

Berthold Gunster

MEDZI-
NÁRODNÝ
BESTSELLER
VIAC NEŽ **MILIÓN**
PREDANÝCH
KUSOV

**MYSLI
OBRÁTENE
OBRÁTENE
MÝSLI**

Umenie meniť **problémy**
na **príležitosti**, ktoré vám
zmenia život

Berthold Gunster

MYSLI OBRÁTENE OBRÁTENE MYSLI

Umenie meniť *problémy*
na *príležitosti*, ktoré vám
zmenia život



ULTIMO PRESS

FLIP THINKING

Copyright © 2008/2015 Berthold Gunster

Published by agreement with Marianne Schönbach Literary Agency B.V.
and Corto Literary Agency.

Slovak edition © 2024 by Ultimo Press

Z anglického originálu *Flip Thinking* vydaného vydavateľstvom

Ebury Publishing preložil Peter Kraumbacher.

V roku 2024 vydalo vydavateľstvo Ultimo Press, Bratislava.

www.ultimopress.sk

Translation © 2024 Peter Kraumbacher

Jazyková korektúra: Mgr. Ivana Fábryová

Redakčné úpravy: Mgr. Alica Činčárová

Layout: Ultimo Grafix

Tlač: Finidr, s. r. o.

Všetky práva vyhradené.

Okrem použitia ukážok na účely recenzie a kritiky žiadna časť tejto knihy
nesmie byť reprodukováná ani šírená v akejkoľvek forme alebo akýmikoľvek
prostriedkami bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa.

ISBN 978-80-8289-032-0

Obsah

Áno, ale	VII
Položte si túto knihu na nočný stolík	IX
Obrátené myslenie	XV

ČASŤ 1 Batožina

Prijatie	3
Pozorovanie	13
Problémy	24
Čo ak ide všetko tak, ako má?	30
Antikrehkosť	34
Zaseknuté myslenie	39
Štyri otázky	51
Zhrnutie	57

ČASŤ 2 Cesta

Štyri základné postoje	63
Láska	64
Stratégia prijatia	65
Stratégia vyčkávania	73
Stratégia amplifikácie	81
Stratégia rešpektu	92
Práca	102
Stratégia vytrvalosti	103
Stratégia zamerania	111
Stratégia prehodnotenia	119
Boj	126
Stratégia eliminácie	127
Stratégia importovania	137
Stratégia kolaborácie	143
Stratégia vábenia	152

Hra	162
Stratégia vystatovania	163
Stratégia výmeny rolí	172
Stratégia narúšania	180
Stratégia reverzie	191

ČASŤ 3

Konečne

V skratke	205
Pred plavbou	213
V zákulisí	215
Odporúčaná literatúra	218
Poznámky	224
Čo je Omdenken?	231

Áno, ale

Predstavte si toto: máte skvelý nápad, no počujete len „áno, ale“. „Áno, ale to sa už skúšalo a nefungovalo to.“ „Áno, ale nemali by sme to nechať chvíľu na pokoji?“ „Áno, ale čo keď to nebude fungovať...“

Všetky tieto „áno, ale“ vám navodzujú pocit, že každý pokus o inováciu bude pochovaný v barine zdanlivo rozumných námietok. A presne tak to funguje: myslenie „áno, ale“ zaujíma uzavretý postoj k životu, vrhá samé obmedzenia a hrozby, ktoré sú ako draky, blokujúce vám cestu. Nech je myšlienka alebo argument akokoľvek hodnotný, stretáva sa s rigiditou, ktorá vedie k stagnácii.

Existuje však aj iný spôsob: postoj „áno a“. Tento otvorený pohľad kladie dôraz na to, čo sa dá urobiť, oceňujúc rôzne možnosti. S týmto postojom vidíme poza draky na cestu vpred. Výsledok? Kreativita a inovácie.

Táto kniha je o prechode od postoja „áno, ale“ k postoju „áno a“; od myslenia v kategóriách problémov k mysleniu v kategóriách príležitostí. Pohľad na problém z nového uhla, hoci len o štvrtinu otočený, môže viesť k veľkému pochopeniu, a to s takým malým úsilím. S problémami nemusíme bojovať, môžeme ich premeniť na príležitosti. Môžeme z nich urobiť svojich spojencov.

Umeniu premeniť problémy na príležitosti sa dá naučiť. Je to druh psychologického *jiu-jitsu*, technika, ktorú nazývam „Flip Thinking“ (alebo Omdenken v mojej rodnej holandčine). Obrátené myslenie vedie nielen k riešeniu existujúceho problému, ale nečakane a prekvapivo môže otvoriť úplne nové možnosti. Tak ako sa húsenica mení na motýľa,

aj problém sa premení na krásnu novú realitu. To vedie k prekvapivému paradoxu: čím viac problémov konfrontujeme, tým lepšie.

Vo svojej podstate môže *flip thinking* zlepšiť váš život, paradoxne nie tým, že sa budete vyhýbať problémom, ani ich nebudete popierať zdôrazňovaním len toho dobrého ako Pollyanna, ale tým, že problémy prijmete, uznáte a akceptujete bolesť, stratu a nedostatok. Pesimistovi je úplne jedno, koľko vody je v pohári. Stále bude len nariekať, že bude musieť znova umývať riad. Prečo sa namiesto toho netešiť z pohára vody?

Koncept *flip thinking* som začal rozvíjať v Holandsku, kde žijem, v roku 1997. Odvtedy sme spolu s mojím tímom hercov a školiteľov zorganizovali viac ako 10 000 divadelných, zábavných a vzdelávacích workshopov o princípoch obráteného myslenia, na ktorých sa zúčastnilo spolu viac ako 1 milión ľudí. Okrem vystúpení v Holandsku britsko-americký tím hercov a školiteľov predvádza tréningy obráteného myslenia v Španielsku, Singapure, Británii, Nemecku a vo Francúzsku. Celkovo som napísal 12 kníh o princípe obráteného myslenia, všetky sú bestsellermi. Len v Holandsku sa ich predalo viac ako 1,3 milióna výtlačkov (nezabúdajte, že máme len 17,4 milióna obyvateľov!). Tieto knihy boli preložené do taliančiny, portugalciny, dánčiny, nemčiny a – ako práve čítate – aj do slovenčiny.

Príbeh obráteného myslenia sa tu nekončí. Rozvíja sa, rastie a dozrieva. A ja som hrdý na to, že vy, milí čitatelia, ste súčasťou tejto cesty. Dúfam, že sa vám táto kniha bude páčiť.

Dúfam, že si z nej veľa odnesiete. Predovšetkým dúfam, že z jej čítania odídete s pochopením, že problémy nie sú nič viac a nič menej ako frustrácia, ktorá ešte nenašla svoju formu. Frustrácia, ktorú si možno vychutnať, keď sa obráti a premení na novú, želanú, iskrivú skutočnosť.

Berthold Gunster

Položte si túto knihu na nočný stolík

Niekoľko myšlienok o tom, ako čítať túto knihu

Po prvé.

Raz som čítal, že približne 64 percent ľudí pravidelne číta pred spaním, že priemerný čas čítania je 10 minút a priemerné tempo čítania je približne 300 slov za minútu. Nemusí to platiť pre každého čitateľa, ale s ohľadom na tieto priemerné hodnoty som knihu rozdelil do kapitol po približne 3 000 slov, takže sa vždy večer pred spaním zmestíte do jednej kapitoly.

Po druhé.

Táto kniha nie je román, je to literatúra faktu. Opisuje myšlienky, prístupy a (dúfam) inšpiratívne príklady obráteného myslenia. Neexistuje však nič také ako „teória obráteného myslenia“, ktorú by som mohol vyložiť od A po Z v logickom, priamom návode. Vysvetľovať niekomu, ako obrátene myslieť, bez toho, aby si to mohol sám vyskúšať, sa dá asi najlepšie prirovnať k tomu, ako keby ste sa snažili niekoho previesť po svojom dome bez toho, aby ste ho mohli vziať dovnútra. Keď sa naň pozeráte zvonku, možno cez okno alebo otvor v poštovej schránke, obídete bočné dvere alebo dokonca nazriete do komína, zakaždým vidíte niečo iné a popri tom máte (možno) nepríjemný pocit, že vám uniká plnohodnotný zážitok. Preto vám odporúčam, aby ste nedali len na moje slová, ale vstúpili do domu, uviazli

v ňom a aplikovali obrátené myslenie na svoj vlastný život, aby ste ho skutočne pocítili.

Po tretie.

Učenie prebieha na viacerých úrovniach: niektoré sú vedomé, ale mnohé sú nevedomé. Niečo si prečítame, snívame o tom, na druhý deň sa o tom s niekým rozprávame a potom často intuitívne aplikujeme niektoré získané poznatky a až neskôr si uvedomíme, že sme tak urobili. Aj preto odporúčam čítať vo voľnom čase, kúsok po kúsku. Postupne, každý deň si prečítajte jednu kapitolu a dajte tak svojej mysli čas, aby mohla vstrebávať a potešiť sa z objavov. Možno si budete chcieť niekedy znovu prečítať niektoré kapitoly.*

Po štvrté.

Nevenujte pozornosť predchádzajúcim trom myšlienkam. Čítajte knihu, akokoľvek chcete. Alebo možno aj vôbec nie.

* Aj keď o obrátenom myslení píšem a hovorím už viac ako 15 rokov, stále sa často vraciam k materiálu, ktorý som nespočetne veľakrát uvádzal: „To sú zaujímavé veci, naozaj by som s tým mal niečo urobiť!“ Medzi chápaním a konaním je zjavne obrovská priepasť.

Áno, ale...

**Premýšľanie o tom,
čo by malo byť, ale nie je.**

Áno a...

**Vidieť, čo tam je
a čo by ste s tým mohli urobiť.**

Obrátené myslenie

*Pesimista vidí ťažkosti v každej príležitosti,
optimista vidí príležitosť v každej ťažkosti.**

Skôr ako začneme, dovoľte mi, aby som vám povedal niečo viac o svojej minulosti. Vyštudoval som divadelnú réžiu so špecializáciou na improvizáciu alebo, ako sa všeobecne hovorí, „impro“. Táto príprava položila základy mojej filozofie *flip thinking*. Dve jednoduché veci. Prijatť realitu takú, aká je, a niečo s ňou urobiť. Predstavte si improvizovanú scénu, v ktorej je jeden herec zubár a druhý pacient. Nevznikla by tým scéna, v ktorej by pacient nepredstavoval žiadny problém? Nuž, bola by to nudná scéna: „Dobré ráno.“ „Dobré ráno.“ „Ako sa máte?“ „Mám sa dobre.“ „V poriadku, uvidíme sa o rok.“ „Dovi.“ „Dovi.“ Improvizácia, ako každá dobrá dráma, sa točí okolo problému. Čo sa teda improvizujúci herci učia? Učia sa prijímať alebo, ešte lepšie, milovať problémy a to, čo sa z nich dá vytvoriť. Využívať problémy ako odrazový mostík.

Keď som začal pracovať ako divadelný režisér, nešiel som obvyklou cestou. Viac ako desať rokov som vytváral divadelné hry s ľuďmi a o ľuďoch, ktorí zažili životné neúspechy: o ľuďoch, ktorí žili v chudobných štvrtiach mesta Utrecht, ktorí trpeli chudobou, nezamestnanosťou a inými sociálnymi problémami. Pracoval som aj s deťmi na

* Zdroj tohto brilantného citátu nie je známy, hoci sa často nesprávne pripisuje Winstonovi Churchillovi.

úteku, s ľuďmi bez domova a jednotlivcami trpiacimi závislosťou od drog alebo alkoholu. S týmito ľuďmi som vytváral divadlo nielen v Holandsku, ale aj na Ukrajine, v Španielsku, Škótsku, Nemecku, Poľsku, Belgicku a USA. V Chicagu som inicioval projekt s ľuďmi bez domova s názvom *Not Your Mama's Bus Tour*. Počas tohto divadelného autobusového turné (bývalí) bezdomovci ukázali divákovi pohľad na mesto očami bezdomovcov.

Počas všetkých týchto divadelných projektov som sa ako režisér musel naučiť jednu dôležitú vec: ľudia, s ktorými som pracoval, neboli vyškolení ako profesionálni herci. Hoci mnohí z nich mali nesporné prirodzené divadelné schopnosti, bol som nútený pracovať v rámci mnohých obmedzení. Čo som teda musel urobiť? Musel som sa naučiť pracovať ako improvizujúci herec: prijať realitu takú, aká je, vidieť a akceptovať obmedzenia svojich „hercov“ a zároveň zistiť, aké majú schopnosti a ako s nimi môžeme robiť skutočné, presvedčivé, autentické divadlo s takými, akí sú, a nie s takými, akí dúfam, že by mohli byť. Preto sa nedalo vyhnúť obrátenému mysleniu. Čo môžete robiť, keď päť televíznych staníc chce pokrývať premiéru hry s bezdomovcami – jednou z nich je CNN –, ale jeden z hercov sa nedostaví? Môžete byť nahnevaní, frustrovaní alebo sklamaní, ale tieto emócie problému nepomôžu. Pomôže len obrátené myslenie. Vytvorte niečo z problému. Takže v súlade s týmto poznatkom sme počas autobusového turné *Not Your Mama's Bus Tour* vytvorili scénu, v ktorej sme divákovi povedali, že na ďalšej zastávke sa v autobuse objaví žena bez domova, aby porozprávala príbeh, alebo... sa neobjaví. To, či sa táto žena objaví včas, alebo príde neskoro (alebo sa neobjaví vôbec), sa stalo súčasťou divadelného predstavenia. Ako to dopadlo? Jednoducho úžasne! Ak tam bola, diváci jej tleskali. Ak tam nebola, diváci sa dozvedeli, aký neuveriteľne ťažký môže byť život na ulici.

Späť k scenárom, ktoré si dobrý improvizátor vychutnáva: sú opakom toho, čo chceme v živote. Nechceme mať problémy a „niečo

z nich urobiť“! Chceme šťastie! Radosť! Zdravie! Chceme, aby náš život plynul hladko.

Bohužiaľ, takýto život nie je. To platí pre každého. Životy nás všetkých sú plné sklamaní, neúspechov, katastrof alebo, ak to zhrnieme, problémov. Akú máme tendenciu, keď sa stretávame s problémami? Problémy sú nepríjemné veci. Problémov sa chceme zbaviť alebo vôbec zabrániť, aby sa vyskytli. Aby bolo jasné, na riešení problémov nie je nič zlé. Ale často, aj keď sa nám podarí problém vyriešiť, je tu premárnená príležitosť. Z času na čas môžeme – podobne ako sa to učia improvizujúci herci – z problému niečo vytvoriť. Obrátiť ho na príležitosť. Urobiť z neobjavenia sa v autobuse vrchol predstavenia.

Touto knihou vám chcem pomôcť žiť život, akoby ste hrali úlohu v divadelnej hre. Vo veľmi skutočnej hre. Veľmi skutočnú úlohu. S veľmi reálnymi problémami. Konkrétne so svojím vlastným životom. Mnohé z týchto problémov vám však môžu pomôcť nájsť cestu k nečakaným príležitostiam. Sem-tam ich môžete obrátiť. Problémy vás môžu oslabiť, ale majú aj schopnosť urobiť vás silnejšími, múdrejšími, zábavnejšími a – v podstate – kreatívnejšími. Touto knihou vám chcem poskytnúť nástroje a poznatky na ich preklopenie.

Obrátené myslenie nie je jednoduché. Vyžaduje si veľa zručností. Ale nebojte sa. Všetky tieto zručnosti sa dajú naučiť. Asi najťažšie je však vyvinúť si základný postoj, aby ste podobne ako improvizujúci herec prijali veci, ktoré v živote nemôžete zmeniť, a potom sa pokúsili vymyslieť, čo s nimi môžete urobiť. Pokiaľ odmietnete prijať tento základný postoj k životu, obrátené myslenie bude ilúziou. Keď však tento postoj prijmete, obrátené myslenie sa stane zručnosťou, ktorú treba ovládnuť. Tak teda začnime.

Počas holandskej televíznej šou *Great! De Leeuw Again*, ktorú moderuje komik Paul de Leeuw a ktorá sa vysielala naživo, vbehne do štúdia naháč a skanduje „Stop týraniu zvierat“, čo má napísané aj na

hrudi. Práve v tej chvíli je moderátor de Leeuw uprostred segmentu, prekvapujúceho telefonátu so ženou v jej dome, a akurát sa s ňou začal rozprávať. Spanikári a prestrihne na reklamy? Nie. Preruší diskusiu a zavolá na narušiteľa: „Počkajte tam, hneď som pri vás, potom budete mať toľko času, koľko potrebujete.“ Neponáhľa sa s ukončením hovoru. Naháč stojí na pódiu, vyzerá trochu zmätene, ale zdvorilo čaká, kým naňho príde rad. Keď de Leeuw dokončí výzvu, privedie narušiteľa k stoličke na pódiu. „Tak mi teda povedzte, o čom je to týranie zvierat,“ hovorí.

Narušiteľ počas živého vysielania by sa zvyčajne považoval za problém. Ale tým, že Paul de Leeuw povedal situácii *áno a*, dokázal ju šikovne zmeniť. Niečo, čo bolo spočiatku narušením programu, sa bez námahy obrátilo na súčasť programu.

Tento incident je príkladom obráteného myslenia. Keď sa k problému postavíme ako k príležitosti, dokážeme ho využiť vo svoj prospech. Obrátené myslenie je druh psychologického *jiu-jitsu*. Tak ako sa v boji môžete naučiť využívať silu súpera vo svoj prospech, môžete aj silu problému využiť vo svoj prospech. Namiesto toho, aby ste bojovali s problémom, dovolíte problému, aby bojoval sám so sebou.

Tu je druhý príklad. Mladý pár sa práve zosobášil. Manžel žil do svojich 31 rokov s rodičmi a teraz sa pár presťahoval do domu vzdialeného od nich viac ako 150 kilometrov. Rodičia prichádzajú každé dva týždne na návštevu, vyzbrojení vedrami, mopmi a prachovkami, aby bez vyzvania dôkladne vyčistili dom manželov. Novomanželia z toho, samozrejme, nie sú nadšení. Pred ďalšou návštevou rodičov začnú svoj dom upratovať, ale rodičia si vždy nájdu nejaký dôvod, aby sa postážovali, že je to chlievik, a začnú s upratovaním.

Manželia v zúfalstve požiadajú o pomoc psychológa Paula Watzlawicka. Watzlawick, známy ako nekonvenčný človek, im dá prekvapivú radu a povie im, aby pred ďalšou návštevou rodičov

neupratovali. V skutočnosti, čím je byť neporiadnejší, tým lepšie. Ak rodičia začnú upratovať, hovorí, mladý pár by sa mal správať, akoby upratovanie bolo tou najnormálnejšou vecou na svete, ako keby rodičia mali pre svoje deti pracovať ako blázni a ony nepohnúť ani prstom, aby im pomohli. Tak to ten pár aj urobí.

Keď rodičia nabudúce prídu na návštevu, dom je úplná katastrofa, posiaty hromadami neotvorenej pošty, špinavým oblečením a všade je neporiadok. Rodičia pracujú celý víkend, aby dali dom do poriadku, a keď sa v nedeľu večer poberajú domov, tak nedočkavo vyštartujú, až na ceste zanechávajú stopy po odratých gumách na kolesách. „Musia si myslieť, že sme blázni!“ hovorí otec. „Áno,“ odpovie jeho žena. „To je naposledy, čo im ideme pomôcť. Nech si to vyriešia sami!“

Reakcia Paula de Leeuwa a prístup mladého páru sú kontraintuitívne. Zdá sa, že vymyslieť takúto zdanlivo nelogickú odpoveď na problém si vyžaduje veľkú dávku kreativity. V skutočnosti však môžeme postupovať podľa niekoľkých logických krokov.

Na začiatok: v oboch prípadoch sa problém tak či onak úplne ignoruje. Zdá sa, že novomanželia aj Paul de Leeuw odmietajú reagovať, tvária sa, akoby v skutočnosti žiadny problém neexistoval. Dokonca sa zdá, že sa z tejto situácie tešia. Vo väčšine prípadov, ak sa stane niečo, čo nechceme, aby sa dialo, reagujeme odporom – spôsobom *áno, ale*. Snažíme sa problému zbaviť alebo ho aspoň minimalizovať.

Narušiteľ, ktorý s krikom vbehne na pódium počas priameho prenosu?

Áno, ale to sa nemôže stať. Zastavte ho! Odvedte ho odtiaľto!

Rodičia, ktorí každých štrnásť dní vtrhnú svojim deťom do domu upratovať?

Áno, ale to sa jednoducho nerobí. Porozprávajte sa s nimi! Vyriešte to.

Samozrejme, niekedy boj s problémom funguje, ale často je výsledok podobný dupaniu na hada pod kobercom. Problém sa niekam odkrúti, len aby sa opäť objavil. Pomerne veľa problémov je jednoducho príliš zložitých na to, aby sa dali vyriešiť priamym, logickým prístupom. Ako sa hovorí: „Vzhľadom na definíciu problému je problém z definície neriešiteľný.“

Navyše, pri myslení typu *áno, ale* kladieme situácii nekonštruktívne obmedzenie. Začíname sa upínať na to, ako by veci „mali byť“. Mladý pár chce, aby sa rodičia prispôbili modelu „dobrých rodičov“. De Leeuw by bol pravdepodobne radšej, keby jeho predstavenie prebiehalo podľa scenára. V takýchto prípadoch chceme spravidla situáciu napraviť. Naše očakávania nás vedú k tomu, že situáciu vnímame ako problém. Problém však nie je ani tak v realite, ako skôr v našich hlavách, a naše myslenie *áno, ale* podľa našich predstáv o tom, ako by svet „mal byť“, tento problém udržiava alebo k nemu dokonca prispieva. Trik spočíva v tom, že sa naučíte myslieť mimo hraníc svojich vlastných obmedzení.

Spýtajte sa sami seba, kto určuje pravidlá toho, čo definuje dobrých rodičov, alebo ako by sa malo odvíjať živé vysielanie? Obrátené myslenie sa začína tým, že sa vzdáte predstavy o tom, čo by „malo byť“, a otvoríte sa tomu, čo „by mohlo byť“.

Prvý krok: dekonštrukcia – premena problému na skutočnosť

Prvým krokom v obrátenom myslení je presunúť svoje myslenie z „áno, ale“ na „áno“. Doslova povedzte „áno“ situácii, ktorá sa vám naskytne. Zasahovanie rodičov nie je problém, ktorý treba vyriešiť, je to danosť. Je to fakt. A priznajme si, že je to len rozumné, pretože o realite môžete hovoriť, čo chcete, ale z definície je taká, aká je. Akceptovaním toho si ušetríte veľa starostí.

Tento prvý krok (od problému k faktu) nazývam dekonštrukciou. Problém zredukujete na fakty, pričom odstránite všetko, čo by malo byť, a ponecháte si to, čo je. V priebehu tejto knihy uvidíte, že tento proces môže byť niekedy dosť náročný. Je to podobné, ako používať luskáčik na rozlúsknutie tvrdého orecha, pričom hrúbka škrupiny sa rovná húževnatosti, s akou sa držíte svojich pevných názorov na to, aká by mala byť realita.

Druhý krok: rekonštrukcia – premena skutočnosti na príležitosť

Nasleduje paradoxné a tvorivé vnímanie možností. Ak chcú rodičia viesť domácnosť, dobre, nech pomáhajú. Rodičia sa však nemajú miešať do vášho života; dobrá výchova a takéto zasahovanie sú ako olej a voda. Naše myslenie má neuveriteľnú schopnosť premeniť zdánlivé protiklady na nečakané príležitosti. V tomto druhom kroku, od *áno* k *áno a*, pozbierate kúsky, pozametáte úlomky holých faktov a vymyslíte, čo s nimi môžete urobiť. Táto premena faktov na príležitosti je fázou *rekonštrukcie*, od toho, čo je, k tomu, čo by mohlo byť.

Obrátené myslenie je niekedy komplikované, bolestivé a časovo náročné. Môže zahŕňať žiaľ, smútok a odpor. V mnohých prípadoch potrebujeme trpezlivosť, vytrvalosť a sebadôveru, aby sme dosiahli obrat. Niekedy však môže byť tento proces prekvapivo jednoduchý. Pripomína skôr prasknutie bubliny než tvrdé lúskanie orieškov. Máte pritom ten „aha“ pocit, zvláštnu zmes „Naozaj? Je to také jednoduché?“ a „Och! Nemôžem uveriť, že som si to nevšimol už dávno!“

Obrátené myslenie sa neriadi matematickým vzorcom, je to skôr umenie, zručnosť. To chcem naozaj zdôrazniť. Pomerne veľa ľudí – aspoň podľa mojich skúseností – očakáva, že obrátené myslenie bude ako proces logickej analýzy, druh vedy, ktorý ponúka nový súbor

princípov, ktoré môžu s matematickou istotou aplikovať na svoje problémy. Dovoľte mi teda zdôrazniť: obrátené myslenie sa neskladá z jednoduchých vzorcov, ale je to tvorivý proces, ktorý sa prispôsobuje okolnostiam.

Na ilustráciu uveďme šesťsekundový klip, ktorý sa stal veľmi populárnym na YouTube. Otec v Španielsku chcel ísť so svojím trojročným synom na prechádzku do supermarketu. Syn však chcel ísť autom. Opakovane si vymenili len dve slová. Otec stál na ceste a stále hovoril „kráčaj“ a syn s rukou na dverách auta zakaždým odpovedal „sem“. To sa opakovalo jeden, dva, tri, štyri razy. „Kráčaj.“ „Sem.“ „Kráčaj.“ „Sem.“ Potom otec zrazu prehodil úlohy a bez zaváhania povedal: „Sem.“ Prekvapujúci účinok? Jeho syn okamžite zareagoval: „Kráčaj,“ pustil dvere auta a pripojil sa k otcovi na ceste. Koniec konfliktu.

Otec využil stratégiu zmeny rolí, ktorá na jeho trojročného chlapca dokonale fungovala, pretože trojročné deti chcú byť samostatné, robiť vlastné rozhodnutia. Ak povie: „Nesmieš si upratať tanier, lebo z teba vyrastie veľký chlapec,“ tak si deti upratujú taniere, len aby urobili opak. Aby robili to, čo chcú. Táto stratégia však pravdepodobne nebude u chlapca dlho fungovať. O pár mesiacov otcovu fintu preukne, a ak by mu otec povedal: „Sem,“ odpovedal by: „Sem.“

Obrátené myslenie neposkytuje bezchybné, univerzálne pravidlá. Musí sa prispôbovať okolnostiam, vyvíjať sa. Čo však poskytuje, je spôsob, ako neustále rozširovať svoj repertoár na riešenie problémov.

Môžete sa zdokonaľiť v obrátenom myslení len tým, že o ňom budete čítať? Bohužiaľ, nie. Môžete si ho osvojiť len tým, že ho budete robiť. V tomto zmysle je to ako s hrou na klavíri – dosiahnuť dokonalosť si vyžaduje roky cvičenia. Ak si túto knihu len prečítate a techniky si skutočne nevyskúšate, nebude pre vás znamenať nič viac ako zmes zábavných príbehov. Jej sila sa pre vás stane skutočnou len vtedy, keď budete aplikovať obrátené myslenie vo svojom vlastnom živote.

Klaviristi musia neustále pracovať na svojej technike a obrátené myslenie si tiež vyžaduje rozvíjanie techniky. Zahŕňa viacero nástrojov a trik spočíva v použití tých najlepších pre danú situáciu. Aby som zdôraznil škálu prístupov, rád hovorím o stratégii obráteného myslenia. Pojem „stratégia“ je odvodený od vojnového umenia, v ktorom je niekedy najefektívnejší prístup útok, inokedy obrana a ďalší raz vyčkávanie a porada alebo vyjednávanie. Vojna si vyžaduje strategický pohľad, a tak aj obrátené myslenie zahŕňa množstvo rôznych stratégií. V priebehu tejto knihy vám predstavím 15 stratégií obráteného myslenia. Niektoré z nich sa zaoberajú fázou dekonštrukcie – spôsobmi, ako problém rozobrať, rozložiť alebo rozmotáť. Iné sa vzťahujú na fázu rekonštrukcie a ponúkajú možnosti vytvárania nových príležitostí.

Čítanie tejto knihy vnímajte ako cestu k obrátenému mysleniu. Keď cestujete, zbalíte si všetku batožinu, o ktorej si myslíte, že ju budete na ceste potrebovať. Určitá batožina je nevyhnutná aj na cestu k obrátenému mysleniu – zopár *základných poznatkov*. Z tohto dôvodu sa kniha skladá z dvoch hlavných častí. Prvá predstavuje batožinu, základné poznatky, ktoré vám pomôžu pochopiť a čo najlepšie využiť stratégie, a druhá vás vezme na samotnú cestu, kde je opísaných 15 stratégií obráteného myslenia. Tretia časť je užitočným zhrnutím stratégií.

Začnime prvou časťou.

Batožinou.