaru, który ma między innymi znaczenie strategiczne dla budowania wartości niematerialnych i prawnych przedsiębiorstw. Poradniki napisane przez Andrzeja koncentrują się na przekazaniu wiedzy o wartościach i rozwoju osobowości – czynnikach odpowiedzialnych za prowadzenie dobrego życia, bycie spełnionym i szczęśliwym.

Andrzej zdobywał wiedzę z dziedziny budowania wartości firm oraz tworzenia skutecznych strategii przy udziale następujących instytucji: Ernst & Young, Gallup Institute, PricewaterhouseCoopers (PwC) oraz Harvard Business Review. Jego kompetencje można przyrównać do pracy **stroiciela instrumentu**.

Kiedy miał 7 lat, mama zabrała go do szkoły muzycznej, aby sprawdzić, czy ma talent. Przeszedł test

pozytywnie – okazało się, że może rozpocząć edukację muzyczną. Z różnych powodów to nie nastąpiło. Często jednak w jego książkach czy wykładach można usłyszeć bądź przeczytać przykłady związane ze światem muzyki.

Dlaczego można przyrównać jego kompetencje do pracy stroiciela na przykład fortepianu? Stroiciel udoskonala fortepian, aby jego dźwięk był idealny. Każdy fortepian ma swój określony potencjał mierzony jakością dźwięku – dźwięku, który urzeka i wprowadza ludzi w stan relaksu, a może nawet pozytywnego ukojenia. Podobnie jak stroiciel Andrzej udoskonala różne procesy – szczególnie te, które dotyczą relacji z innymi ludźmi. Wierzy, że ludzie posiadają mechanizm psychologiczny, który można symbolicznie przyrównać do **mentalnego żyroskopu** czy **mentalnego noktowizora**. Rola Andrzeja polega na naprawieniu bądź wprowadzeniu w ruch tych „urządzeń”.

Żyroskop jest urządzeniem, które niezależnie od komplikacji pokazuje określony kierunek. Tego typu urządzenie wykorzystywane jest na statkach i w samolotach. Andrzej jest przekonany, że rozwijanie **koncentracji i wyobraźni** prowadzi do włączenia naszego mentalnego żyroskopu. Dzięki temu możemy między innymi znajdować skuteczne rozwiązania skomplikowanych wyzwań.

Noktowizor to wyjątkowe urządzenie, które umożliwia widzenie w ciemności. Jest wykorzystywane przez wojsko, służby wywiadowcze czy myśliwych. Życie Andrzeja ukierunkowane jest na badanie tematu źródeł wewnętrznej motywacji – siły skłaniającej do działania, do przejawiania inicjatywy, do podejmowania wyzwań, do wchodzenia w obszary zupełnie nieznane. Andrzej ma przekonanie, że rozwijanie **poczucia własnej wartości** prowadzi do włączenia naszego mentalnego noktowizora. Bez optymalnego poczucia własnej wartości życie jest ciężarem.

W swojej pracy Andrzej koncentruje się na procesach podnoszących jakość następujących obszarów: właściwe interpretowanie zdarzeń, wyciąganie wniosków z analizy porażek oraz sukcesów, formułowanie właściwych pytań, a także korzystanie z wyobraźni w taki sposób, aby przewidywać swoją przyszłość, co łączy się bezpośrednio z umiejętnością strategicznego myślenia. Umiejętności te pomagają rozumieć mechanizmy wywierania wpływu przez inne osoby i umożliwiają niepoddawanie się wszechobecnej indoktrynacji. Kiedy mentalny noktowizor działa poprawnie, przekazuje w odpowiednim czasie sygnały ostrzegające, że ktoś posługuje się manipulacją, aby osiągnąć swoje cele.

Andrzej posiada również doświadczenie jako prelegent, co związane jest z jego zaangażowaniem w działa-

nia społeczne. W ostatnich 30 latach był zapraszany do udziału w różnych szkoleniach i seminariach, zgromadzeniach czy kongresach – w sumie jako mówca wystąpił ponad 700 razy. Jego przemówienia i wykłady znane są z inspirujących przykładów i zachęcających pytań, które mobilizują słuchaczy do działania.



Opinie o książce

Małe dziecko przychodzi na świat bez instrukcji obsługi, o czym boleśnie przekonują się kolejne pokolenia młodych rodziców. A jednak mimo tej pozornej przeszkody ludzkość była i jest w stanie poradzić sobie z tym wyzwaniem. Jak? Młodzi rodzice szybko uczą się – głównie metodą prób i błędów – jak zaspokajać potrzeby swojego dziecka. Rodzicielstwo to ciekawa mieszanka zaufania do własnej intuicji, pomocy bliskich i odwołania do wiedzy ekspertów. To nie stały zestaw umiejętności, które ujawniają się w chwili narodzin dziecka, lecz raczej proces nabywania nowych umiejętności dostosowanych do potrzeb i rozwoju własnych pociech.

Nie inaczej jest w przypadku rozpoznania swoich talentów i wykorzystania ich w codziennym życiu. Nie są to zdolności, jakie nabywa się po przeczytaniu jednej książki lub uczestniczeniu w weekendowych warsztatach, lecz raczej droga, na którą się wchodzi świadomie i którą podąża przez resztę życia. Wybierając się w podróż, zwykle pakujemy ze sobą przewodnik i mapę,

dlatego też podczas podróży do własnego wnętrza także warto sięgnąć po jakiś przewodnik. Seria książek autorstwa Andrzeja Moszczyńskiego jest właśnie takim przewodnikiem, zawierającym cenne podpowiedzi oraz techniki odkrywania i wykorzystywania swoich talentów. Autor nie stawia się w pozycji eksperta wiedzącego lepiej, co jest dla nas dobre, lecz raczej doradcy odwołującego się szeroko do filozofii, literatury, współczesnych technik doskonalenia osobowości i własnych doświadczeń. Zdecydowanymi mocnymi stronami tej serii są przykłady z życia ilustrujące prezentowane zagadnienia oraz bogata bibliografia służąca jako punkt do dalszych poszukiwań dla wszystkich zainteresowanych doskonaleniem osobowości. Uważam, że seria ta będzie pomocna dla każdego zainteresowanego świadomym życiem i rozwojem osobistym.

Ania Bogacka

Editorial Consultant and Life Coach

* * *

Na rynku książek wybór poradników jest ogromny, ale wśród tego ogromu istnieją jasne punkty, w oparciu o które można kierować swoim życiem tak, by osiągnąć spełnienie. Samorealizacja jest osiągnięta poprzez mą-

drość i świadomość. To samo sprawia, że książki Andrzeja Moszczyńskiego są tak użyteczne i podnoszące na duchu. Dzielenie się mądrością w formie przykładów wielu historycznych postaci oświeśla drogę w tej kluczowej podróży. Każda z książek Andrzeja jest kompletna sama w sobie, jednak wszystkie razem stanowią zestaw narzędzi, przy pomocy których każdy z nas może ulepszyć umysł i serce, aby ostatecznie przyjąć proaktywną i współczującą postawę wobec życia. Jako osoba, która badała i edytowała wiele tekstów z filozofii i duchowości, mogę z entuzjazmem polecić tę książkę.

Lawrence E. Payne

OFERTA WYDAWNICZA

Andrew Moszczynski Group sp. z o.o.



[Kup książkę](#)





