



СМЕЛОСТЬ



БЫТЬ  
ОБЫЧНОЙ



наслаждайся  
простой жизнью,  
пока другие  
фотошопят свою



САМАНТА МЭТТ



**Саманта Мэтт**  
**Смелость быть обычной.**  
**Наслаждайся простой жизнью,**  
**пока другие фотошопят свою**  
**Серия «Психологический**  
**бестселлер (ЭКСМО)»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63072847](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63072847)*

*Смелость быть обычной: наслаждайся простой жизнью, пока другие  
фотошопят свою:  
ISBN 978-5-04-112104-4*

### **Аннотация**

Когда следишь за другими людьми в Instagram и Facebook, легко поверить, что их жизнь интереснее и счастливее, чем у тебя. Сегодня успех измеряется количеством лайков и комментариев, социальные сети приучают думать, что посредственность – это плохо. От такого парада успеха и безупречной красоты легко приунуть и почувствовать себя неудачником. Но мир не черно-белый, и в самой простой жизни можно найти множество поводов для радости и гордости за себя.

Эта книга, полная веселых историй и советов, – манифест, призывающий принять себя со всеми достоинствами и недостатками и увидеть красоту в своей обычной жизни.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

# Содержание

Вступление	6
1	14
Ода мечтам «десяток за пятак»	14
15 убеждений средних людей о профессиональном мире	20
Если вам не нравится то, что вы делаете, это совершенно нормально	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30

**Саманта Мэтт**  
**Смелость быть обычной:**  
**наслаждайся простой**  
**жизнью, пока другие**  
**фотошопят свою**

*Посвящается бабушке и Поппону*

© Новикова Т.О., перевод на русский язык, 2020

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

# Вступление

## Помогите! Я – средний человек

ВЕЛИЧАЙШЕЕ ДОСТИЖЕНИЕ моего детства – это поступление в танцевальный кружок.

Я не шучу.

На белом столе в моей комнате появилось целое святилище кубков, медалей и ярких розеток из лент – мои награды за участие в занятиях, конкурсах и концертах.

Глядя на них, подружки завистливо шептали:

– Похоже, ты и правда отлично танцуешь...

Мама часто просила *не* приводить подружек в мою захламленную спальню, но я совершенно не обращала на это внимания. «Инстаграм» в те годы не существовал, и мне просто негде было демонстрировать свои достижения – а мир должен был узнать о моей ценности. Я добилась успеха! Я победительница! Я несколько лет занимаюсь танцами – и до сих пор не бросила!

Да, конечно, награды создавали впечатление, что я – исключительно талантливая танцовщица, но нужно взглянуть фактам в лицо. В кружке я считалась средней, а на концертах почти всегда стояла в заднем ряду. И не из-за высокого роста. Сколько я себя помню, рост мой составлял всего 157 сантиметров. Просто я была не настолько хороша, как дру-

гие. Но при этом – не так уж и плоха. Я вполне вписывалась в нашу танцевальную группу. Просто я была... *средней*.

Средней. Я была средней.

У меня был средний вес – то есть доктор, оценивая мой индекс массы тела, называл его «лишним», в нескольких шагах от «тучности».

Я была средней ученицей. Получала приличные оценки, но не настолько, чтобы с гордостью сообщать о них родителям.

У меня была средняя внешность. В восьмом классе учитель сказал мне: «Иногда ты вполне симпатичная, а порой – не очень».

У меня сложилась средняя история отношений. В восьмом классе я пережила двухнедельный роман, на выпускной пришла одна, а первый поцелуй случился, когда мне исполнилось семнадцать. Настоящий бойфренд появился в девятнадцать.

У меня была средняя социальная жизнь. В старших классах я не была особо популярной, но меня приглашали на домашние вечеринки, пикники в лесу и попойки на парковках. Даже популярные девчонки не очень возражали, когда я садилась с ними за обедом, хотя столы эти предназначались для «стильных», «клевых», «спортивных» и «сексуально активных». Мы были совершенно нормальными девчонками, жили обычной жизнью и питались относительно здоровой едой. Кроме одного года, когда я решила, что будет

полезно съесть на обед бейгл. Обычный бейгл. И выпивать бутылку клубничной газировки из автомата. Мне казалось, что такая диета совершит чудеса с моим индексом массы тела.

Но я не хотела вечно оставаться средней и не думала, что моя жизнь такой и будет. Ведь в глубине души я всегда считала себя особенной. Дед и бабушка постоянно твердили мне об этом: «Ты такая особенная! Ты такая замечательная!» Стоило мне переступить порог их дома, как они осыпали меня комплиментами. Папа тоже всегда говорил: «Ты – самая красивая девочка в мире!» Впрочем, мама в этом не участвовала. Она не желала раздувать мое эго. И не хотела, чтобы мне было больно падать. Поэтому я точно знала, что мне нужно делать: выбраться отсюда и доказать тем, кто считал меня особенной, что я такая и есть, а тех, кто так не думал, убедить, что они ошибались.

Так я вступила на тернистый путь, чтобы обрести смысл жизни в восхищении окружающих. Я старалась изо всех сил, пока не поняла, что стала совершенно взрослой, кубков мне вручать никто не собирался, и я представления не имела, удастся ли мне добраться туда, куда я хотела. Туда, где, как мне казалось, я должна была быть.

Какую же жизнь я считала достойной? Таковую, которой могли бы гордиться родители и завидовать сверстники. Жизнь, которая вызывала бы овации – в виде лайков и комментариев в социальных сетях. Жизнь, в которой я могла

бы проставить галочки во всех клеточках жизненной шкалы, вложенной в мою голову обществом.

То, что ты живешь средней жизнью, вовсе не делает тебя неудачником. Это не означает, что ты не можешь добиться большего успеха. Просто ты – такой же, как все, и живешь спокойной, нормальной жизнью.

Когда мне было уже далеко за двадцать, я решила проанализировать собственную жизнь. Она показалась мне средней. Я неплохо училась, получила хорошую работу в приличной компании, но денег получала не так много, как мне хотелось. Да и признания, заслуженного, по моему мнению, я тоже не получала. У меня были серьезные, долгие отношения с хорошим парнем, но замуж я не вышла и не собиралась заводить детей – хотя в таком возрасте уже пора бы. У меня были подруги, с которыми я встречалась, но не так часто, как следовало бы. Это постоянно вызывало у меня чувство паники: «меня никто не любит», «все на меня обижаются». Судя по индексу массы тела, у меня все еще сохранялся лишний вес – от тучности я чуть-чуть отдалилась, но не настолько, насколько ожидала после перехода к более здоровому образу жизни.

Что же не так с моей жизнью? То, что я не попала в список самых ярких молодых звезд мира по версии журнала «Форбс»? Что я не готова иметь детей, хотя должна была бы к этому возрасту? Что из-за каких-то дурацких вычислений роста и веса я недовольна собственной внешностью,

хотя достаточно подтянутая, сильная и симпатичная? Что у *средняя*?

С моей жизнью все было в порядке. Я просыпалась по утрам, шла на работу, оплачивала счета, встречалась с подругами и имела романтические отношения. Так почему же я так переживала из-за того, что не смогла во взрослой жизни стать «самой лучшей в классе»? И из-за того, что окружающие не восхищаются моими достижениями? Я жила вполне прилично.

Общество приучило нас думать, что «среднее» – это плохо. Мы все считаем себя особенными. И значимыми. А когда наши таланты не получают восхищенного признания, нам кажется, что мы неудачники. Мы живем в черно-белом мире: или сенсационный успех, или абсолютный провал.

Подобное восприятие – результат эпидемии нарциссизма. Люди питают неоправданно высокие ожидания. По статистике, в 50-е годы лишь 12 % студентов колледжа считали себя значимыми и особенными. К 80-м годам это число выросло до 80 %<sup>1</sup>. Люди (и их родители) не просто считают себя особенными и заслуживающими самого лучшего. Они не могут смириться с тем, что добиваются не таких высоких успехов, как их сверстники.

---

<sup>1</sup> *Teh Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement* by Jean M. Twenge and W. Keith Campbell (New York: Atria, 2009), цитируется в статье: «Tomas Chamorro-Premuzic. The Upsides of Being Average», – *Psychology Today*, June 2, 2017, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/mr-personality/201706/the-upsides-being-average>

Некоторые стараются изо всех сил, чтобы выделиться из толпы. Они старательно скрывают заурядные стороны своей жизни от окружающих. Многие впадают в депрессию. Исследование ученых из Пенсильванского университета показало, что причиной тому является успешность других в социальных сетях: «Когда смотришь на жизнь других людей, в особенности в «Инстаграме», легко поверить, что у всех она интереснее и лучше, чем у тебя»<sup>2</sup>. А когда нам кажется, что все вокруг живут лучше, то мы начинаем считать свою жизнь ниже среднего, а ведь она должна была стать особенной!

Эта навязчивая одержимость совершенством заставляет людей думать, что *среднее* – это оскорбление, равносильное неудаче. Когда люди верят в свою особенную значимость, им очень тяжело смириться с тем, что мир их такими не видит.

Проблема в том, что люди забыли о существовании счастливой посредственности. Мы забыли, что между успехом и неудачей есть что-то еще. Его я и называю *средним*. Что же в этом плохого?

То, что ты живешь средней жизнью, вовсе не делает тебя неудачником. Это не означает, что ты не можешь добиться большего успеха. Просто ты – такой же, как все, и живешь спокойной, нормальной жизнью.

Если жизнь – это экзамен и на нем ставят оценки, то сред-

---

<sup>2</sup> University of Pennsylvania. «Social Media Use Increases Depression and Loneliness, Study Finds». *ScienceDaily*. [www.sciencedaily.com/releases/2018/11/181108164316.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2018/11/181108164316.htm) (accessed May 14, 2019).

нее – это нечто близкое к самой высокой оценке. Почему? Потому что так живет большинство. Да не может быть! Особенно не верится в это таким, как я, кто в детстве участвовал где только можно, получал призы, слышал добрые слова, а позже, уже во взрослой жизни, стал зависеть от оценок социальных сетей. Когда награды прекратились, мне стало казаться, что я провалилась. Когда добрые слова стали звучать реже, у меня опустились руки. А когда лайков было недостаточно, я удаляла посты. Потому что обычной оценки стало недостаточно. Мне нужно было больше.

Но это же глупо! Быть средним – нормально. Быть средним – замечательно. Итак, здравствуйте, меня зовут Саманта, и я расскажу вам, почему решила написать эту книгу.

Моя книга есть манифест для всех нас. Призыв принять среднее. Призыв перестать оценивать свое существование по похвалам. Призыв понять, что совершенно нормально быть не таким, каким тебе когда-то хотелось.

Нет, я вовсе не призываю отказаться от всех своих мечтаний и довольствоваться тем, что у вас есть. Но, может быть, если начать жить для себя (такого, каким вы стали сейчас, а не были много лет назад), окажется, что вы вполне счастливы. Ведь вы позволили себе быть счастливым на пути к тому, что впереди готовит вам жизнь.



**Я ВПОЛНЕ ДОВОЛЬНА СВОЕЙ КАРЬЕРОЙ!  
НАГРАДА**

# 1

## **Середняк – не неудачник ...и другие мысли о том, как быть середняком на работе и в финансах**

### **Ода мечтам «десяток за пятачок»**

Я вышла из желтого такси посреди Манхэттена. Пробираясь сквозь толпу, я любовалась прекрасным зданием во всем его величии. Небоскреб, настолько высокий, что я не могла увидеть его целиком, как бы ни закидывала голову.

Разве что если бы шею сломала, тем более что никогда не отличалась гибкостью. Закрыв глаза и сжав кулаки, я твердила про себя: *«Вот оно! Я получу эту работу!»* Я ехала устраиваться на телестудию – ведь всегда об этом мечтала. Я собрала волю в кулак, сделала невозмутимое лицо и направилась к большим стеклянным дверям.

Уверенность моя испарилась сразу же, как только я вошла в здание. Вокруг меня во всех возможных направлениях сновали толпы людей. Даже к стойке приемной добраться было нелегко. Я чувствовала себя Пакманом из компьютерной игры: со всех сторон меня окружали призраки.

Я начала сомневаться, что это место для меня. Нет, я не из маленького городка, но работала я только в маленьких компаниях и никогда прежде не бывала в таком большом офисе с множеством лифтов, возле которых стояли охранники и проверяли бейджики. До сегодняшнего дня я практиковалась в четырех маленьких и средних фирмах. Там я знала (или, по крайней мере, узнавала) почти всех сотрудников, и почти все знали или узнавали меня. Подойдет ли мне это гигантское место? Или меня здесь сожрут живьем?

Постепенно я все-таки добралась до нужного лифта и поднялась в офис, где должно было проходить собеседование.

Пока я сидела в красиво оформленной приемной, туда вошел один из сотрудников, и мы разговорились. После обычной светской беседы я спросила, как долго он здесь работает.

– Я работаю здесь еще с университетской практики. Не знаю, знаком ли вам такой опыт. Странно, что они пригласили кого-то со стороны, обычно здесь работают по университетской программе. Вам повезло.

Сердце мое упало.

Я подавала заявление в эту программу, но получила отказ и начала считать себя недостойной посредственностью. Почему только я решила, что смогу получить эту работу? Меня начала охватывать паника. Я уже не понимала, что делаю в этом месте.

Похоже, я слишком высоко подняла планку: ведь я обычный середняк.

Разве может такой заурядный человек, как я, питать столь нереалистичные мечты?

Может быть, поэтому они и называются мечтами – потому что никогда не сбываются в реальной жизни?

Меня пригласили на собеседование. Сотрудник кадровой службы задавал вопросы, я отвечала. Все прошло идеально. Потом я поехала домой.

Неудивительно, что эту работу я не получила. Через несколько недель пришло электронное письмо из отдела кадров. Как и в том офисе в холодный ноябрьский день, я зажмурилась, сжала кулаки и подумала: «Вот оно!» А потом я открыла письмо, и там было именно то, чего я ждала, – отказ. Как я могла рассчитывать на что-то другое?

Сначала я рассердилась на себя. Нужно было вести себя более убедительно! Нужно было включить в резюме все места работы. Нужно было проявить готовность работать практически даром!

А если бы я не была столь заурядной, удалось бы мне получить эту работу?

А потом я поняла: все это не моя вина.

Меня отвергли не потому, что я неубедительна. Мне отказали, потому что кто-то другой оказался более убедительным. И моя заурядность вовсе не помеха для мечтаний. Это качество заставляет меня и дальше стремиться к своим мечтам и со временем достигать их.

Хотя работу я не получила, но мечта у меня осталась.

Я знала, что не стану ужасным человеком, если она никогда не осуществится. По крайней мере, я могла гордиться тем, что пошла на собеседование. Меня не приняли, но я выступила достаточно хорошо. Я знала, что когда-нибудь кто-то даст шанс и такому середняку, как я.

Заурядность вовсе не помеха для моих мечтаний. Это качество заставляет меня и дальше стремиться к своим мечтам – стремиться и со временем достигать их.

Подождите-ка! Здесь история не заканчивается. После нескольких лет попыток найти работу на телевидении моя мечта осуществилась. Я получила желаемую должность.

Я добилась своей цели, но не почувствовала себя счастливой. Работа оказалась совсем неинтересной. Моими коллегами оказались такие люди, что бежать поутру в офис вовсе не хотелось. Что же не так?

Я задумалась, почему мне так хотелось добиться этой цели. Может быть, так я стремилась доказать людям свою исключительность? Или показать впечатляющий образ жизни? Или желала подняться «выше среднего» на фоне своих заурядных сверстников? Как бы то ни было, мечта оказалась пустышкой, и мне пришлось это признать.

Я слишком долго старалась выделиться и доказать, что я не середняк. Для этого я заставляла себя достигать целей к определенному времени. Я боялась, что заурядность помещает мне на рынке труда и станет тяжким грузом для моей карьеры. Мне нужно было доказать свою исключительность

немедленно. Но на самом деле мне стоило принять свою «средность» и сосредоточиться на собственном счастье.

К СЧАСТЬЮ, У МЕНЯ, как у любого середняка, были и другие мечты. Помимо желания иметь дом с видом на океан в Кейп-Код, заполучить идеальную фигуру безо всяких упражнений и научиться телепортироваться, я хотела стать писателем.

Мне всегда нравилось писать. Хорошо ли я писала? Не уверена. Гением меня вряд ли можно назвать. Я была средней ученицей, со средними оценками, из среднего города, со средним талантом писать статьи для книг «Не бойтесь Шекспира» – тех, где пьесы барда переводят на современный английский. Как такой середняк, как я, мог мечтать стать писателем?

Когда мечта работать на телевидении оказалась пустышкой, я махнула рукой и устремилась к другой – стать писателем. Я знала, что и здесь могу оказаться середняком. Я знала, что нужно многому учиться. И знала, что успех – каким бы он ни был – не придет мгновенно, если вообще придет. Но это была мечта! Не все мечты сбываются. Поэтому они и мечты. Но, поскольку я сумела признать свою «средность», это заставило меня изо всех сил трудиться. Со временем я сумела стать писателем.

Средние люди могут иметь мечты. Наши мечты бывают большими, малыми и средними. Мы можем стремиться к

ним, терпеть неудачи и добиваться успеха. Нам нужно помнить, что наша ценность не определяется тем, удалось ли нам реализовать свои мечты или нет. Наша ценность определяется тем, насколько счастливыми мы стали, добиваясь их. В конце концов, без наших мечтаний «десяток на пятак» нам станет не к чему двигаться. И не лучше ли стремиться к мечтам, чем остаться без них, добившись всего? Для меня точно лучше. Если у меня не будет моих средних мечтаний, то не будет ничего.

# 15 убеждений средних людей о профессиональном мире

1. Средние люди никогда не воспринимают предложение о работе как должное

На вакансию откликаются десятки, порой сотни и даже тысячи людей. Объявление о работе, которую получит единственный счастливчик, – это лотерейный билет. Даже самое отличное резюме может показаться бледным на фоне заявок других кандидатов. Среднему кандидату приходится довольно трудно. Когда вы вступаете на темный путь ненависти к собственной работе (точно так же, как я часто вступаю на темный путь ненависти к одежде в своем шкафу), вспомните, что эта самая работа выбрала вас. Да, да, она выбрала вас, типичного середняка, из всех претендентов.

Она могла предпочесть кого угодно, но не сделала этого (и замечательно, потому что именно работа дает мне возможность заменять ненавистную одежду новой).

2. Когда вас не хвалят постоянно, это совершенно нормально

Детей хвалят, даже когда они не делают ничего, заслуживающего похвалы, а награды им вручают не за победу, а лишь за участие. А потом мы вырастаем, приходим на работу, и там никто не аплодирует нам за то, что мы выполняем свои

обязанности: вовремя отвечаем на электронные письма, добиваемся целей и делаем все, что описано в должностной инструкции. Почему вы ждете, что вас за это будут хвалить? Мы делаем именно то, что обязаны. Если вы страдаете из-за недостатка признания на работе, напомните себе, что это нормально. Если вы будете работать недостаточно хорошо, вам сразу же об этом скажут, – а это совсем плохо. Вот почему быть середняком на службе – это прекрасно.

3. Иногда лучше быть просто хорошим, чем отличным

Не всем дано стать лучшим в своей сфере деятельности, и это нормально. До вершин добиваются немногие. Вы можете быть хорошим адвокатом, инженером, медсестрой, продавцом, маркетологом – кем угодно! – не являясь гениальным и особо выдающимся. Об этом сложно помнить, когда вас не хвалят на работе, а все признание достается немногим лучшим. Но такие похвалы влекут за собой высокие ожидания. Что вы предпочтете: стать лучшим и получать порицания за просто хорошую работу или быть хорошим работником и получать похвалы за особо выдающиеся результаты? Лично мне нравится второй вариант.

4. Не нужно быть кем-то исключительным, чтобы доверять своим инстинктам

Раньше я всегда спрашивала, можно ли что-то сделать, прежде чем браться за работу. Я знала, что выполняю свои

обязанности хорошо, но не отлично, поэтому всегда нервничала из-за любого самого мелкого решения. А потом кто-то сказал мне: «Гораздо легче просить прощения, чем разрешения». После этого я начала доверять собственной интуиции и стала делать то, что считала правильным.

Я перестала донимать своего начальника каждые пять секунд. И знаете что? Я часто ошибалась, но мне никогда не приходилось просить прощения... по крайней мере пока что. Кроме того, эти ошибки научили меня очень многому: не соверши я их, и многого не узнала бы.

5. Спокойное, хорошее отношение приносит плоды

Вы не обязаны быть исключительно дружелюбным и постоянно улыбаться. Но не следует быть и злоюкой.

Спокойное, хорошее отношение – вот что помогает середнякам добиваться успехов на службе. Средних работников можно заменить, и, если вы забудете о спокойном дружелюбии, угадайте, что произойдет?

6. Иногда лучше всего стремиться к счастливому среднему

Подумайте: работа для большинства людей – всего лишь *работа*. Это не наша жизнь – по крайней мере, так быть не должно. Всего лишь место, где мы проводим примерно сорок часов в неделю и получаем деньги за выполнение некоторых задач. Как средний работник, вы никогда не должны выхо-

дить из себя по причине каких-то рабочих проблем. Если у вас нет предложений, как изменить ситуацию к лучшему, то забудьте об этом и двигайтесь дальше. Жалобы никогда ничему не помогали.

## 7. Рабочие отношения должны соответствовать качеству работы

Вы не обязаны быть лучшим другом для коллег. Вы вообще можете с ними не дружить. Но, будучи средним работником со спокойным дружелюбным отношением, вы должны соблюдать определенный «рабочий этикет».

Пьете ли вы вместе кофе или идете после трудового дня в соседний бар, важно поддерживать отношения с коллегами не только в офисе. Я понимаю, пойти после работы куда-то еще, а не домой, нелегко, особенно с теми, кто провел с вами восемь часов. Но всегда отказываться нельзя. Идите. Проявляйте общительность. Это не повредит и, возможно, даже облегчит вашу жизнь. Вы обнаружите, что вас окружают такие же обычные, невыдающиеся люди, как вы сами.

## 8. Когда вы берете не весь отпуск, это не делает вас лучше

Если вы крепкий середняк, то увеличение рабочего времени ничего не изменит. Вас не сочтут героем, который работает в поте лица и даже забывает о положенном ему отпуске. Нет ничего исключительного в том, чтобы работать в официально свободные дни. Среднякам нужны выходные и

отпуска: они болеют, им нужно проводить время с семьей. Да и просто свободное время всем необходимо. Если вы не являетесь хозяином собственного бизнеса, где за все отвечаете только вы один, то без вас вполне смогут обойтись. Прекратите притворяться и живите собственной жизнью. Вы станете счастливее – обещаю!

9. Середняки должны помогать середнякам – мы нужны друг другу

Середняки поднимают друг друга. Почти в буквальном смысле слова. В каждой компании определенное количество должностей. Поэтому вы смотрите на коллег и думаете: «Чтобы получить повышение, я должен работать лучше них». Так быть не должно. Если вы работаете вместе, то учитесь друг у друга и вместе поднимаетесь по служебной лестнице. Да, в разные моменты вы находитесь на разных ступенях, и это нормально. Такое случается. Разве не лучше принять руку помощи такого же, как вы, коллеги, чем карабкаться по служебной лестнице в одиночку?

10. Во время корпоративных мероприятий никто не ждет от нас чудес, так что можно просто поговорить с людьми

В моей жизни ни разу не было, чтобы я выходила с конференций или других мероприятий с чувством: «Да! Я сделала это!» Обычно я неловко стояла в уголке, пощипывала кусочек сыра, держала в руке бокал вина и нервно спрашивала

подругу: «Может быть, нам к кому-нибудь подойти?» Да, вы должны подходить к людям. В этом смысл чертова нетворкинга. Это не будет выглядеть странно. Ведь все эти собрания и проводятся как раз для середняков. Люди суперуспешные слишком заняты своей необыкновенной жизнью, чтобы посещать такие мероприятия. Они появляются, только чтобы выступить, или их визиты оплачены. А что же обычные люди? Нам нужен нетворкинг и встречи с такими же, как мы. Так что не беспокойтесь, что никто не захочет с вами разговаривать. Все, кто пришел, заранее готовы к неловкости. Примите это и попытайтесь заговорить с посторонними. Никогда не знаешь, с кем встретишься. Как я уже говорила, середняки поднимают друг друга. Новые знакомства всегда могут быть полезны.

11. Если вы середняк, это не значит, что вас легко забыть. Худшее, что может сделать середняк, это порвать контакты с прежними коллегами, потому что ему кажется, что о нем все забыли. Сколь бы обычным и заурядным вы ни были, о вас помнят, когда вы поддерживаете общение.

12. Отказы держат нас в тонусе – и это хорошо. Если вы середняк, то отказ вряд ли связан с вами лично.

Просто кто-то лучше может справиться с той работой, на которую вы претендовали. Это не означает, что вы недостаточно хороши. Вы достаточно хороши. Вот почему вы при-

няли участие в забеге. Если отказы следуют друг за другом, то и это нормально, потому что такое происходит со всеми. Вы средний человек, который конкурирует с толпой средних людей. Со временем вы обязательно найдете то, что вам нужно. Не стоит сдаваться.

13. Можно заниматься тем, что нам нравится, даже если мы знаем, что делаем это не слишком хорошо

Тут все зависит от ситуации. Конечно, вы не должны становиться хирургом, если плохо делаете операции. Полагаю, это не нуждается в объяснении. Однако если у вас есть любимое увлечение – например, писательство, – вы должны писать и совершенствоваться. Если вам нравится заниматься бизнесом, вы должны пытаться создать компанию, даже если ваши грандиозные планы ничем не кончатся. Вы не должны бояться неудачи ни в новой профессии, ни в освоении нового навыка. Признайте, что вы середняк, и не ждите, что все будет даваться вам легко и получаться идеально. Ни в чем невозможно добиться успеха, не поработав над этим.

14. Мы всегда должны честно оценивать свою значимость. Чтобы просить повышения, вы не обязаны быть высококлассным специалистом. Нужно всего лишь быть достаточно хорошим мастером своего дела и помнить, что, хотя вы знаете много, вам всегда есть чему учиться. Нет людей, которые знают абсолютно все. Просто есть те, кто делает вид,

что знает все. Если вы сможете признать свою «средность», но сохраните готовность трудиться и учиться, это принесет свои плоды. Исключительность окажется не нужна.

15. Нет ничего более важного, чем умение ценить то, что у тебя есть

Хотя мы, середняки, не входим в престижные списки великих людей и не получаем премий за исключительно высокие показатели в работе, но у нас есть собственные достижения. Сам факт того, что нам предложили работу, это уже победа. Получили ли вы повышение или простое благодарственное письмо от начальника, считайте это наградой. Умейте радоваться малому. Это совсем не означает, что вы отказываетесь от высоких целей. Средняки всегда должны быть амбициозными. Амбиции заставляют нас действовать. Просто никогда не нужно забывать аплодировать своим средним (и замечательным!) достижениям.

# **Если вам не нравится то, что вы делаете, это совершенно нормально**

Одна из самых бессмысленных банальностей: «Если любишь то, чем занимаешься, то тебе ни дня не придется работать». Это абсолютная чушь, наполненная неправдой и ложной надеждой. Если поверить в это, то твой средний мир рухнет в одночасье, когда окажется, что работа – это всегда работа и ничего, кроме работы.

Давайте обсудим.

Получать зарплату – это здорово

Когда мы работаем, то есть делаем что-то для кого-то, нам платят деньги. Будь то работодатель, клиент или инвестор. Работаете ли вы на себя или на компанию, чтобы выжить, вам нужна обратная связь с другими. Вы не можете платить сами себе. Даже Бейонсе не может платить сама себе.

Поэтому вам придется иметь дело с мнениями других людей. Возможно, не все в рабочем процессе вам понравится. Возможно, даже сама ваша работа вам не нравится. Такова жизнь.

Практически каждый рабочий сценарий, включая мой собственный, выглядит так. Что я люблю? Своего мужа, семью, друзей, постель, диван, фитнес, картошку фри, пиццу, торговые центры, дорогущий кофе, пушистых лам – а, да,

еще писательство. Да, я люблю писательство.

Поскольку писательство входит в список любимого, вы можете предположить, что мне нравится любая работа, связанная с ним. Но когда тебе платят за то, чтобы ты что-то делал, то в большинстве случаев можно сказать, что эта работа будет не в *точности*

# 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.