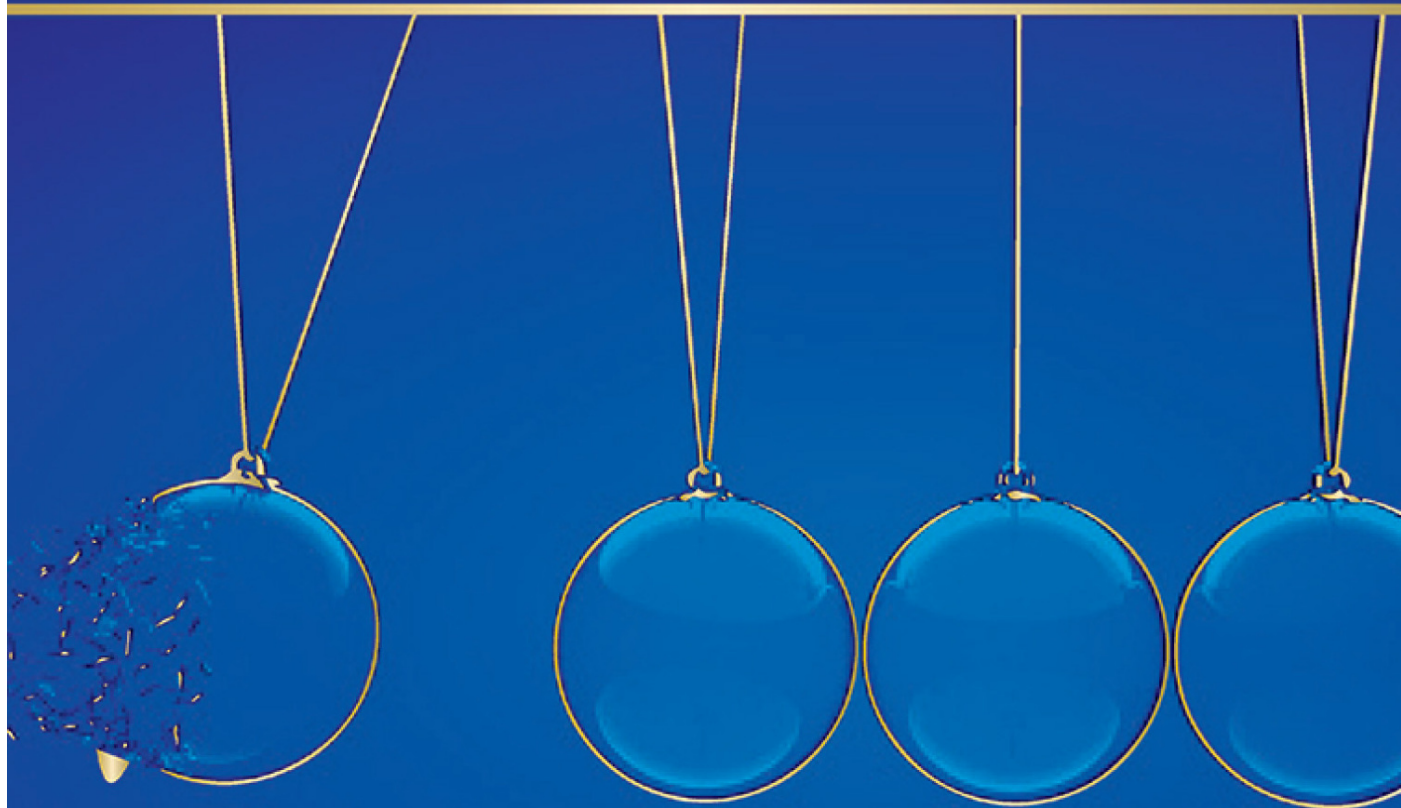


ПРЕКРАТИТЕ ЭТО
НЕМЕДЛЕННО



МАРСЕЛЬ ЛИОР

БИЗНЕС-ТРЕНЕР
РОССИИ 2022

Марсель Лиор

Прекратите это немедленно

«Автор-Онлайн»

2023

УДК 005.32
ББК 88.571.3

Лиор М.

Прекратите это немедленно / М. Лиор — «Автор-Онлайн», 2023

ISBN 978-5-6049465-1-0

Люди тратят десятки часов на бизнес-тренинги, платят большие деньги за онлайн-марафоны, обещающие моментальный доход, приходят на лекции бизнес-психологов... Но толку нет. Почему? Да потому что они не обладают бизнес-мышлением, не подготовлены к правильному восприятию информации. Книга доктора экономических наук Марселя Лиора продемонстрирует основные принципы построения бизнес-моделей с точки зрения психологии. Прочитав книгу, вы сможете выбрать свой уникальный путь к достижению финансового благополучия и, одновременно, к внутренней душевной гармонии. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 005.32

ББК 88.571.3

ISBN 978-5-6049465-1-0

© Лиор М., 2023

© Автор-Онлайн, 2023

Содержание

Введение	6
Глава 1. Инерция против самоконтроля. К чему вам чужие разминки?	9
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Марсель Лиор

Прекратите это немедленно

Посвящается моей семье, папе и маме, моим близким, а также Президенту Благотворительного фонда содействия охране здоровья, развитию физической и духовной культуры, образования и науки «Открытые сердца» Алексею Вячеславовичу Миронову, а также всем тем, кто проявил искренний интерес к этой книге.

© ИП Имамов М. М., 2023



Введение

Согласитесь, в нашем мире практически нет случайностей, все происходит не просто так, все события взаимосвязаны. И если эта книга по какой-то причине оказалась в ваших руках, значит, она вам сейчас очень нужна. И я, пусть вот таким опосредованным образом, могу вас поддержать.

Прочитав эту книгу, вы узнаете, как, не тратя лишнее время и средства на курсы и тренинги, научиться бизнес-мышлению. Да-да, не больше и не меньше, вот такая у нас с вами стоит амбициозная цель. Страница за страницей, глава за главой я расскажу вам, что сделать, чтобы заботливо поддержать себя на этом поприще, особенно если у вас нет экономического образования, и предпринимательская стезя для вас в новинку. Как стать крепким руководителем без модной в определенных кругах «прокачки лидерства»? Как создать компанию, которая будет приносить прибыль и слаженно работать? Взяв на себя роль гида, я бережно проведу вас по всем этапам этого важного и интересного пути, уделяя особое внимание кадровым и психологическим аспектам, ведь люди – главный и самый ценный ресурс любого процесса.

Вы узнаете, как разнится предпринимательский менталитет в зависимости от страны, в которой находится компания, и научитесь ориентироваться в самых разнообразных формах управления бизнесом. В итоге вы сможете подобрать для себя ту организационную модель, которая наилучшим образом подходит именно вам. Или же вы при желании создадите на основе микса классических вариантов свою уникальную систему.

«Но зачем это мне? – наверняка спросит кто-нибудь из моих будущих читателей. – У меня есть работа, меня там почти все устраивает. Так для чего вникать во все эти ненужные мне тонкости и тратить на это драгоценное свободное время?»

Видите ли, в чем дело. В нашей жизни нет ничего вечного и неизменного, так уж она устроена. Поэтому проще и легче приходится тому, кто заранее готов к переменам и успел, образно говоря, подстелить себе соломки на непредвиденный случай. И у каждого из нас, буквально у любого человека внезапно может произойти такое, когда он окажется на распутье и обнаружит, что тропа, которой он до этого уверенно шел, завела его в тупик или, еще хуже, привела к обрыву.

Страшно ли это? Я, как гипнолог и бизнес-тренер, помогающий решать крайне сложные проблемы на стыке предпринимательства и взаимоотношений в коллективе и семье, уверяю вас: нет. Это, безусловно, стрессовая ситуация, но мы давно знаем, как справляться с подобными вещами, и умеем это делать. А что до того, что человеку придется развернуться и поискать другой, более подходящий для себя путь, так это великолепная возможность наконец-то найти ту стезю, которая принесет вам все, о чем вы мечтали и чего заслуживаете. И совершенно неважно, что именно подтолкнуло вас туда. В конце концов, как было написано в одной из многочисленных книг по экономике, «нет сомнения, что отправной точкой для очень многих начинаний становится пресловутый пинок пониже спины». Так что, даже если вас уволили с работы, это не повод отчаиваться. Скорее, это знак судьбы, который вот так своеобразно подсказывает вам, что пришла пора перемен. И эти перемены – к лучшему.

Случается и такое, что у человека вроде бы все хорошо, вот только он попал на перекресток и волен выбрать любую из лежащих перед ним дорог. Куда же пойти? Все они на первый взгляд одинаковы. Как не растеряться и сделать правильный выбор? Не волнуйтесь, эта книга поможет вам определиться с направлением.

Мой собеседник, а я принципиально называю собеседниками всех, кто, обратившись за помощью, приходит в мой офис, однажды спросил:

– Вы человек энциклопедических знаний, очень многого достигли на своем поприще. Неужели вам не жалко делиться наработками с другими людьми? Ведь все, что вы мне говорите, – это фактически мнение эксперта, готовое решение для множества задач.

– Нет, нисколько, – искренне улыбнулся я. – Чем больше я отдаю, тем больше новых знаний получаю.

– Новых знаний?! – собеседник посмотрел на меня с недоумением. – Только не говорите, что вы до сих пор учитесь...

– Вся наша жизнь – это бесконечный учебный процесс. Если мы его прекращаем, то начинаем деградировать. А мне бы этого не хотелось.

– И когда же вы планируете для себя очередной урок?

– Да он, собственно, уже идет, этот процесс не прерывается, – пожал я плечами.

– Не знаю, для меня это как-то... слишком, – признался собеседник, явно чувствовавший себя растерянным. – Я и так учебе полтора десятка лет отдал. Вот, может, как-нибудь потом...

– Знаете, есть такая поговорка: дорога под названием «Потом» ведет в страну под названием «Никогда». Просто подумайте об этом.

Мы, к сожалению, довольно часто чувствуем себя беспомощными и по этой причине даже не представляем, какой огромный потенциал скрыт у нас внутри. Выученная беспомощность превратилась в эпидемию. Человек, столкнувшись с ситуацией, когда его действия ни на что не влияют и ни к чему не приводят, начинает считать себя слабым и ни на что не годным.

Да, мы не можем по мановению руки сделать так, чтобы на Земле в одночасье закончились все беды и люди зажили счастливо, это попросту не в нашей власти. Но вот свою судьбу мы в силах изменить. Подумайте, что вы теряете, если вдруг сделаете первый шаг в сторону своей мечты? Какого рода страх вам мешает? Страх ошибки? Боязнь почувствовать себя несовершенным? Перфекционизм? Мне кажется, что, скорее всего, это именно так.

Китайцы говорят: «Если ты споткнулся и упал, это еще не значит, что ты идешь не туда». Поэтому отдельная глава данной книги будет посвящена ошибкам и тому, как превратить этот ценный ресурс в энергию движения.



Если не хочешь топтаться на месте, надо искать новые пути. Без конца анализируя прошлое, будущее не создашь.

Бернар Вербер, писатель

О чем я еще расскажу вам, мой уважаемый читатель? О том, почему мода на постоянное саморазвитие не более чем рекламный трюк, не имеющий ничего общего с настоящим обучением. О популярных мифах нашего времени, вроде пресловутой зоны комфорта. О том, как выбирать только действительно полезные вам курсы и вебинары и как достичь желаемых результатов после их окончания.

Вы узнаете о таких вещах, как бизнес-мышление и бизнес-медитация. Научитесь справляться с комплексом самозванца и сможете грамотно скорректировать свои ожидания относительно будущей карьеры, после чего перестанете изводить себя мыслями о собственной неуспешности. Получите представление о стратегии и тактике в бизнес-процессах, а заодно узнаете, почему так важно заботиться о своей репутации, в том числе «цифровой», виртуальной.

Вторая половина книги преимущественно посвящена описанию и разбору различных бизнес-моделей. Я расскажу про пять основных подходов к управлению коллективом. Дам представление о кросс-культурной адаптации зарубежных систем к российским условиям. Мы сможем понять, как именно и по какой схеме строилась та или иная компания, а следовательно, будем осведомлены о ее сильных и слабых сторонах. Отдельно остановимся на концепции спиральной динамики, которая сейчас широко внедряется на топовых предприятиях страны. И, наконец, научимся ориентироваться во всем представленном многообразии типологий и выбирать в них ровно те ключевые моменты, которые важны для нашей компании.

Наверное, кто-то сейчас скривится, мол, очередной учебник, сколько их уже было! Уверяю вас, здесь вы не найдете ничего подобного. Чтобы сделать материал интересным, я использовал прием геймификации: вы будете следить за диалогом с моим добрым другом Алексеем Вячеславовичем, который не так давно из работника по найму превратился в предпринимателя. Если в какие-то моменты вы будете узнавать себя, значит, все идет как надо, и я не зря трудился над этой книгой. В конце каждой главы вы найдете резюме, подчеркивающее основные мысли и выводы, озвученные в разделе.

А теперь перелистните страницу. Ваше путешествие начинается!

Глава 1. Инерция против самоконтроля. К чему вам чужие разминки?

Моего приятеля Алексея Вячеславовича решили сократить. И не только его одного, но и весь отдел, в котором он работал. Учредители пришли к выводу, что это направление для них не столь ценно, как остальные. Поэтому сотрудников предупредили: дорабатывайте последние два месяца, после чего готовьтесь искать новые места..

Алексея Вячеславовича эта история возмутила до глубины души.

– Ты можешь себе такое представить? – огорчился он. – Я, значит, им все с нуля поднял, все процессы отладил, как часы, а им это, оказывается, не надо! Всем спасибо, все свободны! А уж как перед контрагентами неудобно, я и передать не могу. Они ж на нас рассчитывали, а теперь мы их бросаем на произвол судьбы. Они, конечно, рано или поздно других исполнителей найдут, но прорва времени... столько наработанных связей впустую сливать! У меня просто в голове это не помещается.

– Что планируешь делать? – поинтересовался я.

– Пока на курсы какие-нибудь пойду. Два месяца впереди, как раз хватит кругозор расширить и квалификацию поднять.

– А зачем тебе это надо? Ты собираешься менять сферу деятельности?

– Нет, – пожал плечами Алексей Вячеславович. – Просто пытаюсь думать как будущий работодатель. Если в резюме только институт указан и несколько мест работы, значит старпер. Молодые-то сейчас и вебинары посещают, и сертификаты получают всяческие. У них такие портфолио – закачаешься. Мы на их фоне и не котируемся уже.

– То есть твоя задача – отправиться именно за бумажкой, удостоверяющей, что ты сколько-то там часов провел, слушая лектора? – прищурился я.

– Это тоже, – не стал отнекиваться приятель. – Но по большому счету мне это для саморазвития надо. Встряхнуться немного, осмотреться. Вдруг я, действительно, за последние годы в своем болоте засиделся, какие-то инновации в упор не замечаю?

– А ты знаешь, что по статистике более 80 % посетителей курсов так и не применяют на деле полученные там знания?

– Почему же? – Алексей Вячеславович был заинтригован.

• Я вспомнил разговор тет-а-тет, который состоялся несколько лет назад у меня в офисе. Я, гипнолог и бизнес-тренер, предпочитаю называть обратившихся ко мне за помощью людей собеседниками и собеседницами. Это мой внутренний кодекс, с первой же секунды помогающий выстроить уважительные взаимоотношения в нашем будущем тандеме.

Так вот, тот человек пришел ко мне решать семейные проблемы, но довольно быстро стало ясно, что его профессиональная деятельность была чрезмерно переплетена с личной жизнью. Настолько тесно, что отделить одно от другого не представлялось возможным. В частности, на прохождение всевозможных курсов и посещение коучей он тратил практически все свободное время и финансы, тем самым ограничивая в них своих близких, которые уже стали забывать, когда их муж и отец в последний раз ужинал с ними за одним столом.

Я поинтересовался тогда, насколько страстная тяга к знаниям себя оправдывает, какой от нее практический выхлоп. Собеседник на это лишь отмахнулся:

– Да ничего особо полезного там нет.

– А почему же вы тогда вновь и вновь записываетесь на курсы и ищите себе наставников?

– А вдруг я наконец-то обнаружу пресловутую жемчужину среди навоза? Тогда я решил зайти с другого края и спросил:

– Неужели вот совсем-совсем ничего хорошего вы для себя оттуда вынести не можете?

– Ну почему же... – пожал плечами собеседник. – Есть где-то какие-то умные мысли, тезисы. Я их записываю в специальный ежедневник. Иногда даже перечитываю.

– Но в жизни вы эти выводы никогда не используете, не так ли?

Я невольно загнал собеседника в ловушку, и ему пришлось признаться, что это правда. Мы вместе решили выяснить, почему же так происходит и неужели все дело в курсах не самого лучшего качества и низкоквалифицированных наставниках.

Разумеется, эти факторы были совершенно ни при чем. Виной всему оказалась пресловутая инерция мышления.

Алексей Вячеславович вопросительно посмотрел на меня, ожидая продолжения рассказа.

– Этот господин был всецело поглощен инерцией и даже не отдавал себе в этом отчета. Простой пример. Человек утром включил ролик, где симпатичная девушка показывает, как правильно качать пресс. Он посмотрел видео, попутно умяв пару бутербродов с кофе, и отправился на работу. Вопрос: его собственный пресс претерпит хоть какие-то положительные изменения от этого действия?

– Конечно же нет, – заявил приятель. – А если бутерброды еще и слишком калорийными окажутся, то вообще толстеть начнет потихоньку.

– Он об этом догадывается?

– Полагаю, да! Он ведь не полный идиот.

– Тогда почему он ничего не предпринимает в этом отношении?

Алексей Вячеславович задумался.

– Потому что тренироваться означает нарушать привычный для него распорядок дня, – подсказал я. – Где-то выкраивать для этого время, озаботиться спортивной формой, подобрать соответствующую музыку и т. п. Проще действовать по инерции, оставив все как есть.

– Но ведь это не имеет никакого смысла. Этот человек ничего не предпринимает ради того, чтобы действительно получить желаемое.

– А вот тут ты не совсем прав, – усмехнулся я. – У него в голове уже все галочки расставлены, в том числе и напротив пункта «занятия спортом». Он ведь решил, что сначала надо найти соответствующую запись упражнений, вот он ее и ищет, растягивая этот процесс до бесконечности и, тем самым добавляя его ко всем прочим активностям, которые исполняет по инерции. Не удивлюсь, если и через пять лет он так и будет крутить бесконечные чужие разминки, уже совершенно позабыв, ради чего все это затеял.



Мне очень по душе нарушение основного закона Ньютона – закона инерции покоя, превращения его в инерцию движения.

Николай Иванович Вавилов, ученый-генетик

– Сдается мне, инерция – это просто такой красивый эвфемизм для слова «лень».

– Отнюдь. Человек может по инерции приготовить завтрак для всей семьи, отработать полный рабочий день, сходить в магазин, проверить у детей уроки, убрать квартиру и помыть посуду. Где здесь можно разглядеть лентяя?

– Действительно, – хмыкнул Алексей Вячеславович. – Хорошо, ты меня убедил. Но если все дело в инерции, то как ее преодолеть?

– Давай вернемся к примеру с человеком, который смотрит на чужие тренировки. Если он действительно хочет получить красивый пресс, как в просмотренном ролике, что ему требуется сделать?

– Начать тренироваться самому.

– Трех дней тренировки будет достаточно?

– Вряд ли.

– А недели?

– Тоже нет.

– Месяц?

– Возможно, – с некоторой неуверенностью допустил Алексей Вячеславович.

– Да, после трех-четырех недель ежедневных тренировок у человека выработается новая привычка – заниматься зарядкой. И если он этой привычке не изменит, то совсем скоро ощутит в своем теле долгожданные изменения.

– Хорошо, но курсы повышения квалификации – это ведь не фитнес-ролик. Мне кажется, это не слишком корректное сравнение.

– Отчего же? Вот ты узнал о некой новой для себя методике. Начал ею пользоваться, выяснять, где ее сильные и слабые стороны. Через месяц ты уже наработал в отношении этой методики определенную экспертизу, и она пополнила твой набор профессиональных инструментов. И так во всем. Не примененные на практике знания – все равно что лежащий на антресолях старый и никому не нужный учебник, и он не перейдет в разряд важных вещей, даже если на его освоение когда-то было потрачено немало времени.



Знание без применения – мертвый груз.

Клиффорд Саймак, писатель-фантаст

Мы вернулись к этому разговору через несколько дней, когда я смог поточнее обозначить для приятеля конкретную проблему у любителей подменять практику посещением всевозможных курсов. В тот вечер у меня не хватило одного-единственного слова, чтобы обозначить главную проблему их слушателей, из-за которой даже полезные и интересные методики оставались вне зоны применения. И это слово – самоконтроль.

В чем различие между школьником и взрослым? Между студентом и действующим предпринимателем? В первом случае процесс получения знаний достаточно жестко контролируется учителями и преподавателями. Изволь выполнить домашнее задание, напиши контрольную работу, получи высокую оценку или же отправляйся на пересдачу. Над душой постоянно

стоит некий обладающий определенной властью проверяющий, который на постоянной основе выясняет, насколько хорошо усвоен материал.

В случае со взрослым человеком, который идет чему-то учиться не потому, что так принято в обществе, а потому, что это по какой-то причине нужно лично ему, контролер сверху обычно отсутствует, особенно в базовых и бесплатных вариантах тренингов. Чтобы получить обратную связь от наставника, требуется заплатить.

Человек с развитым чувством самоконтроля может изучить все самостоятельно по представленным материалам и лекциям и, конечно же, не задумываясь, применит новые знания в реальной жизни. А вот тот, кто привык рассчитывать, что его отдельно потормошат и заставят что-то заучить и в чем-то попрактиковаться, заранее проиграл. Здесь никто и никому ничего не должен.

Именно по этой причине курсы с длительной обратной связью, не прерывающейся и после их окончания, оказываются значительно эффективнее курсов, где взаимодействие со слушателем быстро завершается.

Означает ли это, что курсы без пролонгированной обратной связи заведомо плохие? Нет, ничуть. Здесь все решает самоконтроль и самодисциплина самого студента. Если они хромают, то надеяться на сколь-либо положительный результат априори затруднительно.



Контроль над поспешными реакциями, нетерпением и гневом – это долгий путь к овладению собой и обретению внутренней силы и самодисциплины.

Ремез Сассон, автор мотивационных книг

Вопрос самоконтроля и его сестры-близнеца самодисциплины – это вообще одна из интереснейших тем, волнующих всех от мала до велика. Хорошо мотивированные подростки учатся говорить друзьям нет в ответ на предложение пойти погулять, если у них еще не сделаны уроки. Мать большого семейства усилием воли выкраивает время и отправляется в парикмахерскую, а не мчится по бесконечной веренице магазинов, потому что знает, что домашние хотят видеть ее красивой и сияющей, а не загнанной и нервной. Бизнесмен, обнаружив серьезную ошибку подчиненных, сдерживает свои эмоции и не кричит на проштрафившихся, а подробно объясняет, где и в чем они были неправы, чтобы в будущем эта ошибка не повторилась.

Проведенный десятилетия назад в Стэнфорде так называемый зефирный эксперимент выявил корреляцию между способностью детей потерпеть ради получения награды (отсроченное удовольствие) и уровнем их последующей жизни. Те, кто умел терпеть и не брал лакомство со стола вплоть до возвращения экспериментатора, а то и вовсе был готов подождать неделю, чтобы получить увеличенную награду, в дальнейшем оказывались более успешны с профессиональной точки зрения. А это доказывает, что развитая способность к самоконтролю – ключевой камень в личностном фундаменте любого человека.

Как же его развивать? Первое, с чего я советую начать своим собеседникам, – это осознанные действия. Не тянуть бессмысленно в рот печенье из вазочки, а задуматься: может, я проголодался и уже пора идти обедать, не размениваясь на сладости? Или же решить, что лучше обойтись без мучного, и съесть яблоко или легкий овощной салат? Начинать с мелочей. Ловите себя в моменте «здесь и сейчас», задавайте вопросы: что я делаю и зачем я это делаю?

Второе – по максимуму заберите себе пульт управления собственными эмоциями. Вы вольны чувствовать все что угодно. Но что именно выказывать на людях, будет нелишне принудительным образом фильтровать. В моей практике был случай, когда женщина, которую окружающие считали законченной истеричкой, сумела вернуть себе контроль над внешними проявлениями эмоций, после чего ее репутация в обществе и семье стала выправляться.

Третье – помните о терпении. Если вы начинаете заниматься чем-то, что принесет вам в будущем множество бонусов, но это довольно утомительное для вас занятие, просто повторяйте про себя, как мантру: я умею терпеть, а значит отлично с этим справлюсь.



Вы не можете контролировать то, что с вами происходит, но вы можете контролировать свое отношение к тому, что с вами происходит, и в этом случае вы будете управлять изменениями.

Брайан Трейси, писатель

– И все-таки мне почему-то кажется, что какие-нибудь вебинары мне сейчас будут нелишними, – упорно гнул свою линию Алексей Вячеславович. – Хотя бы освежу в голове теоретические выкладки.

– Почему ты считаешь, что сейчас можешь этим заниматься? На тебя ведь в обозримом будущем и так навалится много дел. Например, надо обновить резюме, добавить туда пункты о достигнутых тобой на текущем месте работы вершинах. Сделать его пробную рассылку, посмотреть на реакцию потенциальных работодателей. При необходимости скорректировать резюме, сместить акценты в нем в ту или иную сторону. Вместо обеденного перерыва, вполне вероятно, ты будешь ездить на собеседования. Уверяю тебя, это займет массу времени!

– Не знаю, – стушевался приятель. – Но когда тебе фактически дают пинка под зад, поневоле начинаются проблемы с самооценкой. Хоть я совершенно не виноват в том, что так вышло, но мне все равно кажется, что я недостаточно хорош. Вот был бы я супермегапрофессионал, тогда учредителям и в голову бы не пришло закрывать наше направление.

– Пусть так. Представь, что ты посещаешь самые крутые курсы из тех, которые смог найти. У тебя все ладится, тебя отмечают среди самых успешных учеников. Что в этом случае меняется в твоём мироощущении?

– Я окончательно убеждаюсь в том, что я незаменимый специалист и у меня не будет проблем с новой работой. А на старой еще пожалеют о том, что меня сократили!

– Ты мне веришь?

– Да.

– Тогда я прямо здесь и сейчас говорю тебе: ты – профессионал от бога. Ты все умеешь и знаешь. Но ради собственного удовлетворения и спокойствия я предлагаю тебе выбрать что-то одно: посетить бесплатный вебинар или почитать книгу. Что предпочтешь?

– Пока ограничусь чтением специальной литературы, – подумав, заключил Алексей Вячеславович. – Печатное слово я понимаю и усваиваю куда лучше, чем чью-то лекцию, еще со времен института за мной такой «грешок» водится. Заодно перестану паниковать перед увольнением и накручивать себя.

– Отличный выбор, – подтвердил я. – Тем более чтение профессиональной литературы дает внутреннее ощущение, что ты полностью контролируешь ситуацию. Несомненное удобство в том, что, чтение можно прервать в любой момент, когда сочтешь это нужным. И конечно

же, пока еще трудишься на прежнем месте, ты всегда можешь применить новые знания на практике и посмотреть, что получится, поскольку ничего от этого не теряешь.

РЕЗЮМЕ

1. Порой посещение курсов и вебинаров – всего лишь известный законный способ получить сертификат об их прохождении ради пополнения портфолио. Реальные знания и умения нужны далеко не всем.

2. Мало кто из посетителей курсов сразу же применяет в жизни полученные знания, по инерции продолжая действовать, как и раньше.

3. Для преодоления инерции может понадобиться значительный срок. В противном случае все быстро вернется к прежнему состоянию. Неиспользуемые навыки и знания – мертвый груз.

4. Единственный способ с гарантией что-то поменять и улучшить в собственной жизни – прокачать навык самоконтроля. Без внутренней дисциплины все благие помыслы так ими и останутся.

5. Осознанные действия, управление проявлением эмоций и терпение – вот без чего сложно представить развитый самоконтроль.

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.